

**LA CORRECCIÓN DEL CUERPO EN JÓVENES QUE ASISTEN A DOS
GIMNASIOS EN LA CIUDAD DE PASTO - NARIÑO**



**Universidad
del Cauca**

JUAN DAVID TIMANA MONTAÑO

Universidad del Cauca

Centro de postgrados

Maestría en Educación, Estudios del Cuerpo y la Motricidad

Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación

Popayán

2023

**LA CORRECCIÓN DEL CUERPO EN JÓVENES QUE ASISTEN A DOS
GIMNASIOS EN LA CIUDAD DE PASTO - NARIÑO**

Investigador

LIC. JUAN DAVID TIMANA MONTAÑO

**Informe final de investigación para optar por el título de Magíster en Educación,
Estudios del Cuerpo y la Motricidad**

Director

MG. WILLIAM MAUNA RIVERA

Universidad del Cauca

Centro de postgrados

Maestría en Educación, Estudios del Cuerpo y la Motricidad

Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación

Popayán

2023

JUAN DAVID TIMANA MONTAÑO

TRABAJO DE GRADO DE MAESTRIA SOMETIDO A LA FACULTAD DE CIENCIAS
NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD DEL CAUCA
COMO PARTE DE LOS REQUISITOS NECESARIOS PARA OBTENCIÓN DEL GRADO
DE MAGÍSTER EN EDUCACIÓN, ESTUDIOS DEL CUERPO Y LA MOTRICIDAD.

APROBADO POR:



MG. WILLIAM MAUNA RIVERA

Asesor



MG. JHON JAMER QUINTERO

Jurado 1



PHD. EDUARDO GALAK

Jurado 2

Popayán, 2023

AGRADECIMIENTO

El autor expresa sus agradecimientos a:

Mi madre: Nancy Montaña Delgado y a DIOS, quienes han sido el fundamento de mi educación y la fuerza detrás de mi búsqueda de conocimiento. Su inquebrantable apoyo y amor han sido la brújula que me guió a lo largo de esta travesía académica.

La Universidad del Cauca y a la Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación, Su apoyo académico ha sido fundamental para la realización de esta tesis.

Mi asesor y amigo: Mg. William Mauna Rivera, con gran respeto y admiración reconozco su contribución invaluable a esta tesis. Su experiencia, orientación y dedicación incansable han enriquecido este trabajo de manera inmensurable.

Mis profesores, quienes, con su compromiso incansable con la educación, me han proporcionado las bases sólidas necesarias para llevar a cabo esta investigación. Sus enseñanzas han sido la columna vertebral de mi formación académica.

Los participantes de mi estudio, cuyas contribuciones voluntarias y generosas han permitido la recolección de datos y el análisis necesario, les agradezco sinceramente.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de tesis a la persona más valiente y amorosa que conozco: *Nancy Montaña Delgado*, mi madre, quien además es una excepcional docente. Su vida ha sido un testimonio de coraje y amor inquebrantable. Como madre, ha sido mi protectora, mi guía y mi mayor fuente de apoyo; como docente, ha iluminado el camino del conocimiento para innumerables estudiantes, dejando una huella indeleble en sus vidas, su capacidad para equilibrar con gracia sus responsabilidades como madre y educadora ha sido asombrosa. A través de su ejemplo, he aprendido la importancia de la dedicación y la pasión en la enseñanza, así como el amor incondicional en la crianza.

Por ello, esta tesis no solo es un logro personal, sino también un tributo a su influencia en mi vida. Su amor ha sido la fuerza impulsora detrás de mi búsqueda del conocimiento y mi perseverancia en este camino académico. Agradezco profundamente cada sacrificio que ha hecho para que pueda alcanzar mis metas; madre, la amo más allá de las palabras y estoy eternamente agradecido por la inspiración que usted es para mí, su amor y ejemplo continuarán guiándome en cada paso de mi vida. Gracias, mamá.

Tabla de Contenido

1. Formulación del Problema.....	1
Pregunta Investigativa	3
2. Justificación	3
3. Objetivos.....	5
Objetivo General	5
Objetivos Específicos	5
4. Contexto.....	6
5. Referente Conceptual	7
<i>El cuerpo correcto</i>	8
5.2. <i>Jóvenes: una categoría en construcción</i>	11
5.3. <i>Gimnasia y Gimnasios</i>	13
Antecedentes	14
6. Metodología.....	21
7. Resultados.....	24
7.1. El deseo de corregir el cuerpo: la configuración del cuerpo fitness.....	24
7.2. Las técnicas del cuerpo en la corrección del cuerpo	30
7.3. El cuerpo del gym: una moda, un estilo	40
7. Discusión y Conclusiones.....	50
8. Referencias	52
9. Anexos	56

RESUMEN

Este trabajo de investigación se planteó comprender cómo a través del tiempo los cuerpos son sometidos a prácticas en centros de acondicionamiento físico que tienen la pretensión de *corregirlos* y amoldarlos a un canon estético establecido socialmente. Se propone para el análisis la propuesta de Vigarello en su propuesta teórica de *corrección corporal* con la que se nutre el análisis de los resultados. Metodológicamente la propuesta se desenvuelve a través de la etnografía reflexiva que denota la comprensión de realidades desde los sujetos, desde lo cual se presenta los resultados siguientes resultados.

- 1) *El deseo de corregir el cuerpo: la configuración del cuerpo fitness,*
- 2) *Las técnicas del cuerpo en la corrección del cuerpo,*
- 3) *El cuerpo del gym: una moda, un estilo.*

Estas nos develan los sentidos sobre la belleza y el cuerpo que se configuran en los escenarios de dos gimnasios en la Ciudad de Pasto.

ABSTRACT

This research work aimed to understand how over time bodies are subjected to practices in physical conditioning centers that aim to correct them and mold them to a socially established aesthetic canon. Vigarello's proposal is proposed for analysis in his theoretical proposal of corporal correction with which the analysis of the results is nourished. Methodologically, the proposal is developed through reflective ethnography that denotes the understanding of realities from the subjects, from which the following results are presented.

- 1) The desire to correct the body: the configuration of the fitness body,*
- 2) The techniques of the body in the correction of the body,*
- 3) The body of the gym: a fashion, a style.*

These reveal to us the senses about beauty and the body that are configured in the scenarios of two gyms in the City of Pasto.

1. Formulación del Problema

En principio, se plantea la problemática fundamental que se refiere al cuerpo que se construye a través de diferentes prácticas sociales, ya sean socialmente reproducidas o alternas y liminales, como las que realizan los sujetos jóvenes (Hurtado, 2011), cuerpo como una construcción social y cultural que desde la perspectiva de Bourdieu (2007) deviene de la historia o se constituye en formas específicas de su uso en contextos particulares, que pueden ser a la vez una reproducción de prácticas hegemónicas que se construyen a través de la máquinas de producción de subjetividad en estos tiempos contemporáneos, como lo plantea Napolitano (2016) en la tendencia del *fitbody* se producen y reproducen condiciones propias social y culturalmente establecidas que funcionan como instituciones que se in-corporan como formas de *hacer* (técnicas corporales) y se constituyen en formas de (*subjetividad*).

