

**CULTO AO CORPO E LÓGICA SACRIFICIAL: ESTUDO DE CASO SOBRE
TENDÊNCIAS E PADRÕES ENTRE PRATICANTES DE CROSSFIT**

***BODY WORSHIP AND SACRIFITIAL LOGIC: A CASE STUDY ON TRENDS AND
PATTERNS AMONG CROSSFIT PRACTITIONERS***

Igor Mafumba de Oliveira

Bruno de Almeida Faria (Orientador)

RESUMO: O presente estudo buscou investigar a relação entre o fenômeno do culto ao corpo, portanto, a busca pela construção de um corpo idealizado, e sua relação com a cultura da prática esportiva do Crossfit. Nesse sentido, tentamos compreender uma dinâmica de instrumentalização e sacrifício do corpo humano a partir de uma perspectiva de treinamento esportivo. Para tanto, utilizamos como metodologia de pesquisa a análise qualitativa dos dados coletados em um estudo de caso. Neste sentido foi possível compreender tendências e pensamentos modais presentes entre praticantes de Crossfit.

ABSTRACT: *The present study sought to investigate the relationship between the cult of the body phenomenon, therefore, the search for the construction of an idealized body, and its relationship with the culture of Crossfit sports practice. In this sense, we try to understand a dynamic of instrumentalization and sacrifice of the human body from a perspective of sports training. For that, we used as a research methodology the qualitative analysis of the data collected in a case study. In this sense, it was possible to understand trends and modal thoughts present among Crossfit practitioners.*

1. INTRODUÇÃO

Criado no fim do Século XX, o Crossfit é um modelo de treinamento recente caracterizado pela realização de exercícios funcionais, muitas vezes em escalas de alta intensidade (Glassman, 2003). Considerando-se a definição de uma prática esportiva emergente, Bássoli (1997 p.21) compreende que a busca por uma estratégia metodológica capaz de dar conta das novas necessidades é uma constante. Desta forma, o Crossfit surge como um modelo esportivo alternativo às academias e ao padrão estabelecido no chamado mundo fitness.

No contexto das práticas corporais emergentes, é de suma importância compreender os motivos que levam um aluno em potencial à aderir uma nova proposta metodológica, sendo necessário

um aprofundamento teórico nas questões sociais e culturais que influenciam um determinado período histórico. Neste cenário, Rossi (2019) disserta sobre o termo “Espírito do tempo” como a tentativa de caracterizar um período histórico e determinar as mentalidades em circulação. Além disso, uma leitura do Espírito do tempo permite uma interpretação das ideias que inspiraram usos e costumes de determinada sociedade.

Outra análise pertinente quanto à adesão de uma nova prática esportiva diz respeito às corporeidades modais, ou seja, tendências corporais ou de comportamentos que influenciam na visão do corpo, além do conceito de corpolatrias, compreendido como a manipulação social de relações pessoais com o corpo, ambos discutidos por Malysse (2002) como as diferentes visões sobre o corpo que influenciam diretamente na forma com que este passa a ser moldado e estruturado dentro de uma sociedade. Compreendendo a forma como o corpo é visto em determinado período histórico é possível analisar de que forma o surgimento de uma nova prática corporal tem impacto em escala social.

A partir das discussões citadas acima, o presente estudo buscou investigar a relação entre o fenômeno do culto ao corpo, portanto, a busca pela construção de um corpo idealizado, e sua relação com a cultura da prática esportiva do Crossfit. Nesse sentido, tentamos compreender uma dinâmica de instrumentalização e sacrifício do corpo humano a partir de uma perspectiva de treinamento esportivo.

O interesse sobre o assunto e a ideia de fazer uma reflexão sobre o tema justifica-se visto que, durante os anos de formação, foi possível compreender uma relação entre culto ao corpo e sociedade de consumo. Sendo assim, é de extrema relevância uma análise acerca das conjunturas e características que, de certa forma, determinaram e ressignificaram a visão da sociedade sobre o corpo humano.

Desta forma, com o fito de relacionar as corporeidades e corpolatrias que influenciam na adesão de uma determinada prática corporal emergente, além do diálogo entre lógica sacrificial e performance esportiva, o presente trabalho contou com um questionário composto por questões fechadas e abertas que foi utilizado como ferramenta de pesquisa.

2. REVISÃO DE LITERATURA

Em primeira instância, considerando-se o corpo centro de pesquisa e de análise, é necessário compreender o fenômeno do culto ao corpo e sua relação com os padrões estéticos predefinidos na esfera social. Neste contexto, é de suma importância buscar na literatura pesquisas e artigos que visaram analisar a complexidade do tema em questão para então assegurar embasamento teórico ao presente estudo.

