

FISICULTURISMO: MAIS QUE UMA PRÁTICA, UMA MANEIRA DE SER E EXISTIR

Marcelo Vítor Benício de Pinho; Alex Carneiro Brandão; Fernando Junio Antunes de Oliveira Cruz;
Igor Márcio Corrêa Fernandes da Cunha; Demerson Godinho Maciel e Samuel Estevam Vidal

✉ demersongmaciel@gmail.com

INTRODUÇÃO

O fisiculturismo tem origens milenares, sendo praticado desde a Grécia e o Egito antigos, e ao longo da história evoluiu para um esporte centrado na simetria, definição e estética muscular. Sua institucionalização se consolidou no século XX, com marcos como o Mister América (1940) e o Mister Olympia (1965), ganhando grande visibilidade nas décadas seguintes. Personalidades como Eugen Sandow e Macfadden foram fundamentais para transformar a força física em espetáculo e símbolo cultural. A partir da década de 1980, o fisiculturismo alcançou projeção mundial, chegando ao Brasil e sendo reconhecido pelo Comitê Olímpico Internacional, com um crescimento contínuo em número de praticantes, categorias e federações.

OBJETIVOS

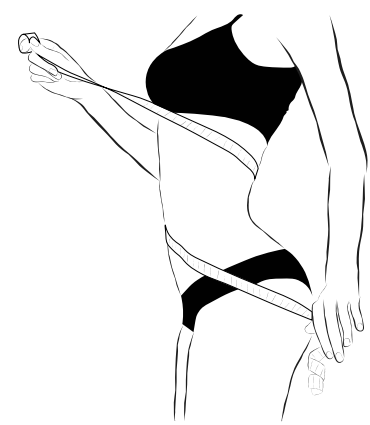
Diante da problemática, com o intuito de contextualizar de forma ampliada o fisiculturismo, foi realizada uma análise fílmica do documentário Iron Generation 2, para descrever os eventos que ocorrem no documentário, assim como decompor cada ideia apresentada na intenção de relacioná-las à compreensão com o que foi descrito, interpretando os conceitos relacionados e discorrendo sobre eles, com o intuito de possibilitar uma visão mais ampliada sobre o fisiculturismo.

MÉTODOS

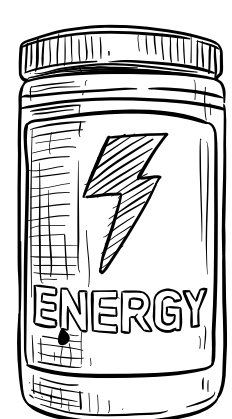
Este trabalho propõe uma contextualização do fisiculturismo por meio de uma análise fílmica do documentário Iron Generation 2, adotando uma abordagem qualitativa, de natureza exploratória, descritiva e analítica. A análise foca nos eventos e discursos presentes no filme, buscando interpretar conceitos e organizar criticamente as ideias apresentadas em um processo dialético. Utilizou-se a técnica de análise de conteúdo, estruturada em três etapas: pré-análise, com leitura flutuante e definição do material; exploração do conteúdo, com codificação, categorização e classificação das informações; e, por fim, o tratamento dos dados, com inferências e interpretações que possibilitam uma compreensão ampliada do fisiculturismo enquanto fenômeno sociocultural.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados evidenciam que o fisiculturismo se constitui como um fenômeno complexo: nele emergem a devoção absoluta ao treino, a disciplina cotidiana e a renúncia a prazeres imediatos em nome de uma estética idealizada; a difusão midiática e as redes sociais, que transformam corpos em vitrines e atletas em marcas; o uso disseminado de esteroides, que tensiona o binômio entre saúde e performance; o preconceito enfrentado pelas mulheres atletas, cuja musculatura desafia padrões históricos de feminilidade; e a dimensão psicológica marcada por vigorexia, solidão e, paradoxalmente, por uma comunidade que partilha a dor e a glória de esculpir a própria carne.



O termo *bodybuilding* é exatamente o que parece, você tenta **mudar a sua aparência através do levantamento de peso**, ele engloba um pouco de tudo. Mas para mim, o **bodybuilding é esculpir o corpo**, sempre me considerei um artista físico (Shawn Ray, Campeão do Arnold Classic, grifo nosso).



A indústria está mudando, você não pode ser apenas um atleta, todos querem que venda para eles. "me venda! As minhas articulações podem ser tão fortes quanto as suas? Venda o produto!" Eu não sei, acho que é um lugar interessante em que estamos, paixão e amor, eu não sei nem se isso existe, não sei se isso existe de verdade (Kai Greene, grifo nosso).