En esta perspectiva la investigación interroga y analiza sobre las formas en las cuáles las *técnicas del cuerpo* que se dan en los gimnasios en torno a la corrección del cuerpo configuran unas formas de subjetivabas de cuerpos atléticos, vigorosos, sensuales y juveniles. Se debate sobre otras formas y maquinarias que en la actualidad se encargan de la producción subjetividades, que inciden drásticamente en la configuración del cuerpo, por ejemplo, la industria cultural, los medios de comunicación y las redes sociales, en este sentido Landa (2016) propone *La embestida del fitness-management* en Argentina que trae consigo la configuración de un nuevo capital cultural relacionado al cuerpo: saludables, vitales, proactivo, bello y dinámico.

Este análisis necesario pretende adentrarse en la subjetividad de los jóvenes que realizan prácticas de que podrían denominarse como de *corrección corporal*, hechas de forma voluntaria, pero inducidas socialmente. Los sujetos son partícipes se disponen hacia prácticas que los llevan

al alcance de resultados relacionados con los tipos de cuerpo que se legitiman a través de las rutinas, los ejercicios, la nutrición, suplementación, aplicaciones y medios de comunicación masiva, y en este sentido, realizan ciertas prácticas que lo moldean, lo figuran y acercan al modelo de cuerpo-consumo, en esta perspectiva cabe preguntar cuáles son los modelos de cuerpo que se pretende configurar en los gimnasios en la Ciudad de Pasto.

Comprender el cuerpo cómo una construcción mediada por las instituciones también tiene la posibilidad de que los sujetos se configuren desde sus potencias (limitadas), en espacios alternos o convencionales que promuevan la emergencia de nuevas subjetividades. Por eso este documento pretende una rigurosidad en la construcción de sentido, buscando en las prácticas los matices que reproducen cuerpos para el consumo o por el contrario se encuentren otras posibilidades que los jóvenes siempre ponen de frente a la realidad desde su capacidad creadora.

Las prácticas que aquí denominamos de *corrección corporal* fueron las que estudiamos en detalle y ojo analítico, un primer paso fue identificar cuáles de esas prácticas correspondían a esta intención en medio de una oferta amplia en Pasto, aduciendo que podrían incluirse aquellas relacionadas con la cirugía estética principalmente, la intención fue aquellas que se desarrollan en los gimnasios.

Se resalta que a nivel contextual que partir del año 2015 llega a la ciudad el Centro de Acondicionamiento Físico Bodytech, este gimnasio incorpora prácticas corporales prácticas de ejercicio físico antes desconocidas en la Ciudad y que pronto se extendieron a otros espacios que al final configuran un contexto interesante a indagar.

Luego de esto en la actualidad se han diversificado las prácticas en los demás gimnasios, teniendo en cuenta el género, las posibilidades económicas y culturales de los asistentes.

Con lo planteado anteriormente y fundamentado con conceptos teóricos, se desarrolló un proceso de indagación que comprende prácticas corporales que existen en los gimnasios de la ciudad de Pasto y cómo las personas corrigen sus cuerpos a través de éstas, asimismo cambian su estilo de vida diario influyendo lo cotidiano.

Pregunta Investigativa

¿Cómo se configura el cuerpo a través de prácticas de corrección corporal realizadas por los jóvenes que asisten al gimnasio *Living People Box* y *New Body*, de la ciudad de San Juan de Pasto, Departamento de Nariño, Colombia?

2. Justificación

Este trabajo de investigación se plantea comprender, cómo a través del tiempo los cuerpos son sometidos a prácticas en centros de acondicionamiento físico que tiene la pretensión de *corregirlos* y amoldarlos a un canon estético establecido socialmente. Generalmente los “gimnasios” tienen gran influencia en la *corrección de los cuerpos*, haciendo referencia a la manera cómo se realizan prácticas que pretenden llevarlo hacia una concepción de cuerpo vigoroso, juvenil y atlético, pero a la vez delicado y sensible. Desde esta perspectiva también los medios de comunicación masiva a través de la publicidad contribuyen a configurar una imagen de cuerpo ideal, lo que influye directamente a la realización de prácticas que conlleven a ese modelo instituido.

En este sentido, *la corrección del cuerpo* en los gimnasios es un tema importante para la comprensión del cuerpo a la manera de Georges Vigarello (2005b) quien parte de la noción de que la belleza es una construcción cultural, razón por la cual existen divergencias en la forma de

apreciarla y de enunciarla, pues los cambios en los códigos culturales producen modificaciones en las percepciones sociales; pero este argumento dista de esta propuesta que comprende que hay un modelo hegemónico de cuerpo, el cual se pretende alcanzar a través de prácticas de corrección.

En esta perspectiva, Vigarello (2005b) propone el concepto de *corregir el cuerpo* como todas esas prácticas corporales realizadas por los sujetos o por las instituciones para contribuir a la configuración de un sujeto que la sociedad moderna requiere para su adecuado funcionamiento en la perspectiva productiva en el sistema económico capitalista. En este contexto histórico y político surgen entre 1910 y 1920 los primeros gimnasios en Europa Central que tenían como objetivo la racionalización del movimiento con objetivos fijados a la corrección de imperfecciones corporales, así este trabajo cobra sentido e *importancia* dado que pretende adentrarse en las significaciones que tiene hoy este tipo de prácticas en los sujetos jóvenes de la ciudad de Pasto.

Académicamente, ofrece una mirada al cuerpo desde una perspectiva del sujeto sobre las prácticas que él voluntariamente realiza, avanzando en la construcción de sentido sobre acciones que comúnmente podrían leerse como saludables. Este trabajo es un avance conceptual sobre prácticas culturales recurrentes en jóvenes, relacionando estas prácticas con los fines políticos de este momento histórico en que la sociedad requiere cuerpos para el consumo y el consumismo.

Se confirma la importancia de cómo los jóvenes realizan prácticas corporales correctivas, en una sociedad que establece un modelo basado en el deseo de *estar en forma*: fitness. Los gimnasios más allá de ser centros de mejoramiento de la salud se convierten en espacios en los

cuales se proporcionan diferentes entrenamientos y métodos que hace de estas prácticas una corrección corporal.

Otro punto que se tuvo en cuenta, y que es *innovador* es que en la sociedad contemporánea los centros de acondicionamiento físico, los gimnasios, han llevado a los sujetos a generar un espacio propicio para *verse bien*, sentir bien y que la demás personas los miren bien, en esta perspectiva podemos decir que el modelado corporal es individual en la medida que produce bienestar personal, y es social en la medida que se interviene a través de prácticas históricas de trabajo, alimentación o baile, y de referentes raciales, de género y belleza (Álvarez, 2010, p.10)

Es importante resaltar, que en la ciudad de Pasto no se han realizado trabajos de investigación referentes a este tema, se puede contribuir abriendo un espacio de reflexión con los esquemas culturales propios de la región y teniendo en cuenta los rasgos culturales de los sujetos del suroccidente colombiano.

3. Objetivos

Objetivo General

Comprender el cuerpo que se configura a través de las prácticas de corrección corporal realizadas por los jóvenes que asisten al gimnasio *Living People Box* y *New Body* de la ciudad de San Juan de Pasto, Departamento de Nariño, Colombia.

Objetivos Específicos

- Describir prácticas corporales en el gimnasio desde la perspectiva juvenil.

- Descubrir las prácticas de corrección corporal de los jóvenes que asisten al gimnasio.
- Interpretar las prácticas de corrección corporal que influyen en la configuración del sujeto joven.