Discutir sobre o corpo requer uma análise específica sobre a forma com que esse foi pensado e moldado ao longo dos tempos. Para tanto, Barbosa, Matos e Costa (2011) dissertam sobre o processo de transformação da compreensão do corpo em diferentes períodos históricos, considerando que “a história do corpo humano é a história da civilização”. Sendo assim, podemos entender que:

Modifica-se o ambiente, os afectos, e é a pensar num corpo dinâmico, construído pela cultura e pela sociedade que tentaremos falar do corpo e da sua história, entendendo que o mais importante não será a delimitação de datas e épocas, mas a descrição dos traços que se destacaram em determinados períodos, visando compreender melhor o corpo de hoje. É importante salientar que os períodos considerados não se constituem de forma independente uns dos outros, mas vão-se encadeando uns nos outros ao longo do tempo. (BARBOSA, MATOS E COSTA, 2011, p.24)

Compreende-se o corpo como retrato de um período histórico em que cada traço social e cada aspecto cultural influencia a corporeidade modal (Malysse, 2002) e redireciona os ideais de beleza dentro de uma sociedade. Assim, uma releitura sobre as concepções e diversas visões do corpo ao longo dos anos faz-se necessária para uma profunda reflexão sobre o assunto. Para Barbosa, Matos e Costa (2011, p.25), “a imagem idealizada corresponderia ao conceito de cidadão, que deveria tentar realizá-la, modelando e produzindo o seu corpo a partir de exercícios e meditações. O corpo era visto como elemento de glorificação e de interesse do Estado”. Neste sentido, no que corresponde à visão da civilização grega sobre o corpo, este era tão importante quanto uma mente brilhante e provava a criatividade e perfeição dos deuses (Barbosa, Matos e Costa, 2011, p.25). Também neste sentido, Malysse (2002, p.3) entende que “como na Grécia antiga, onde a Academia era um local de aprendizagem tanto corporal quanto civil, as academias brasileiras parecem ser verdadeiras instituições pedagógicas do corpo”. Entretanto, na análise do ideal de corpo durante a ascensão do Cristianismo, Barbosa, Matos e Costa (2011, p.26) compreendem que “o cristianismo reprime constantemente o corpo. (...) Por outro lado, é glorificado, nomeadamente através do corpo sofredor de Cristo”. Na era moderna, conforme Barbosa, Matos e Costa (2011, p. 27) “O corpo, agora sob um olhar “científico”, serviu de

objeto de estudos e experiências”. Ao tempo em que a visão sobre o corpo era transformada e ressignificada, surgia e prosperava o modelo de civilização capitalista (Comparato, 2011, p.255). Desta forma, sobre o advento do capitalismo e sua relação com o fenômeno do culto ao corpo, podemos compreender que

Nesta lógica de produção capitalista o corpo mostrou-se tanto oprimido, como manipulável. Era percebido como uma “máquina” de acumulo de capital. Deste modo, os movimentos corporais passaram a ser regidos por uma nova forma de poder: o poder disciplinar. (BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011, p.28)

O termo “espírito do tempo”, traduzido do alemão “zeitgeist”, remete aos sinais dos tempos, ou seja, trata-se de um estudo sobre uma sociedade em uma fração de tempo (Torquato, 2018). Conforme Torquato (2018), “compreender o espírito do tempo significa entender o estado social, intelectual e cultural de uma época”. Neste sentido, no contexto das práticas corporais emergentes, um aprofundamento nas raízes deste fenômeno nos permite potencializar a discussão sobre as corporeidades e corpolatrias que influenciam a sociedade capixaba.

Rossi (2019) discute sobre a mentalidade em circulação, ou seja, a compreensão do período histórico por meio de características que mostram um padrão de pensamento comum. Outrossim, é de suma importância desconstruir qualquer tentativa de associação entre o espírito do tempo e modismo. Trata-se de uma revisão acerca de ideias que inspiraram usos e costumes em uma sociedade. Além disso, outro ponto chave na discussão diz respeito a personalidades influenciadoras - pessoas ou marcas que criam tendências e hábitos – como um fator fundamental na compreensão da mentalidade em circulação. É possível fazer uma analogia com o conceito de imitação prestigiosa, presente em Mauss (1974). Conforme Rossi (2019), quem tenta permanecer alheio se perde na insignificância.

Neste contexto, Malysse (2002), compreende as corpolatrias como “manipulações sociais de relações pessoais com o corpo”, enquanto a corporeidade modal de um grupo “é reinterpretada e atualizada por cada um de seus membros”. Além disso, com o intuito de relacionar as inúmeras influências sobre o corpo com as diferentes formas de moldá-lo e modificá-lo, podemos compreender que:

Por meio de complexos mecanismos de incorporação de estereótipos corporais, o corpo torna-se então uma superfície virtual, um terreno onde são cultivadas identidades sexuais e sociais. Saturado de estereótipos, ele aparece como um quadro inacabado e se transforma em imagem do corpo: o corpo torna-se um objeto de

autoplastia. (...) Do domínio de si ao domínio do próprio corpo, as atividades corporais que se desenvolvem dentro das academias ou clubes de ginástica sem dúvida copiam as formas de utilização do corpo na mídia. Dentro dessa lógica de imitação, os corpos reais são fragmentados e tratados pelas numerosas técnicas corporais descritas e supervalorizadas pelas revistas (...) (MALYSSE, 2002, p. 3)