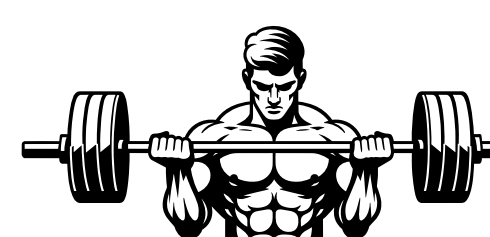
Eu queria ser reconhecido, e a maneira mais eficaz hoje em dia é tudo online, pelas redes sociais, é uma ferramenta poderosa. É como eu fazia ao assistir Pumping Iron. Querem ver como treino, como me alimento, o que faço, gostam das minhas loucuras, ou o que quer que eu faça (Calum von Moger, grifo nosso).

O documentário também revela a "era de ouro" do companheirismo nas academias, hoje substituída por uma lógica competitiva individualista, bem como a ascensão de novos polos do esporte, cujos investimentos redefinem o cenário competitivo.



Nesse mundo do fisiculturismo, **muitos estão aqui sozinhos**, sempre fiquei na minha, e então eu conheci Calum, e pensei "Wow, esse cara tem os melhores colegas de academia do mundo" Sabe, todos torcem por ele. Ele tem todo o direito de se achar, mas ele não faz isso, e você não vê isso em muitas pessoas hoje em dia. Parece que o fisiculturismo das antigas, **quando os caras treinavam juntos, comiam juntos, festejavam juntos, iam para a praia ou qualquer coisa juntos, e não é mais assim. Estive nos bastidores dos shows e ninguém fala com você, tipo, eu sei que estamos em uma competição, mas ainda assim estamos nos divertindo. Eu gosto da camaradagem** (Frank McGrath, IFBB Pro, grifo nosso).

Além disso, emergem reflexões sobre a adoração muscular como fetiche social, os impactos do envelhecimento e o luto dos atletas diante do fim da carreira, que expõem a vulnerabilidade humana oculta sob músculos monumentais.



Eventualmente, **você não pode competir nos níveis de antes, vamos ser mais reais**, ao chegar aos 40 anos, seu corpo para de ir nesta direção e começa a cair (Jay Cutler, 4x Mr. Olympia, grifo nosso).

A discussão aponta que o fisiculturismo é simultaneamente prática e metáfora: prática porque exige rigor técnico, conhecimento fisiológico e gestão de riscos; metáfora porque encarna a busca moderna por sentido no corpo, um espaço onde identidade, poder e sacrifício se inscrevem.



Tirar o fisiculturismo, é como tirar a mãe de uma criança, porque somos o núcleo do esporte, homens e mulheres, fisiculturismo, sabe? **Gostaria que eu te dissesse que não pode mais fazer o que mais ama?** (Iris Kyle, 10x Ms. Olympia, grifo nosso).

Se por um lado ele explicita a fragilidade humana diante do tempo e da dor, por outro exalta a potência da vontade, lembrando que cada repetição, cada dieta e cada renúncia são gestos quase litúrgicos, em que o atleta não apenas molda seu físico, mas escreve uma narrativa de si mesmo.



Quando adolescente, eu queria muito ser um fisiculturista profissional, e ser o melhor possível subindo de nível. **Dei tudo de mim, comia 12 refeições por dia, duas a três horas com pesos, tomando todas as drogas necessárias, não fiz nada além de fisiculturismo, e não ganhar, acabou comigo. Estou disposto a fazer tudo, mas não recebo nada de volta, gastei uma montanha de dinheiro, ferrei com a minha família, ferrei com meu relacionamento** (Rich Piana, grifo nosso).

Se por um lado ele explicita a fragilidade humana diante do tempo e da dor, por outro exalta a potência da vontade, lembrando que cada repetição, cada dieta e cada renúncia são gestos quase litúrgicos, em que o atleta não apenas molda seu físico, mas escreve uma narrativa de si mesmo.

CONCLUSÃO

Compreender o fisiculturismo exige ir além da análise esportiva: trata-se de penetrar em um território em que corpo, sociedade e subjetividade se fundem, desafiando a ciência a dialogar com a filosofia. Assim, este estudo não apenas ilumina as contradições dessa prática, mas propõe vê-la como chave para refletir sobre os modos de ser e existir no contemporâneo, onde músculos não são apenas fibras, mas símbolos de um mundo que ainda insiste em transformar disciplina em arte e dor em transcendência.

REFERÊNCIAS

LE BRETON, D. A sociologia do corpo. Tradução de Sônia M. S. Fuhrmann. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2007.
NEVES, T. G. Os primórdios do halterofilismo e do fisiculturismo no Brasil. 2012.
SCHWARZENEGGER, A. Enciclopédia de fisiculturismo e musculação. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