4. Contexto

Geográficamente esta investigación se llevo a cabo en la Ciudad de Pasto, capital del Departamento de Nariño, al sur occidente colombiano. En Pasto según el DANE (2028) el número total de habitantes es 455.678, de los cuales 235.186 son de sexo femenino siendo un 51,6% de la población y 220.492 son de sexo masculino que representa 48,4% del total de habitantes. Es importante mencionar que en pasto hay alrededor de 41.759 jóvenes en edades entre los 14 y 28 años los cuales se distribuyen en la zona urbana y rural del municipio.

La Ciudad está incrustada en la cordillera de los andes a una altura de aproximadamente de 2500 metros sobre el nivel del mar. Su cultura es híbrida y se entremezclan diferentes imaginarios y formas de habitar el espacio urbano especialmente por los jóvenes, los cuales se agrupan a través de diferentes prácticas culturales, tradicionales y alternativas que les permite configurarse como sujetos.

En términos educativos “Pasto cuenta con 12 centros universitarios (3 públicos y 9 privados) e institutos técnicos, que en su conjunto ofrecen educación técnica, tecnológica y profesional a 31.835 estudiantes, además de cursar 1.173 estudiantes educación posgradual” (De la Rosa, 2019), esto incide en las formas como los jóvenes configuran subjetividades de las instituciones escolares que generalmente reproducen el imaginario de joven en moratoria social y sin incidencia ni capacidad para la construcción de sociedad.

Ahora bien, en términos de consumos culturales los medios de comunicación masiva han hecho que los jóvenes sigan líneas de moda en términos de consumos culturales, y en estos términos se evidencia una pérdida progresiva de las tradiciones propias de los pastusos, como la gastronomía, la música andina y las vestimentas. También las formas de moldear o corregir el cuerpo según el canon establecido por las industrias de la moda ha generado que estos realicen ciertos tipos de práctica que modifican al cuerpo con el fin de corregirlo y adaptarlo al modelo legitimado.

En estas prácticas gimnásticas y deportivas que se realizan con los objetivos planteados anteriormente toman un auge sobresaliente en las y los jóvenes hoy, es por eso que en los últimos años ha crecido el número de gimnasios en la ciudad, así como otro tipo de prácticas corporales como el crossfit, las artes marciales mixtas, además de centros de estética y cirugía plástica.

Con este panorama, esta investigación pretende centrarse en los sujetos jóvenes que asisten a un gimnasio en la ciudad de Pasto para desde allí indagar las configuraciones corporales que se dan en estas prácticas.

5. Referente Conceptual

Este apartado pretende generar una discusión con base a las discusiones teóricas que se han construido alrededor de conceptos que involucran esta investigación. Será necesario acudir a propuestas desde la ciencias humanas y sociales que en un principio sirvan para ubicar la problemática y desde allí ampliar el sentido para responder la pregunta de investigación, siendo base para el desarrollo metodológico y discusión de los resultados.

Al mismo tiempo, se pretende hacer una revisión de los avances en investigación sobre las categorías de análisis que se proponen, vislumbrando los caminos que los investigadores han tomado en la construcción de sus temas, metodologías y resultados.

Según esto, se presenta en un principio construcciones conceptuales de categorías de análisis y seguido los estudios de antecedentes.

5.1. Conceptos

El cuerpo correcto

Este apartado pretende mostrar el cuerpo como eje de la historia atravesado por la cultura y la sociedad. Las correcciones del cuerpo a través de los ejercicios físicos, la ganancia, los deportes, la salud, la moda y el ocio se constituyen en punto de partida para indagar por las formas como este es racionalizado en medidas de su espesor biofisiológico y antropométrico, sometido a disciplinas de tendencia militar y psicologizado, como muestra por ejemplo el lema “*Mens sana in corpore sano*” y finalmente pedagogizado en la escuela a través de variadas prácticas corporales que devienen de la mirada industrial moderna.

Lo anterior es una perspectiva desarrollada principalmente desde los postulados de George Vigarello (2011), el cual postula principalmente que la visión del cuerpo sufre a principios del siglo XIX una fractura en su forma de concebirlo. Al respecto el nacimiento en 1810 a 1820 de los primeros gimnasios se explica:

...Ruptura significativa y profunda, iniciando prácticas todavía poco difundidas, sugiriendo una renovación completa de la visión de los ejercicios físicos; así como una renovación total de la visión del cuerpo, es decir, un

trabajo físico totalmente inédito, propuesto en algunos gimnasios inaugurados en Londres, París, Berna o Berlín. (Vigarello, 2005, p. 23)

En un principio estos movimientos controlados del cuerpo realizados en centros especializados tuvieron muy poca difusión, pero con el tiempo lograron introducirse en las fuerzas militares y en las escuelas a través de ejercicios sistemático que pretendían principalmente generar el moldeamiento de un cuerpo adaptado a las necesidades de la naciente industria moderna, un “cuerpo productivo [a través de] movimientos contabilizados” (Vigarello, 2011, p. 23).

Nace entonces, una nueva visión de cuerpo que muestra las formas de mejorar y medir las fuerzas y capacidades según unidades de medida universalmente comparables, esto es: la racionalización de los movimientos corporales. Se crean instrumentos que permiten medir la fuerza y la velocidad relacionadas con el trabajo y se implantan objetivos de mejoramiento de estas capacidades a través de la medición, herramientas que permiten definir que el rendimiento depende “principalmente de su masa, su energía muscular y del régimen que le es dado” (Bailly, Bixio y Malpeyre, 1835, p. 432).”

Con este panorama se da el surgimiento de los programas gimnásticos para niños y jóvenes dispuestos principalmente para la corrección corporal “un conjunto de movimientos suficientemente precisos, una movilización de los músculos suficientemente individualizada, con el fin de corregir las curvaturas erróneas del cuerpo” (Vigarello, 2011, p. 30).

Lo anterior, hace referencia precisamente a la *corrección corporal* a través de los movimientos en centro especializados que permitían mejorar aquellos defectos naturales y desfavorecidos por la naturaleza. Más estas prácticas se combinan con procesos escolares y son

incluidos en las escuelas los programas de ejercicios gimnásticos que tienen el principal objetivo mantener el hábito del silencio y la atención.

Con este panorama, ilustrado por Vigarello el cuerpo se dispone como una construcción mediada con los fines políticos de cada momento histórico en relación con el tipo de ser humano que la sociedad requiere para cada momento histórico, luego en el siglo XX, el consumo, la moda y los medios de comunicación constituyen otros imaginarios de cuerpo que se hacen al sujeto, pero que guardan sintonía con los postulados de Vigarello (2005), la belleza, que es otro punto importante en la tesis del autor se constituye en un arista importante a tener en cuenta:

Parte de la noción de que la belleza es una construcción cultural, razón por la cual existen divergencias en la forma de apreciarla y de enunciar, pues los cambios en los códigos culturales producen modificaciones en las percepciones sociales[...] En los inicios de la Modernidad, la belleza se encontraba definida por un código moral que privilegiaba la parte superior del cuerpo (ojos, cuello, frente, labios, senos, manos y brazos), lo cual evidenciaba que el orden estético se encontraba supeditado por el cósmico; ya que una de las nociones más importantes del pensamiento medieval era la de la verticalidad, misma que enfatiza la parte superior, morada de Dios, sobre la inferior, habitáculo del demonio. (p.215)

Las prácticas corporales que se dan a través de la belleza y de la imagen que se proyecta generan nuevas prácticas de corrección corporal, pero ya no directamente relacionadas con la producción y la industria, sino, con ciertas formas de consumos culturales relacionados al cuerpo referidos a la forma y su parafernalia, aquí han influido los medios de comunicación, que hacen sobresalir un cuerpo joven-viril en los hombres y voluptuoso-sensual en las mujeres, estas

formas se constituyen en una de las razones por las cuales las personas realizan prácticas para la corrección corporal, es decir, cambiar aquellas partes del cuerpo que no se adecuan al modelo propuesto por la moda e industria cultural.