Concomitante ao estudo sobre as conjunturas que influenciam as visões sobre o corpo ao longo dos anos, é de extrema importância observar a maneira com que o mesmo é moldado e estruturado na sociedade atual. Gonçalves e Vaz (2012) dissertam sobre a instrumentalização do corpo humano e a maneira com que o atleta se relaciona com o corpo. Neste sentido, revisam-se os conceitos de normalização da dor e culto as lesões como forma de questionar os padrões de treinamento atuais. Desta forma, estuda-se a posição do corpo nas questões estéticas e performáticas. Sobre a normalização da dor e instrumentalização do corpo humano podemos afirmar que:

Uma das questões de destaque no campo pesquisado se relaciona a um aspecto presente na dinâmica de práticas corporais como o atletismo: a dor tomada como imprescindível para a apreensão da condição somática, o que inclui a incorporação técnica e a importância de sua superação para que o desempenho seja mais elevado. Dominar e mesmo esquecer a dor fazem parte da dinâmica do treinamento corporal, característica que não é mais do que uma expressão do processo geral de formação do sujeito, da civilização e da cultura. (GONÇALVES E VAZ, 2012, p. 3)

Com a redução do corpo à condição de máquina, o domínio da dor torna-se parte da dinâmica das práticas corporais. Sendo assim, é de suma importância compreender a relação entre sacrifício e treinamento para, posteriormente, estabelecer possibilidades de mudanças no processo. Desta forma, com o fito de relacionar a cultura sacrificial com o espírito competitivo, é possível salientar que:

A promessa do esporte moderno de “restituir ao corpo uma parte das funções que lhe foram retiradas pelas máquinas” (ibidem) com o desenvolvimento da industrialização, cai por terra a partir do momento em que o corpo se assemelha à máquina, colocando-se a seu serviço e à mercê de sua dinâmica, numa espécie de adaptação ao modelo industrial. Organismo e máquina se confundem numa relação patológica, o que acaba por se refletir numa violência sobre o corpo, acarretando a sua transformação como objeto manipulável, coisa morta, cadáver. (GONÇALVES E VAZ, 2012, p.6)

Vaz (1999) discute a sobrevivência humana ligada ao controle da natureza. Neste sentido, há uma tentativa de compreensão do corpo como objeto de domínio. Durante o estudo o conceito de reificação é retomado como forma de questionar a objetificação excessiva do corpo humano. Sendo assim, é possível compreender a normalização do sacrifício do corpo como parte das sessões de treinamento.

O corpo é, em um primeiro momento, o objeto e a vítima preferencial da civilização, cuja história pode ser lida nos anais do crescente processo de controle daquele, e pelo desenvolvimento das técnicas que medeiam esse domínio. O mundo contemporâneo desenvolve uma série de conhecimentos, técnicas e discursos que aparecem não só como operadores, mas também como legitimadores do controle do corpo. Vários desses conhecimentos estão relacionados ao esporte, uma das formas contemporâneas mais importantes de organização da corporeidade. (VAZ, 1999, p. 92)

É também neste sentido, com ênfase na relação entre corpo e estética, que Goldenberg (2011) discute a capitalização do corpo humano no cenário brasileiro. De acordo com Goldenberg (2011) “pode-se dizer que no Brasil “o corpo” é um capital, talvez um dos mais desejados pela classe média urbana e outros estratos sociais”. Desta forma é possível compreender o processo de modificação do corpo como meio de ascensão social.

Pode-se dizer que “o corpo” e tudo o que ele simboliza estimula nos brasileiros a conformação a um estilo de vida e a um código de conduta. A obediência a estas normas é recompensada pelo sentimento de pertencer a um grupo “superior”. “O corpo” é um valor em si, que simultaneamente identifica o indivíduo com um grupo e o distingue dos demais. Esse corpo malhado, esculpido e desenhado constitui uma espécie de prova de virtude. Sob a moralidade da boa forma, trabalhar o corpo é um ato preñado de significado. (GOLDENBERG, 2011, p. 552)

Na tentativa de encontrar aspectos que fundamentassem a compreensão do corpo quanto capital, Goldenberg (2011) destaca como a imitação prestigiosa se faz presente na cultura brasileira. No âmbito esportivo é comum presenciarmos indivíduos que possuem, por muitas vezes dentro do mesmo espaço de treinamento, algum “modelo” de corpo o qual buscam alcançar. Conforme Goldenberg (2011), “os indivíduos imitam atos, comportamentos e corpos que obtiveram êxito e que têm prestígio em sua cultura”.

Sobre valorização de padrões estéticos e o processo de capitalização do corpo humano, Malysse (2002) discute o papel da mídia na criação e na disseminação de um modelo de corpo considerado ideal. Neste sentido, podemos entender que

O corpo “virtual” apresentado pela mídia é um corpo de mentira, medido, calculado e artificialmente preparado antes de ser traduzido em imagens e de tornar-se uma poderosa mensagem de corpolatria. Essas imagens-normas se destinam a todos aqueles que as vêem e, por meio de um diálogo incessante entre o que vêem e o que são, os indivíduos insatisfeitos com sua aparência. (MALYSSE, 2002, p.02)

Castro (2004) destaca também a disseminação de padrões estabelecidos pela mídia e estruturados pela indústria da beleza. No contexto das práticas esportivas, tal padronização pode

ser exemplificada quando um modelo de corpo é exaltado e idealizado ao tempo em que vira objeto de desejo por seus praticantes.

