

CORRENDO ATRÁS DA SAÚDE: REPRESENTAÇÕES DA CATEGORIA DE SAÚDE ENTRE CORREDORES DE RUA

Camila Cartaxo,
Mestranda PPGA/UFF

RESUMO ESTENDIDO

Apresentação

A corrida e a caminhada estão entre os meios de controle do peso, visando a estética e a saúde, de maior adesão no mundo inteiro. A popularidade da corrida de rua no mundo é muitas vezes atribuída pelos profissionais da área à eficácia da corrida para manter o corpo saudável. No ranking¹apresentado pelo blog *Pulso* (matéria publicada no dia 5 de janeiro de 2011) em que apresenta os dez melhores exercícios físicos para as pessoas praticarem, a corrida ocupa a oitava colocação. Isso porque, segundo os especialistas citados na revista ela é capaz de colocar qualquer um rapidamente em forma e proporcionar, em poucos dias, o condicionamento físico. Dentre os benefícios para o corpo e a saúde são relatados os benefícios cardiorrespiratórios, fortalecimento do coração, ganho de resistência muscular, melhora do sistema respiratório, além de melhora no sono e estresse. Aliado aos benefícios à saúde, a corrida é considerada um dos esportes mais democráticos, por exigir somente um par de tênis e um lugar qualquer para correr, esse é um outro fator apontado como um dos motivos da popularização do esporte no mundo.

Esse é o discurso frequentemente encontrado nas revistas especializadas e entre os profissionais do esporte, médicos e praticantes. A prática de esportes, no caso a corrida, e manutenção da saúde andam paralelamente e são muitas vezes sinônimos. Entretanto, cabe um questionamento quanto ao conceito de saúde ao qual esses profissionais, as revistas e os praticantes estão se referindo. O que seria manter a saúde, ou o corpo saudável? A discussão sobre o conceito de saúde existente no mundo contemporâneo é fundamental para entender porque a prática desse esporte cresce tanto no país e no mundo. Meus questionamentos nesse trabalho serão: com qual conceito de saúde médicos, treinadores e corredores estão operando? O que quer dizer saúde, corpo

1 Ranking: 1. Squash 2. Remo 3. Escalada 4. Natação 5. Cross-country Skiing 6. Basquete 7. Ciclismo 8. Corrida 9. Pentatlo 10. Boxe

saudável para eles?

Metodologia

Este trabalho é resultado de etnografia realizada para a elaboração da dissertação de mestrado. Motivada pela leitura de Favret-Saada (1990) e Wacquant (2002) decidi me matricular como aluna numa assessoria esportiva, escolhi uma assessoria esportiva na zona sul do Rio de Janeiro, na qual convivi com os alunos e professores nos treinos, nas provas de corrida que participavam e em todas as atividades da assessoria por um ano. Após esse período, a pesquisa passou a ser realizada em outra assessoria da zona sul do Rio de Janeiro, para obter uma perspectiva comparada, nesta nova assessoria permaneci mais 4 meses.

Durante esse período da pesquisa pude conviver com vários corredores de rua, participar com eles dos treinos e ter conversas informais nos momentos de sociabilidade do grupo, além de participar dos fóruns nas redes sociais. Essa minha escolha possibilitou que os outros alunos e até mesmo os professores me vissem como um membro do grupo, os alunos quando descobriam que eu estava lá para realizar uma pesquisa, não modificavam seu comportamento em relação a mim, já que eu estava lá em todos os treinos, suando com eles, alongando, participando de provas. Os professores não me tratavam de forma diferente, não “aliviavam” meus treinos. Tornei-me de fato uma corredora.

Desenvolvimento

“Eu venho aqui (na tenda da assessoria) e encontro pessoas saudáveis” me disse certa vez uma aluna de 35 anos que treina em uma assessoria em Copacabana, quando estávamos conversando depois dos nossos treinos e eu perguntei como ela encontrava motivação para ir correr todos os dias. Um professor da mesma assessoria me deu uma resposta semelhante quando perguntei o porquê tantas pessoas procuravam correr com assessorias, na opinião dele: “A pessoa faz atividade ao ar livre, com pessoas que buscam saúde. Isso é um estímulo a mais”.

Saúde, pessoas saudáveis, vida saudável, são termos facilmente encontrados no universo do esporte, da corrida. Tanto os alunos quanto os profissionais da área -médicos, treinadores- e revistas especializadas fazem menção ou associam a prática do esporte à um hábito saudável, que contribui para manter a saúde em forma. Durante a pesquisa encontrei algumas pessoas que afirmaram ter procurado a assessoria esportiva para começar a correr por recomendação médica, para melhorar a sua saúde, melhorar a qualidade de vida e assim se tornar mais saudável.