5.2. Jóvenes: una categoría en construcción

El concepto de jóvenes que aquí se plantea parte del hecho de comprender esta como una categoría social y cultural. Pero es importante, primero mostrar cómo los jóvenes han sido configurados históricamente desde imaginarios sociales instituidos, así lo muestra Hurtado (2011) cuando plantea que estos han sido contruidos desde instituciones como la escuela, la iglesia, la familia, la fábrica, entre otras que a través de los discursos reiterativos que se convierten en matrices de sentido, los cuales desde la perspectiva del autor podría ser los siguientes: Lo juvenil como etapa de transición, lo juvenil como periodo de crisis y los jóvenes como agentes estratégicos del desarrollo (pp. 35-36).

La tesis principal que plantea Hurtado (2011) plantea la potencia y posibilidad de los jóvenes de construir realidades sociales a partir de espacios alternos a los que la institucionalidad ha construido para ellos, pero, hay que tener en cuenta que los jóvenes en la investigación de Hurtado son aquellos que están organizados en grupalidades que generan alguna práctica cultural. Al contrario de esto, este trabajo pretende mostrar las prácticas corporales de los jóvenes en las prácticas de ejercicios físicos que pretenden mejorar algunas formas corporales, y que generalmente no tienen una mirada política o social clara, es más, podrías decirse que reproducen prácticas de homogenización y disciplinamiento.

En este contexto será importante tener en cuenta las prácticas que podrían denominarse desde la perspectiva de Vigarello (2005b) como de corrección corporal, aquellas que toman el cuerpo como primer escenario donde se incorporan y se mixturán diferentes imaginarios sociales

que determinan las subjetividades juveniles y los tipos de cuerpo que en ellos se legitima. En los cuales se cruzan temporalidades, consumos culturales, formas de habitar las ciudades y prácticas que se ubican en el orden de la experiencia. Ya no solamente las instituciones sociales, familiares, políticas y económicas quienes otorgan e indican el sentido. “La mayoría de la gente ya no puede buscar el sentido de su vida en lo que hay, o sea en el trabajo y en la política, no tiene más remedio que buscarlo en los que es, que es lo único que le queda” (Martin-Barbero, 2004: 35)” (Hurtado, 2011, p. 37)

Con este panorama, los jóvenes como sujetos en tensión tienen la potencia limitada para construir una sociedad. Limitada en la medida que están sujetos a los consumos culturales hegemónicos que los impulsan a conseguir una imagen corporal adaptada a los estándares de moda: ropa, accesorios, tipos de cuerpo, modificaciones corporales que se constituyen en una forma parmente de andar: disposiciones corporales en palabras de Bourdieu (2007).

Jorge Elbaum (1998) sostiene que los medios de comunicación eligen a los sectores juveniles de las distintas clases sociales como destinatarios principales de las publicidades de consumo. Aporta también el autor el concepto de “juvenilización social” refiriéndose a los adultos que intentan parecer más jóvenes. Se crean entonces “imágenes de consumo “estéticas, productos que no sólo llevan a consumir a los jóvenes, sino que inducen a los adultos a este mismo consumo para ingresar al mundo juvenil. Ante el mensaje de la sociedad se produce una competencia entre los adultos y los adolescentes. Ya no les pertenece más con exclusividad un cuerpo joven, lo cual es otro obstáculo en la construcción de la identidad cultural juvenil. (Monkobodzky, 2008, p. 2)

5.3. *Gimnasia y Gimnasios*

Históricamente el cuerpo ha sido interpretado según las ideas prevalentes de contexto sociocultural de cada época, como en la modernidad que desde una mirada fisiológica y anatómica se configura el concepto de individualismo que permite a cada persona decir “mi cuerpo” en el sentido de posesión. La actividad y los ejercicios físicos, va de la mano en el campo educativo ya que el aprendizaje en la educación física va corrigiendo el cuerpo, en sus movimientos, en su forma de caminar, correr, caminar.

Los gimnasios nacen a través de estas prácticas como las representaciones gimnásticas,

en la escasa historiografía de la educación física contemporánea española aún existen numerosos períodos oscuros y ámbitos de estudio por tratar, uno de ellos se ubica en la primera mitad del siglo XIX, cuando se pasa por alto todo enfoque social o conceptual en torno al avance de las actividades gimnástico-recreativas y el nacimiento de los primeros gimnasios decimonónicos. (Torrebadella, 2013, pág. 69).

Entre los años de 1810 y 1850, emergen en Europa los primeros gimnasios en los cuales la participación era poco concurrida. En estos espacios se resaltaba la higiene, los ejercicios físicos y una vida más saludable. A la vez, las nuevas formas de relacionamiento, el contexto inédito de lo corporal, los nuevos esquemas de pensamiento sobre los movimientos configuran un entramado de simbolismos que reinterpretan al cuerpo como rendimiento, eficacia, resultados, superando al imaginario medieval del cuerpo como templo.

Los ejercicios como una renovación total de la visión del cuerpo, es decir, un trabajo físico totalmente inédito, propuesto en algunos gimnasios inaugurados en Londres,

París, Berna o Berlín. Esa originalidad es importante por ser dichas acciones objeto de efectos medibles y calculados, productores de fuerzas previsibles y contabilizadas. (Vigarello, 2011, p. 23).

El modo por el cual Clais, director del gimnasio de Berna, evoca en 1815 los resultados obtenidos por uno de sus alumnos ilustra, en pocas palabras, una nueva visión del cuerpo. Un niño obtiene resultados medidos y comparados a través del tiempo: una fuerza de presión de sus manos flexionaba (en cinco meses); con sus brazos se erguía a tres pulgadas del piso, y quedaba así en suspenso durante tres segundos, él saltaba tres pies de largo, recorría 163 pasos en un minuto y cargaba en ese mismo período de tiempo un peso de 35 libras sobre sus hombros (un año después), saltó con impulso seis pies de largo y corrió 500 pasos en dos minutos y medio (Buche, Trélat, 1825: 306). (p. 27)

En la actualidad los gimnasios, la publicidad, los medios de comunicación, han estructurado un tipo de cuerpo que puede ser corregido, el hombre debe tener bíceps y tríceps grandes, pectorales bien hipertrofiado, abdomen demarcados, donde sus glúteos deben resaltar en sus pantalones, al igual que sus piernas, hombres que su interés es ser observados por el otro, en cambio las mujeres buscan la delgadez, la silueta perfecta, donde la cintura delgada, abdomen marcado, glúteos firmes, piernas gruesas y bustos proporcionados, son los puntos más importantes hacia su cuerpo ideal.