A mídia e a indústria da beleza são aspectos estruturantes da prática do culto ao corpo. A primeira, por mediar a temática, mantendo-a sempre presente na vida cotidiana, levando ao leitor as últimas novidades e descobertas tecnológicas e científicas, ditando e incorporando tendências. A segunda, por garantir a materialidade da tendência de comportamento, que – como todo traço comportamental e/ou simbólico no mundo contemporâneo – só poderá existir, se contar com um universo de objetos e produtos consumíveis, não podendo ser compreendido desvinculado do mercado de consumo. (CASTRO, 2004, p.7)

3. METODOLOGIA

Compreendendo o conceito de prática corporal emergente como um fenômeno, é possível direcionar a pesquisa para uma tentativa de elencar as características que influenciam na adesão dessa atividade. Desta forma, o presente estudo tem como principal metodologia a análise de discurso, baseada em um questionário – com questões fechadas e abertas – que será utilizado como ferramenta de pesquisa. Essa metodologia objetiva encontrar tendências que possam caracterizar o fenômeno como uma prática emergente. Neste sentido, dada a subjetividade da problemática e compreendendo o contexto das práticas corporais, optamos por uma abordagem de caráter qualitativa para a interpretação dos dados analisados. Conforme Godoy (1995 p.21), “um fenômeno pode ser compreendido de maneira mais viável se analisado dentro do contexto ao qual é parte”. Sobre este modelo de pesquisa, Godoy afirma que

Considerando, no entanto, que a abordagem qualitativa, enquanto exercício de pesquisa, não se apresenta como uma proposta rigidamente estruturada, ela permite que a imaginação e a criatividade levem os investigadores a propor trabalhos que explorem novos enfoques. Nesse sentido, acreditamos que a pesquisa documental representa uma forma que pode se revestir de um caráter inovador, trazendo contribuições importantes no estudo de alguns temas. (GODOY, 1995, p.21)

A análise de características próprias da prática corporal do crossfit requer uma análise aprofundada e uma estratégia metodológica específica. Desta maneira, o modelo de pesquisa escolhido foi o estudo de caso. Meirinhos e Osório (2010) referem que:

(...)existe, contudo, na bibliografia, um conjunto de características que ajudam a dar forma à metodologia dos estudos de caso, como a natureza da investigação em estudo de caso, o seu carácter holístico, o contexto e sua relação com o estudo, a possibilidade de poder fazer generalizações, a importância de uma teoria prévia e o seu carácter interpretativo constante. (MEIRINHOS E OSÓRIO, 2010, p.52)

Ainda sobre o estudo de caso, é necessário entender a natureza do modelo de pesquisa para que seja possível compreender o objetivo do trabalho. Godoy (1995) disserta sobre as diferentes metodologias utilizadas por pesquisadores e cita características particulares a cada um dos modelos.

O estudo de caso tem se tornado a estratégia preferida quando os pesquisadores procuram responder às questões "como" e "por quê" certos fenômenos ocorrem, quando há pouca possibilidade de controle sobre os eventos estudados e quando o foco de interesse é sobre fenômenos atuais, que só poderão ser analisados dentro de algum contexto de vida real. (GODOY, 1995, p.26)

Sobre tal complexidade e multiplicidade características de estudos qualitativos, Zanelli (2002, p.82) entende que “o projeto assegura direção, rumo às informações que o problema requer e, ao mesmo tempo, preserva a ética sobreposta”. Neste sentido, para Godoy (2005, p.21), “(...) o pesquisador vai a campo buscando “captar” o fenômeno em estudo a partir da perspectiva das pessoas nele envolvidas, considerando todos os pontos de vista relevantes”.

Buscando embasamento para justificar o presente estudo, um questionário composto por trinta e uma perguntas – abertas e fechadas – foi aplicado à alunos de um box de Crossfit da Grande Vitória e foi respondido por vinte e quatro participantes de idades e sexos distintos. Dentre os principais pontos abordados estão questões acerca do culto ao corpo, sociedade de consumo e relação entre dor e treinamento. Com quinze perguntas objetivas e dezesseis abertas para desenvolvimento, o questionário ficou aberto a respostas durante o período de duas semanas do mês de novembro de 2022.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em primeira instância e com o fito de buscar tendências para a adesão dessa modalidade esportiva, a pergunta que deu início ao questionário foi “o que te levou ao crossfit?”. Neste aspecto, um terço (33%) dos participantes responderam que o motivo pelo qual começaram a praticar foi a influência de amigos. Outra resposta comum entre 33% dos alunos foi a busca por qualidade de vida. Neste aspecto podemos identificar, conforme observado por Bássoli (1997 p.21) a busca constante por uma nova dinâmica de exercícios. As demais respostas ficaram divididas entre os que presavam pela dinamicidade da prática esportiva e alguns exemplos que buscaram no crossfit um exemplo de superação pessoal.