Mas o que seria saúde, a que essas pessoas estão se referindo quando dizem que seu objetivo é praticar um hábito saudável, estar com pessoas saudáveis, manter um corpo saudável? Ao analisarmos o conceito de saúde ao longo da história, podemos verificar que ele sofreu

modificações ao longo do desenvolvimento das ciências médicas e principalmente em relação às representações sociais criadas a partir deste conceito.

O texto de Batistella(2007) é muito interessante e esclarecedor para mostrar o quanto esse conceito se modificou ao longo da história, e como a discussão nas últimas décadas sobre saúde, a procura de um conceito positivo tem influenciado as nossas representações de saúde e conseqüentemente na aquisição de determinados hábitos. Essa tentativa de conceituação positiva é importante para entendermos a difusão da prática do esporte nos dias de hoje. A literatura médica coloca a importância da prática de atividades físicas para a obtenção da saúde, e existem diversos estudos que comprovam a eficácia da prática do esporte na prevenção de doenças e para um estilo de vida mais saudável, no qual a pessoa ficaria mais disposta, tenderia a ficar menos doente e prolongaria sua expectativa de vida.

Conclusão

Dessa forma, o esporte aparece como aliado à preservação da saúde, como hábito saudável, e forma de evitar o não adoecimento. Já não basta mais não se sentir doente, para se ter saúde, é preciso trabalhar alguns hábitos para ser saudável. Para ter saúde, é preciso portanto adquirir hábitos que lhe proporcionem isso, questões de saúde não se restringem mais a cura de doenças. A prevenção, através de bons hábitos, tornou-se a grande chave para uma boa vida, para uma vida saudável e mais longa. A saúde aparece como algo que devemos buscar, como algo que depende de nós, dos hábitos que cultivamos. Uma frase de um corredor bastante experiente, que dava conselhos num blog² para corredores que tinham ficado um tempo parados e estavam com dificuldades em voltar aos treinos, ilustra bem essa representação de saúde como algo que “corremos atrás”. Ele dizia que não havia desculpa para não treinar, se não conseguia manter o ritmo de antes, deveria diminuí-lo no início, diminuir o tempo de treino, e voltar aos poucos, ele então afirmou que tinha certeza “que durante um bom tempo a sementinha da saúde ficou plantada em você, então não tem porque jogá-la fora”. Para ter saúde, é preciso, portanto, adquirir hábitos que lhe proporcionem isso, questões de saúde não se restringem mais a cura de doenças. A prevenção, através de bons hábitos, tornou-se a grande chave para uma boa vida, para uma vida saudável e mais longa.

Referências

Barth, Frederick. Metodologias comparativas nas análises dos dados antropológicos. In: O guru, o iniciador e outras variações antropológicas. Rio de Janeiro: Contra Capa Livraria, 2000.

2 <http://oglobo.globo.com/blogs/pulso/posts/2012/03/09/amargo-regresso-435220.asp>

Batistella, Carlos. Abordagens contemporâneas do conceito de saúde. In: Fonseca, Angélica Ferreira; Corbo, Ana Maria D'Andrea (Org.). O território e o processo saúde-doença. Rio de Janeiro: EPSJV/FIOCRUZ, 2007.

Crossley, Nick. Mapping reflexive body techniques: on body modification and maintenance. *Body & Society*. 2005

Favret-Saada, Jeanne. “*Ser afetado*”, In Cadernos de campo – revista dos alunos de pós-graduação em antropologia social da USP. 2005.

Luz, Madel T. As novas formas da saúde: práticas, representações e valores culturais na sociedade contemporânea. In: Novos Saberes e Práticas em Saúde Coletiva, Editora Hucitec, 2003.

Malysse, Stéphane. Em busca dos (H)alteres-egos: Olhares franceses nos bastidores da corpólatia carioca. In: Goldenberg, Miriam (Org.). Nu&Vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Editora Record, 2002.

Mauss, Marcel. As técnicas corporais. *Sociologia e Antropologia*. São Paulo, 1974

Ortega, Francisco. Práticas de ascese corporal e constituição de bioidentidades. In: Cadernos de Saúde Coletiva. Rio de Janeiro, 2003.

Reischer, Erica e Koo, Kathryn S. The body beautiful: symbolism and agency in the social world. *Annual review of anthropology*. 2004

Rojo, Luiz Fernando. O campo no mar: fazendo observação participante na vela. Trabalho apresentado na 27ª Reunião Brasileira de Antropologia. Pará, 2010.

Wacquant, Loïc. *Corpo e Alma: Notas Etnográficas de um Aprendiz de Boxe*. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2002.

Site: <http://oglobo.globo.com/blogs/pulso>