Antecedentes

En la búsqueda y el análisis de antecedentes se realizó en las diferentes plataformas especializadas, como son Google Scholar, bases de datos de la Universidad del Cauca: EBSCO, Scopus, E Libro. Las categorías de búsqueda fueron las siguientes: cuerpo, cuerpo y gimnasios,

cuerpo y corrección corporal, cuerpo y ejercicio, cuerpo y consumo, jóvenes y gimnasios de las cuales las plataformas arrojan 13,900 artículos, de estos se seleccionaron 11 trabajos por la afinidad al problema de investigación, por la comprensión del cuerpo y de la imagen, la posibilidades metodológicas, y las construcciones teóricas de corte social . En adelante se presentan las investigaciones analizadas:

Uno de los trabajos importantes es el desarrollado Álvarez (2010) denominado *Cuerpo y sujeto: entre pesas y espejos*, metodológicamente utiliza el discurso como forma de interpretar las prácticas corporales en los gimnasios, pretendiendo comprender cómo se construye el cuerpo en el gimnasio desde varios espacios de interrelación. Este trabajo es relevante dado que manifiesta que el gimnasio se convierte en espacio del moldeamiento del cuerpo que muchas veces está orientado desde una mirada consumista y otras estéticas basadas en el prototipo de cuerpo que se vende a través de los medios de comunicación.

Otro antecedente importante es la *Cultura de gimnasio. Significados y usos del cuerpo* (Echagüe, 2017) Su objetivo es comprender las significaciones que los sujetos adjudican a sus cuerpos y a la práctica de “moldearlos” en el gimnasio, este proyecto tuvo como enfoque metodológico el diseño cualitativo, que permitió acceder a respuestas de gran riqueza heurística en cuanto a las experiencias subjetivas de la población de estudio. En este trabajo se logró “la noción de que el cuerpo no puede ser transformado un cien por ciento ya que existe una base genética y es a partir de ésta que se lo trabaja y moldea. En segundo lugar, se encuentra el carácter signo del cuerpo que transmite significaciones en su espontánea presencia frente a otros, ya sea mediante la forma, la postura, los gestos o los movimientos”. (p.3)

Del mismo modo podemos citar el trabajo *El dolor y el espejo como indicadores de la transformación corporal en las narrativas de jóvenes asistentes al gimnasio* (Vélez y Marín,

2011) su objetivo es comprender los significados construidos acerca del espejo como objeto fundamental de las narrativas de la transformación del cuerpo y del dolor como estado necesario para la transformación de este. Además, pretende develar los significados de ambas nociones como indicadores del proceso de transformación, esta investigación se realiza desde un enfoque interpretativo, diseño cualitativo y mediante un método fenomenológico-hermenéutico. Con esto se logró identificar que las personas al asistir al gimnasio buscan en este espacio, un encuentro de interrelación con sí mismo, convirtiéndose el espejo, la herramienta del cambio corporal, lo que hace que el sujeto se mire bien y se sienta bien con el mismo. Los autores desde la perspectiva de (Vélez y Marín, 2011, p. 4) “quien afirma que el cuerpo es el vehículo de estar-en-el-mundo. Además, el cuerpo aparece hoy como un objeto susceptible de transformación y diseño, siendo maleable y susceptible de ser modificado a través de intervenciones quirúrgicas o prácticas físicas y deportivas”.

De igual manera, es importante tener en cuenta el estudio que se realiza sobre *El dispositivo, el gimnasio y el cuerpo entrenado. Reflexiones a la luz de algunos de los aportes de Michel Foucault*, (Rodríguez 2012) cuál objetivo principal es argumentar cómo el gimnasio se convierte en un dispositivo de entrenamiento desde la perspectiva de Michel Foucault, esta investigación es una etnografía donde el observador realiza diferentes preguntas y analiza los datos generados por los asistentes al gimnasio. El gimnasio se convierte entonces, en el ser humano como el templo de construcción del cuerpo regido por la hegemonía de la sociedad, los modernos gimnasios de entrenamiento conforman uno de esos espacios donde un conjunto de elementos relacionados dispositiva mente se despliegan para moldear un tipo de cuerpo: el entrenado.

Así mismo podemos resaltar el trabajo investigativo “*Manifestaciones del trastorno “vigorexia “presentes en usuarios de gimnasios del municipio Libertador del edo. Mérida”* (Kishory, 2010). el cual su objetivo era identificar, estudiar las manifestaciones de vigorexia en usuarios de gimnasios del municipio de libertador, esta investigación estuvo conformada por 200 personas las cuales el 64% fueron hombres y e36% fueron mujeres. El estudio es un trabajo de campo, apoyándose en entrevistas, encuestas y observaciones, se puede apreciar que la mayoría de los hombres que asisten a gimnasios asisten al gimnasio para ganar mayor fuerza y flexibilidad, mientras las mujeres asisten al gimnasio por corregir sus cuerpos.

Por otra parte, también debemos tener en cuenta el trabajo realizado por Trejo, Castro, Solís, Mollinedo y Valdez (2010) Denominado *Insatisfacción con la imagen corporal asociada al Índice de Masa Corporal en adolescentes*, el objetivo es identificar la asociación entre la insatisfacción con la imagen corporal y el índice de masa corporal en los adolescentes, la muestra estuvo conformada por 231 alumnos de una secundaria pública de Municipio de Fresnillo, Zacatecas, México. El estudio realizado corresponde a un diseño descriptivo, correlacional, comparativo, con el instrumento de recolección de información Cuestionario de la figura corporal (Body Shape Questionnaire [BSQ - 34]). Respecto a la insatisfacción con la imagen corporal, los resultados indicaron que el 81,8% de los adolescentes está satisfecho con su imagen corporal a diferencia de un 17,7% que presentó insatisfacción leve y 4% insatisfacción moderada, al seleccionar únicamente a los adolescentes con sobrepeso y obesidad y efectuar comparaciones de acuerdo con el sexo, se encontró que los adolescentes presentan mayores niveles de insatisfacción con su imagen cuerpo que los hombres.

Es preciso abordar la investigación, “*Alteración de la imagen corporal en un grupo de usuarios de gimnasios*”, (Ayensa, Martínez y Rancel, 2005). El presente estudio tuvo por objeto

averiguar el nivel de insatisfacción corporal que tenía un grupo de usuarios de gimnasios, Participaron 83 sujetos del sexo masculino, con un rango de edad entre 15 y 58 años, que practicaban habitualmente deporte en siete gimnasios del área metropolitana de Guadalajara, Jalisco (México). El cuestionario se denomina Cuestionario del Complejo de Adonis; ha sido propuesto por Pope y cols. (2002) y traducido experimentalmente por Baile (en prensa). Dicho cuestionario tiene valores de referencia en la población anglosajona. En este estudio 36 personas tienen una preocupación leve respecto a su imagen corporal. 2. 46 personas tienen una preocupación moderada respecto a su imagen corporal y una (1) persona tiene una preocupación grave sobre su imagen corporal.