A segunda questão fazia menção ao tempo de prática e perguntava, de maneira direta, “há quanto tempo você pratica essa modalidade?”. Três alunos (12,5%) que contribuíram com o questionário responderam que praticam a menos de um ano, enquanto quatro (16,6%) a pelo menos um ano. Outros seis alunos (25%) disseram praticar o crossfit a cerca de dois anos. Seguindo com a pesquisa, 5 participantes (20,8%) estão praticando a modalidade a três anos. Por fim, outros seis entrevistados (25%) aderiram a prática esportiva a mais de quatro anos. O pouco tempo de prática da maioria dos alunos reforça a ideia de que o crossfit pode ser considerado uma prática esportiva emergente, conforme o conceito discutido por Bássoli (1997).

Seguindo com o questionário, as três perguntas em sequência eram objetivas e visavam compreender o pensamento modal entre os praticantes. Neste sentido, as perguntas estavam relacionadas a questões entre corpo e saúde e diziam, respectivamente: “Pra você um corpo magro é o mais próximo da ideia de um corpo saudável?”, “Pra você um corpo gordo é o mais próximo da ideia de um corpo doente?” e “Você entende a obesidade como uma doença?”. Para a primeira questão, dois terços (66,6%) responderam “sim” e disseram entender que um corpo magro é o mais próximo de um corpo saudável, enquanto um terço (33,3%) disse “não”. Sobre a segunda pergunta, vinte participantes (83,3%) disseram “sim” e compreendem que o corpo gordo se aproxima do conceito de corpo doente, enquanto quatro (17,7%) responderam “não”. Por fim, a respeito da terceira questão, vinte e dois entrevistados (91,7%) responderam “sim” e entendem que a obesidade é uma doença, enquanto dois (8,3%) não entende desta maneira. O conceito de corporeidade modal discutido por Malysse (2002) pode ser empregado e interpretado nas discussões citadas anteriormente.

A pergunta que deu sequência ao questionário também fazia referência a relações entre corpo e saúde, e dizia “Pra você, quem está com sobrepeso tem risco de desenvolver alguma doença?”. Todos os vinte e quatro participantes (100%) concordaram em dizer que sim, compreendendo que o sobrepeso tem relação direta com a chance de desenvolver alguma enfermidade. A pergunta foi aberta e um espaço foi deixado para que os alunos pudessem desenvolver a questão. Porém as respostas foram limitadas a “sim” ou “não” e os entrevistados optaram por não justificar a resposta.

Outrossim, algumas perguntas foram feitas a respeito da autoavaliação da imagem corporal dos alunos. De maneira direta, foi perguntado “Em relação ao seu corpo, existe alguma parte que

você gostaria de mudar? Se sim, qual?”. Neste contexto, dez entrevistados (41,6%) responderam “não” e demonstraram satisfação com seu corpo atual. De outra forma, quatorze alunos (58,3%) responderam “sim” e as possibilidades variaram entre “abdômen” (oito pessoas), definição corporal e diminuição de gordura (quatro pessoas), peitoral (uma pessoa) e pernas (uma pessoa). Neste sentido, no que tange a autoaceitação e mudanças corporais, Malysse (2002 p.3) compreende o corpo como objeto de autoplastia

Seguindo no âmbito a imagem corporal e autoavaliação, a pergunta subsequente era “Você já realizou algum procedimento estético? Se sim, qual? Se não, pensa em fazer?”. Desta forma, dezesseis entrevistados (66,6%) responderam não para as duas perguntas, enquanto uma pessoa (4,16%) respondeu que ainda não realizou nenhum procedimento mas pensa em fazê-lo. Outros sete participantes (29,16%) disseram já ter realizado algum tipo de intervenção, sendo a lipoaspiração (com duas respostas) a mais comum. Outros exemplos singulares foram silicone, correção de desvio de septo, procedimentos dentários, implante capilar e injeção de enzimas.

Buscando relacionar a prática do crossfit com a promoção de saúde, outra pergunta contida no questionário era “Você acredita que o crossfit contribuiu para a promoção da sua saúde? Por que?”. Os vinte e quatro entrevistados (100%) responderam que “sim”, acreditando, desta forma, que a prática esportiva está relacionada a promoção de saúde. Por ser uma questão aberta, diversos exemplos surgiram e predominaram, dentre eles, o condicionamento físico e o melhoramento das funções cardiorrespiratórias. Compreendido por Glassman (2003) como um conjunto de exercícios funcionais, o crossfit é citado por muitos alunos que relatam ter melhorado significativamente a saúde cardiorrespiratória após o início na prática esportiva.

Outra discussão de suma importância no contexto da prática corporal diz respeito a incidência de lesões durante as sessões de treinamento. Neste sentido, a pergunta feita de forma aberta foi “Você já se lesionou durante a prática do crossfit? Se sim, quanto tempo você ficou inviabilizado de realizar a atividade?”. Quatorze entrevistados (58,3%) relataram não terem sofrido com lesões no período de treinamento, enquanto dez alunos (41,6%) disseram que, durante as sessões, já sofreram algum tipo de contusão. Dentre as respostas mais frequentes destacam-se as lesões nos joelhos e nos ombros. Sobre o tempo de afastamento da prática, sete entrevistados relataram que voltaram a performar em menos de duas semanas, enquanto três necessitaram de um tempo maior de recuperação.