Es de resaltar el trabajo denominado “Construir un fit-body. Discursos sobre el cuerpo y violencia simbólica en prácticas fitness” realizado por Napolitano (2016), en el cual se expone que en los gimnasios no solo se reproducen los movimientos propios de los ejercicios, sino que se producen y reproducen condiciones sociales propias de estos espacios, que podrían constituirse como instituciones en los que instituyen formas de *hacer* y de *ser* que son incorporadas, por tanto, el cuerpo es central en la investigación desde aquello que se denomina como formas de hacer ejercicio o como aquellas prácticas enmarcadas en los ámbitos socioculturales. Es interesante la conceptualización analítica del “*fit-body*”: por la doble acepción del inglés de la palabra “fit”, como un cuerpo que se “ajusta” a parámetros relativamente establecidos de antemano pero que también es “calificado para”, que adquirió las condiciones técnicas para desarrollar la práctica.” (p. 132)

Es importante en esta línea nombrar el trabajo de Landa (2016) denominado “Fitness-management: el conflictivo devenir de una cultura empresarial” en el cual se presenta una reflexión etnográfica entre las dinámicas impuestas por el fitness, como forma empresarial que

desde su genealogía en Estados Unidos constituye nuevos simbolismos sobre el cuerpo que luego empieza su apertura al mundo latino. Se presenta como primer resultado: *Batallas culturales: críticas de los profes al primer fitness*, en la cual los profesionales de Educación Física que trabajaban en gimnasios criticaban principalmente que las técnicas del cuerpo usadas por esta tendencia carecían de carácter científico que se basara en las ciencias fisiológicas y de la pedagogía, siendo su único propósito aumentar las rentas de las empresas promotoras. El segundo resultado presenta *El boom del fitness: el devenir de una cultura empresarial en los gimnasios*, que analiza la forma en que se instaura en Argentina un sector empresarial definido en una primera etapa de “despege” en la cual se fortaleció con tendencias de Estados Unidos y Brasil y una segunda en donde se consolida el sector. Finalmente, el tercer resultado presenta la *La embestida del fitness-management*, despliega el análisis sobre cómo el fitness trasciende lo local hacia lo global, que trae consigo un nuevo capital corporal “El instructor de fitness produce a otros cuerpos con los atributos de su encarnación: salud, vitalidad, proactividad, belleza y dinamismo” (Landa, 2026, p. 24)

Abib y Gomes (2019) presentan la investigación “A educação e o governmento dos corpos na atualidade: uma análise do “Movimento 21 dias por uma vida mais saudável”” En la cual en un análisis de contenido desde la perspectiva de dispositivo (en Foucault) reflexiona sobre el programa de salud pública del Estado del Espíritu Santo en Brasil, el programa tiene tres líneas de trabajo las cuales son: Alimentación saludable, Actividad Física y convivencia familiar. Se expresa el uso de bio-políticas para lograr a través del cuerpo un estilo de vida en la población, usando dispositivos como el reto integran la responsabilidad individual frente a la salud de cada sujeto.

Un trabajo que es importante a nivel local el desarrollado por Cuaran y Quintero (2022): Jóvenes, cuerpo y masculinidad: Una aproximación etnográfica desde las artes marciales mixtas. Investigación desarrolla desde las técnicas que ofrece la etnografía en la Ciudad de Popayán se pregunta sobre ¿Cómo se construye la masculinidad en el cuerpo de los jóvenes? Resulta interesante la comprensión de que las practicas corporales de Artes Marciales mixtas se comprende como una práctica de subjetivación que les permite a los jóvenes hacerse a sí mismos. Los resultados destacan que las y los jóvenes construyen su masculinidad en un intersticio en el que se encuentran los sentidos hegemónicos de la masculinidad, relacionado con la virilidad principalmente, y la construcción de nuevas masculinidades en las que entran en juego otros significados en los que significa ser hombre.

Con todo lo anterior, los antecedentes vislumbran una temática referente al cuerpo que se puede se intervenido para corregirlo (Alvares, 2010; Echagüe, 2017; Velez y Marin, 2011), a través de prácticas que se dan en los espacios específicos del gimnasio para lograr un cuerpo entrenado (Rodríguez, 2012). Destaco en este ítem los aportes de la profesora Napolitano (2016) que constituye un campo de estudio emergente sobre estos temas de *la practicas gmnicas*, el Fit-body, y las incidencias nivel social que se relacionan con a la vez con una cultura del cuerpo. Esto último analizado por Landa (2016) desde la perspectiva del *management* que construye un imaginario a modo del mercado del cuerpo.

Metodológicamente los trabajos analizados toman diferentes vertientes principalmente a nivel cualitativo con enfoque comprensivo, pero destacamos aquí investigaciones de corte empírico que dan una perspectiva de imagen corporal pertinente en los análisis.

6. Metodología

Este proceso se llevó a cabo desde un diseño cualitativo que trabaja en la lógica del enfoque histórico hermenéutico – comprensivo. Se pretende asumir la perspectiva epistemológica cualitativa que surge de las ciencias sociales como una perspectiva alterna al paradigma empírico analítico, tiene como objeto de estudio los fenómenos humanos y sociales desde una perspectiva en el cual “sus partes constituyentes forman una totalidad organizada con fuerte interacción entre sí, es decir, constituyen un sistema, su estudio y comprensión requiere de la captación de esa estructura dinámica interna que la caracteriza” (Montaño, 2007)

En este sentido, la hermenéutica como enfoque del diseño cualitativo pretende interpretar y comprender los datos en su contexto natural teniendo como punto de partida un referente conceptual que guía el análisis y permite la reflexión crítica y propositiva constante, en un ir y venir entre la realidad y la teoría. Teniendo en cuenta lo anterior, este proyecto en mención acoge esta mirada en cuanto el análisis describe narrativas de los sujetos que representan su subjetividad a través de su experiencia dentro del contexto específico en el cual el sujeto se desenvuelve.

El tipo de estudio se propone desde la perspectiva de *complementariedad* propuesta por Murcia y Jaramillo (2001) que proponen asumir la comprensión de fenómenos sociales desde la mirada de complejidad, para lo que será necesario recurrir a diferentes métodos y técnicas que permitan la recolección y análisis de datos.

En este orden de ideas el proyecto se desarrolló en tres etapas a saber en trabajo de campo: Exploratoria, focalización y profundización según la propuesta de Galeano (2004)

En la etapa exploratoria se realizó al primer acercamiento al trabajo de campo en el cual se realizó observación participante como técnica esencial para familiarizarse con el campo de la investigación y los sujetos a indagar, es una posibilidad de palpar la situación, avanzar en el contexto y abrir los oídos a la escucha (Taylor y Bogdan, 1987), para este paso fue necesaria la ubicación en espacios comunes de los gimnasios *Living People Box* y *New Body* (la entrada, la sala de máquinas, el salón de Actividad Fisca Musicalizada), allí se desarrollaron 10 observaciones registradas en diarios de campo.

Segundo, *la etapa de focalización* “centra el problema estableciendo relaciones con el contexto. Permite agrupar, clasificar, dar cuenta de la trama de nexos y relaciones, concretar aspectos y dimensiones, definir lo relevante e irrelevante. En lo propio consistió en un análisis de los datos recolectados en las observaciones, para ello se realizó un análisis línea a línea y agrupación (Strauss y Corbi, 2002) que dio lugar a unas pre categorías, con ellas se identificó los puntos más relevantes para profundizar en el siguiente paso: elaborar la guía de entrevista, seleccionar a los informantes clave y aplicación de entrevistas.