Seguindo no âmbito do sacrifício corporal como parte integrante das sessões de treinamento, a questão subsequente foi direta e possuía apenas as opções “sim” e “não”. Desta forma, foi perguntado “Você já treinou com dor?”. Dos vinte e quatro entrevistados, apenas um (4,2%) relatou jamais ter treinado ou performado com dores, enquanto a grande maioria (23 pessoas ou 95,8%) disse “sim” para a pergunta. Ainda neste cenário, a próxima questão foi aberta e perguntava “Você acha que superar a dor é importante para performar bem no crossfit?”. Quatro entrevistados (17,7%) entendem que superar a dor não está ligado a performance, enquanto vinte alunos (83,3%) compreendem que tal hábito faz parte do processo de treinamento esportivo. Neste contexto, Gonçalves e Vaz (2012) dissertam sobre a necessidade de superação da dor como forma de dominar o treinamento esportivo e, por muitas vezes, superar os limites do corpo humano.

Diferenças acerca da intensidade e do tempo de acometimento separam as dores das lesões. Neste contexto, a próxima questão era objetiva e dava continuidade à discussão que visava compreender a relação entre treinamento esportivo e culto a dor. “Você já treinou lesionado?” foi a pergunta feita. Dentre os vinte e quatro entrevistados, nove (ou 37,5%) relataram já ter treinado com alguma lesão, enquanto quinze (62,5%) responderam “não”. Desta forma, é possível compreender tal lógica sacrificial citada por Vaz (1999).

Retomando a discussão a respeito da autoavaliação e suas relações com o fenômeno do culto ao corpo, a pergunta seguinte era aberta e dizia “Você se sente confortável com a sua imagem corporal atual? Você se sentia confortável com a sua imagem corporal antes de iniciar a prática do crossfit?”. Neste cenário, seis dentre os vinte e quatro participantes (25%) responderam “sim” para as duas questões, enquanto quatro alunos (17,7%) relataram que não se sentiam confortáveis com sua imagem corporal antes de iniciar a prática tal qual até o momento em que a entrevista foi realizada. Por outro lado, quatorze entrevistados (58,3%) afirmaram que não se sentiam confortáveis com sua imagem antes do crossfit, porém essa autoavaliação mudou com o tempo de prática. O conceito de corpolatria, discutido por Malysse (2002), pode ser compreendido nas questões que dizem respeito a autoavaliação da imagem corporal.

Dentre os fatores que embasam o presente trabalho, o conceito de imitação prestigiosa discutido por Mauss (1974) é de extrema relevância no contexto das práticas esportivas. Neste cenário foi perguntado, de maneira direta “Você se espelha em algum atleta de crossfit para a construção do seu estilo de vida?”. Dez entrevistados (41,7%) responderam “sim” e afirmaram ser

influenciados por alguma personalidade de renome na prática corporal do crossfit, enquanto quatorze participantes (58,3%) responderam “não”. Seguindo nesta lógica, a pergunta subsequente diz respeito a produtos consumidos e utilizados por praticantes de crossfit e questionava, de forma aberta “Você consome produtos específicos do crossfit (tais como roupas e acessórios esportivos)? Se sim, quais?”. Dentre as vinte e quatro respostas, apenas três entrevistados (12,5%) relataram não consumir produtos relacionados a prática corporal, enquanto vinte e um participantes (87,5%) disseram que utilizam produtos associados. Dentre os mais citados estão os materiais esportivos exclusivos da modalidade e os suplementos alimentares.

Na cultura das práticas corporais parte da discussão sobre corpo e saúde diz respeito aos hábitos alimentares e nutrição em geral. Neste sentido, algumas perguntas foram elaboradas e diziam, respectivamente: “Você já desenvolveu algum tipo de distúrbio alimentar?”, “Você já seguiu alguma dieta por conta própria? Você já seguiu alguma dieta restritiva?”, “Você já foi ao nutricionista ou costuma ter acompanhamento nutricional profissional?” e “Você consome produtos nutricionais próprios do mercado fitness? Se sim, qual?”. Para a primeira questão, dois entrevistados (8,33%) disseram já ter desenvolvido algum tipo de distúrbio alimentar, enquanto a maioria (vinte e dois alunos ou 91,66%) respondeu “não”. Na segunda pergunta um terço dos participantes (33,3%) respondeu “não” e “não” para ambos os questionamentos, enquanto quinze alunos (62,5%) disse “sim” e “sim” e um entrevistado (4,16%) respondeu “não” e “sim”. Vinte e três participantes (95,8%) relataram já ter ido ao nutricionista ou possuir acompanhamento nutricional, enquanto apenas um aluno (4,16%) disse “não”. Por fim, dentre os vinte e quatro entrevistados dezoito (75%) disseram consumir algum produto próprio do mercado fitness, enquanto seis (25%) responderam “não”. Dentre os principais produtos descritos destacam-se os suplementos como whey protein e creatina.