En el tercer paso de *profundización*, se aplicó la guía de entrevista a tres (3) informantes clave, dos (2) mujeres y un (1) hombre que cumplieran con los siguientes criterios de inclusión:

- Tener una antigüedad de más de un año asistiendo al gimnasio.
- Facilidad en la conversa, disposición y apertura frente a las cuestiones tratadas.
- Ser mayor de edad (18 años en Colombia)

Con toda la información recolectada con los instrumentos antes mencionados se acude a la sistematización y análisis que permitió adentrarse en la comprensión de lo social del cuerpo y viceversa, esto se hizo con las herramientas que ofrece la Teoría Fundamentada de Strauss y Corbin (2002), que se muestra a continuación:

1. Microanálisis: análisis línea a línea, proceso que se hace a la información registrada en diarios de campo y transcripción de entrevista en lo cual surgen los relatos que se citan en los posteriores resultados. A cada relato se asigna un código (en relación hay también una estructura alfanumérica que se da al final del relato, esto tiene que ver con la ubicación del dato en el banco de información) que refleja y sintetiza el relato en sus propiedades y dimensiones.
2. Codificación abierta: proceso de agrupación por afinidad en primer nivel a los códigos de cada relato, desde un enfoque *in-vivo*, es decir se guarda fidedigna relación al contexto del relato, sin intervención interpretativa y teórica. De este proceso surgen las categorías abiertas.
3. Codificación Axial: proceso de comparación constante, es un paso de reagrupación por afinidad y similitud de las categorías abiertas, pero con un corte interpretativo desde la teoría formal, de ahí surgen las categorías selectivas.
4. Codificación selectiva: este es el proceso final del análisis y sistematización de la información, se constituyen en los resultados que se muestran en el apartado subsiguiente. Son construcciones teóricas a partir de los datos sustantivos que emergieron principalmente de los informantes clave en las entrevistas y algunos relevantes de las observaciones de campo.

Finalmente, en *los obstáculos* presentados durante la investigación se refirieron en un primer momento a la dificultad para conseguir el rapport con los sujetos investigados, aunque metodológicamente se planteo primero una observación en puntos estratégicos, esto pudo causar incomodidad en quienes realizaban sus prácticas gimnasio; segundo, sigue siendo difícil en el adentramiento de la dimensión corporal de la subjetividad, en la etapa de profundización los entrevistados no sabían bien que contestar a la pregunta por el cuerpo, por lo que fue necesario construir arquetipos sobre las practicas corporales y desde allí preguntar.

7. Resultados

En los resultados se expondrán tres categorías emergentes: *El deseo de corregir el cuerpo: la configuración del cuerpo fitness, Las técnicas del cuerpo en la corrección del cuerpo, El cuerpo del gym: una moda, un estilo*. Estas últimas se denominan como *categorías selectivas* y son construcciones teóricas que emergen desde los datos empíricos en relación con la teoría formal¹ y las interpretaciones del investigador (ver aportado anterior). Estas surgieron de la información suministrada por los participantes y lo observado en el campo investigativo, basándose en la propuesta de Strauss y Corbin (2002) sobre la teoría fundamentada se llegó a los sentidos sobre la belleza y el cuerpo que se configuran en los escenarios de dos gimnasios en la Ciudad de Pasto.

7.1. El deseo de corregir el cuerpo: la configuración del cuerpo fitness

Esta categoría muestra las tendencias centrales por las cuales las y los jóvenes que asisten a prácticas corporales estructuradas en centros de acondicionamiento físico y gimnasios,

¹ Aquella construida con antelación por autores en los temas relacionados en el análisis.

entre lo que se destaca el *deseo* de obtener un cuerpo atlético, delgado, joven; viril y vigoroso y sensualizado.

El deseo por obtener este tipo cuerpo definido como bello, según Canclini (Citado por Hurtado, 2011) consiste en la comprensión de que “la construcción social del deseo tiene una relación estrecha con el consumo cultural.” (p. 27), que configura imaginarios de cuerpo e imagen de cuerpo desde estereotipos que se legitiman en el dispositivo publicitario, las redes sociales, la alimentación, el cine, la música, etc....

Estas siluetas *del cuerpo* que se configuran desde las estructuras dominantes del mercado y el consumo principalmente conllevan a realizar prácticas desde lo corporal que pretenden *generar cambios o transformar* el órgano humano: sus formas, su rostro, sus movimientos, su parafernalia, sus usos, sus técnicas y sus relaciones. Vigarello Propone este tipo de prácticas como *corrección corporal*, para quien corregir no se trata solamente de “corregir lo que “manifiestamente” injuria a la figura normal del cuerpo, sino también de preguntarse por los criterios de rectitud deseados” (2005, p. 20)

En este orden, se postula aquí indicios sobre los deseos que motivan las prácticas de corrección corporal de los sujetos que realizan ejercicios físicos estructurados, planificados y racionalizados a través de procesos que generan cambios en la imagen corporal, y que inevitablemente incorpora simbolismos en los sujetos que procesualmente los constituyen como cuerpos fitness.

7.1.1. El deseo de un cuerpo: estar en “forma”.

Estar en forma se constituye en un imperativo de las prácticas corporales de gimnasio, de crossfit, de baile, entre otras. Esta *forma*, es aquella que es producto del *deseo* de alcanzar una figura corporal bajo los estándares de belleza que la sociedad hoy ha configurado, parece tener gran relevancia la marcación muscular y el porcentaje bajo de grasa, así lo manifiesta un informante en el siguiente relato:

Hay que tener en cuenta que exactamente hay opiniones muy personales, de cómo puede ser tu cuerpo perfecto en un hombre o una mujer, ...el estándar por lo general nos lo ha puesto, digamos la sociedad. Entonces digamos, que como parte general uno pensaría que alguien que hace ejercicio y se alimenta bien, tiene bajo porcentaje de grasa, tiene marcación muscular, o sea, su tono muscular es bastante evidente, tanto en hombres como en mujeres. (Ent 3-r42)²

Se evidencia en lo anterior, como las personas que asisten a prácticas corporales gimnásticas buscan transformar su cuerpo, adaptándolo a un tipo que se ha legitimado socialmente como *perfecto*. En lo específico, el ejercicio físico se constituye en una práctica que permite adecuar el cuerpo a esa forma: marcación muscular y bajo en grasa que se dibuja en diferentes escenarios donde los sujetos se desenvuelven, pero a la vez se mixtura con otras prácticas que contribuyen a la corrección corporal como la alimentación y la suplementación deportiva.

En esta perspectiva Lipovetski (2002) plantea que en la era posmoderna existe un interés “febril” por el cuerpo que obedece a intereses sociales y no siempre es una elección “espontánea y libre” (p. 63)

² Este se define como código alfa numérico y tiene dos intenciones a saber: 1) mantener la identidad oculta del informante, 2) Ubicar el relato en el banco de información de la investigación. Se define lo siguiente: Ent 3-r42, en el cual *Ent* se refiere a la técnica de entrevista y 3 a el número de la misma, *r* se refiere al relato y el numero a la ubicación de ese relato en dicha entrevista, esta lógica se aplica a los subsiguientes, en los cual aparecerá en ocasiones DC que se refiere a los diarios de campo.