A frequência e a sistematização de treinamento são assuntos imprescindíveis na discussão sobre a prática corporal em questão. Desta forma, perguntamos aos entrevistados “Quantos dias você treina por semana?”. Dentre as respostas, apenas um aluno (4,16%) treina quatro dias ou menos na semana. Quinze participantes (62,5%) treinam seis vezes, seis (25%) cinco vezes e dois (8,33%) sete dias na semana. No mesmo sentido foi perguntado “Você realiza descanso entre os treinos? Nos dias sem atividade no crossfit, você realiza outras atividades físicas?”. Onze entrevistados (45,8%) responderam “sim” e “sim”, enquanto nove (37,5%) disseram “sim” e

“não” respectivamente e quatro (16,6%) “não” e “não”. Vaz (1999) ressalta a dinâmica com que os esportistas têm se relacionado com o treinamento nos tempos modernos, sobrecarregando e instrumentalizando o corpo compreendido enquanto máquina.

Outra análise pertinente no âmbito das autoavaliações diz respeito ao sentimento de culpa quando não é possível alcançar algum objetivo. No contexto da prática corporal, tal relação pode ser compreendida nos dias em que o praticante não participa das sessões de treinamento.

A mídia e a indústria da beleza são aspectos estruturantes da prática do culto ao corpo. A primeira, por mediar a temática, mantendo-a sempre presente na vida cotidiana, levando ao leitor as últimas novidades e descobertas tecnológicas e científicas, ditando e incorporando tendências. A segunda, por garantir a materialidade da tendência de comportamento, que – como todo traço comportamental e/ou simbólico no mundo contemporâneo – só poderá existir, se contar com um universo de objetos e produtos consumíveis, não podendo ser compreendido desvinculado do mercado de consumo. (CASTRO, 2004, p.7)

Neste sentido, foi perguntado “Você se sente culpado por não estar treinando?”. Dentre os vinte e quatro entrevistados dezesseis (66,7%) responderam “sim” e disseram sentir culpa por não estar treinando, enquanto oito pessoas (33,3%) optaram pela opção “não”. A pergunta subsequente também fazia menção a este fenômeno e dizia “Você já se sentiu mal por não conseguir alcançar uma performance desejada?”. Vinte e um entrevistados (87,5%) responderam “sim” e apenas três alunos (12,5%) disseram não carregar este sentimento por não alcançar a performance desejada.

Retomando a discussão acerca do conceito de imitação prestigiosa, é de suma importância salientar que, por inúmeras vezes, o ato de ser influenciado não se dá apenas quando o sujeito influenciador é reconhecido dentro de um contexto. Em muitos casos tal influência é exercida por pessoas próximas ou, no cenário da prática esportiva, por parceiros de treinamento. Sendo assim foi perguntado “Você se compara com pessoas que treinam no mesmo espaço?”. Treze entrevistados (54,2%) responderam “sim” enquanto onze alunos (45,8%) optaram pela opção “não”. Goldenberg (2011) destaca a maneira com que indivíduos imitam pessoas e comportamentos que possuem algum prestígio social.

No cenário de pós pandemia da Covid 19 os cuidados com a saúde mental e o bem estar psicossocial foram redobrados e são centros de inúmeros estudos recentes. Outrossim, a resolução que certifica o profissional de Educação Física como profissional da saúde possibilita

intervenções neste cenário e aumenta o campo de atuação. Desta forma, as próximas perguntas procuraram compreender a relação entre ansiedade e a prática esportiva do crossfit. Foi perguntado, respectivamente: “Você se sente uma pessoa ansiosa?”, “Você toma alguma medicação para ansiedade?” e “Se você se sente ansioso, você percebe que o crossfit atua na melhora da sua condição de bem estar? Por que?”. A primeira questão foi respondida por vinte e quatro entrevistados e foi feita de maneira objetiva, sendo dezenove respostas (79,2%) na opção “sim” e cinco (20,8%) escolhas pelo “não”. Em relação a medicação, apenas um entrevistado (4,2%) relatou fazer uso do tratamento contra a ansiedade, enquanto vinte e três (95,8%) disse “não”. Por fim, dentre os dezenove entrevistados que relataram sofrer com a ansiedade, apenas um (5,2%) não entende que o crossfit atua na melhora de sua condição de bem estar, enquanto dezoito (94,8%) consideram a prática esportiva fator fundamental no contexto do bem estar. As principais justificativas sinalizam a atividade física como um fator relevante na luta contra problemas emocionais.

Neste cenário, as mesmas perguntas foram feitas substituindo o conceito de ansiedade pelo termo depressão. Sendo assim foi perguntado “Você se sente uma pessoa depressiva?”, “Você toma alguma medicação para depressão?” e “Se você se sente depressivo, você percebe que o crossfit atua na melhora da sua condição de bem estar?”. Em primeira instância, dentre os vinte e quatro entrevistados apenas dois (8,3%) relataram sofrer com problemas relativos à depressão, enquanto vinte e dois responderam “não”. Além disso, 100% dos participantes disseram não fazer uso de qualquer medicamento para a depressão. Por fim, os dois entrevistados que relataram sofrer com crises depressivas disseram que o crossfit atua na melhora do quadro emocional, com o estado piorando nos dias em que não é realizada a atividade física.

No que tange a análise dos resultados e observando parâmetros que justifiquem a aplicação do questionário, podemos compreender a existência de alguns padrões e pensamentos comuns à praticantes de crossfit. Neste sentido, é possível ampliar a discussão e criar relações entre culto ao corpo e prática corporal.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise dos resultados é possível encontrar indicativos e tendências que demonstram um pensamento modal entre praticantes de Crossfit. Com base nos dados coletados podemos compreender algumas características particulares da prática corporal em questão, assim como

padrões e ideais estéticos vinculado a atletas e praticantes. Além disso, o fenômeno do culto ao corpo se faz presente mediado por certa lógica sacrificial que exige dedicação e comprometimento por parte dos alunos. Neste sentido, entende-se, em primeira instância, a necessidade de aprofundamento no tema em questão e a realização de novos estudos e pesquisas que visam compreender tal fenômeno. Por fim, urge que os profissionais de Educação Física responsáveis por intervir neste âmbito estejam preparados para lidar com questões referentes a construção da imagem corporal atrelada a saúde e estética.

REFERÊNCIAS

Barbosa, Maria Raquel, Matos, Paula Mena e Costa, Maria Emília Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. *Psicologia & Sociedade* [online]. 2011, v. 23, n. 1 [Acessado 6 Dezembro 2022], pp. 24-34. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-71822011000100004>>. Epub 02 Jun 2011. ISSN 1807-0310. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822011000100004>.

Comparato, Fábio Konder Capitalismo: civilização e poder. *Estudos Avançados* [online]. 2011, v. 25, n. 72 [Acessado 4 Dezembro 2022], pp. 251-276. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-40142011000200020>>. Epub 05 Set 2011. ISSN 1806-9592. <https://doi.org/10.1590/S0103-40142011000200020>.

DE CASTRO, Ana Lúcia. *Culto ao corpo: identidades e estilos de vida*. 2004.

De Oliveira, Amauri Aparecido Bassoli. "Metodologias emergentes no ensino da educação física." *Journal of Physical Education* 8.1 (1997): 21-27.

Glassman, Greg. "Metabolic conditioning." *CrossFit Journal* 1.10 (2003): 1-2.

GODOY, Arilda Schmidt. Pesquisa qualitativa: tipos fundamentais. *Revista de Administração de empresas*, v. 35, p. 20-29, 1995.

Goldenberg, Mirian Gênero, "o Corpo" e "Imitação Prestigiosa" na Cultura Brasileira. *Saúde e Sociedade* [online]. 2011, v. 20, n. 3 [Acessado 6 Dezembro 2022], pp. 543-553. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-12902011000300002>>. Epub 10 Abr 2012. ISSN 1984-0470. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902011000300002>.

Gonçalves, Michelle Carreirão, and Alexandre Fernandez Vaz. "Educação do corpo, dor, sacrifício: um estudo com competidores de atletismo." *Revista iberoamericana de educación* (2012).

Malysse S., (H)altères-ego: olhares franceses nos bastidores da corpolatria carioca. In Nu e Vestido, Miriam Goldemberg (org), Record, RJ, 2002.

MAUSS, Marcel et al. As técnicas corporais. *Sociologia e antropologia*, v. 2, p. 209-233, 1974.

MEIRINHOS, Manuel; OSÓRIO, António. O estudo de caso como estratégia de investigação em educação. *EduSer*, v. 2, n. 2, 2010.

ROSSI, Marco A. Espírito do tempo. Folha de Londrina, Paraná, 21 de Nov. de 2019. Disponível em: <https://www.folhadelondrina.com.br/colunistas/marco-rossi/espírito-do-tempo-2974261e.html> Acesso em: 28 de Nov. de 2022.

TORQUATO, Gaudêncio. O espírito do tempo. *Veja*. Abril, São Paulo, 11 de fev. de 2018. Disponível em: <https://veja.abril.com.br/coluna/noblat/o-espírito-do-tempo/> Acesso em: 28 de Nov. de 2022.

Vaz, Alexandre Fernandez Treinar o corpo, dominar a natureza: notas para uma análise do esporte com base no treinamento corporal. *Cadernos CEDES* [online]. 1999, v. 19, n. 48 [Acessado 6 Dezembro 2022], pp. 89-108. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-32621999000100006>>. Epub 30 Maio 2000. ISSN 1678-7110. <https://doi.org/10.1590/S0101-32621999000100006>.

Zanelli, José Carlos Pesquisa qualitativa em estudos da gestão de pessoas. *Estudos de Psicologia* (Natal) [online]. 2002, v. 7, n. spe [Acessado 6 Dezembro 2022], pp. 79-88. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-294X2002000300009>>. Epub 10 Set 2002. ISSN 1678-4669. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2002000300009>.