Inicialmente todas vamos con el ánimo de conseguir algo estético, principalmente las mujeres, el tema del glúteo, la pierna, todo el tren inferior, el superior ni a veces ni quieren o queremos tocarlo al principio. Entonces mi expectativa era esa, básicamente yo creo que las mujeres queremos ser delgadas y en algún punto subir más cola, subir más piernas, cuestiones que más adelante o con los años se entenderá que es más complejo de lo que se ve, pero pues sí, uno aprende a querer el proceso, pues aprende también a querer su cuerpo. **(Ent:3-r4)**

Este “*conseguir algo estético*”, según la narrativa, se refiere a la intención de conseguir una silueta de cuerpo femenino que se configuró en el deporte desde principios del siglo XX, “se impuso el prototipo de mujer espigada, esbelta, moderna, que juega a tenis y a golf,” (Lipovetski, 1996). En este orden el *deseo* de un cuerpo puede considerarse como un interés de la persona por conseguir este tipo de cuerpo atlético, y así, desde algunos autores como Deleuze y Guattari (1973) el deseo es una fuerza de producción de realidades:

Si el deseo produce, produce lo real. Si el deseo es productor, sólo puede serlo en realidad y de realidad. El deseo es este conjunto de síntesis pasivas que maquinan los objetos parciales, los flujos y los cuerpos, y que funcionan como unidades de producción (Deleuze y Guattari, 1973, p. 34)

Al deseo, al ser productor de realidades, produce las realidades sobre el cuerpo, sus simbolismos y sus contextos de significado en donde toma gran relevancia el modelo creado por la moda, la juventud, fit... Estas realidades son diversas y pasan por la subjetividad de cada sujeto joven, crea unas formas de asumir sus relaciones, con ellos mismos, con sus semejantes y con el entorno, se genera un código sobre los cuerpos que les ubica en ese contexto, como lo menciona una joven:

Mi percepción fue más [hacia] los hombres, era en su físico un poco más evidente el trabajo que en las mujeres, entonces a veces llaman más la atención los cuerpos de los hombres, porque su transformación es un poco más evidente, sin embargo, pues más adelante con el paso de los años obviamente me crucé con mujeres disciplinadas. **(Ent3: r6)**

La forma en cómo se perciben los cuerpos es denominada por los códigos sociales que lo componen, según Vandermonde (citado por Vigarello, 2005b) en la media modernidad “cuando un hombre está bien conformado, debe ser bien plantado, tener músculos que expresan fuerza, miembros vigorosamente presentados y todos los rasgos bien acusados” (p. 33), perspectiva que tiene que ver con la forma en que el *poder* circula sobre los cuerpos, adaptándolos a códigos culturales a través de la adquisición de capitales simbólicos.

De lo anterior, se pretende mostrar cómo el deseo de cuerpo al que se quiere llegar requiere de una serie de procedimientos, generalmente racionalizados, que se dan dentro de las prácticas corporales relacionadas al gimnasio. en este sentido Hurtado plantea que:

La construcción social del deseo tiene una relación estrecha con el consumo cultural. En términos de García Canclini (1995: 48): «el consumo es un proceso en que los deseos se convierten en demandas y en actos socialmente regulados». El consumo se convierte en una forma de subjetividad desde la cual el deseo se encarna a través de necesidades y objetos de deseo contruidos por los sistemas de producción. (2011, p. 27)

7.1.2. Un cuerpo con belleza.

En continuidad a lo ya expuesto, se identifica la tendencia a la categoría *belleza*, y digo categoría porque en este caso se refiere a la construcción social colectiva de contextos de

significados que le asignan al cuerpo. La belleza en la naciente modernidad los discursos sobre la belleza son más relevantes como una certeza de *perfección* instalada en el corazón del mundo. (Vigarello, 2005b, p. 15). En esta época se empieza a configurar un modelo único que mixtura las creencias basadas en la divinidad y la religión cristiana con las figuras que por un lado se ven en el arte renacentista y por el otro, con el tipo de cuerpo que se desenvuelve en lo urbano, la fábrica y el deporte.

En definitiva, como plantea Vigarello (2005b) “la verdad de esa primera belleza moderna invocada en el siglo XVI reside en la asociación de las partes una continuidad de objetos que componen la perfección” (p. 25), un cúmulo de partes que se deslizan entre la fuerza y virilidad en los hombre, y una sobre-exaltación de la belleza femenina “hasta el extremo de parecer su culminación, lo que profundiza el nuevo auge de lo sensible y el gusto” (p. 28).

En este orden, uno de los grandes motores de los participantes está en asistir al gimnasio con el deseo de encontrar esos procesos para fortalecer, adelgazar, tonificar, bajar grasa, disminuir la flacidez, aumentar la masa muscular en partes específicas, entre otras similares, así los investigados empiezan a apropiarse de prácticas corporales de tipo gimnástico como las pesas, uso de máquinas, crossfit entre otras actividades y acciones que les permite conseguir ese cuerpo que ellos consideran *bello* y lo mencionan así:

La verdad fue por mi pérdida de peso, cuando tuve a mi bebé y perdí muchísimo peso y la verdad nunca me ha gustado ser delgada entonces la motivación fue recuperar nuevamente el peso *normal* y pues obviamente crear un poquito más de masa muscular. (Ent:2-r 3)

Encontrar lo *normal* es una instancia de lo corporal común en estas prácticas de la cuales nos ocupamos en este trabajo, está normalidad de cierto modo impuesta por cánones de belleza

que se difunden en los discursos de medios de comunicación es un modo de *narcisismo colectivo*, aquella forma de verme y de ver a los demás, una única forma de ver: “joven, esbelto y dinámico” (Lipovetsky, 2002, p. 53)

Yo iba por algo estético, estar más delgada, a pesar de que era delgada, pero bueno los gorditos que tanto aquejan tal vez a las mujeres, eso es algo general: que queremos ver el abdomen, que queremos ver la cintura de cierta forma **(En:3-r8)**.

Ver, sigue siendo el imperativo categórico de los cuerpos, como se ve, como me veo, te veo como... El ojo sobre las siluetas del cuerpo se enmarca en estructuras dominantes de normalidad, moda, deporte, proporcionalidad y actividad, en la actualidad según las narrativas, las mujeres tienden a trabajar con mayor intensidad el tren inferior: pierna, muslos, glúteos y arco lumbar, dejando de lado la parte superior, como lo es pecho, brazos, hombros y espalda, como se menciona en la entrevista:

Yo soy del tipo de mujeres que les gusta entrenar el tren superior, que es algo que a las mujeres generalmente como ya lo dije no les gusta, se lo saltan, todas las mujeres por regla general les gusta entrenar pierna, glúteo, toda la parte inferior, **(En:3-r16)**.

7.2. Las técnicas del cuerpo en la corrección del cuerpo

Este resultado hace referencia a cómo los jóvenes que hacen parte de estas prácticas estudiadas incorporan unos usos específicos del cuerpo en los contextos de ejercicio en el que se desenvuelven. A estos usos Marcel Mauss los denominaría como *técnicas del cuerpo*, con lo cual quiere “expresar la forma en que los hombres, sociedad por sociedad, hacen uso de su cuerpo en una forma tradicional” (citado por Gambarotta, 2015, p. 46), con esto se adentra en la posibilidad de pensar el cuerpo desde sus usos, a lo que se denomina técnica, siendo esto último lo que varía

de sociedad a sociedad, pero amarrado en el arbitrio cultural que se sitúa en contextos socioculturales altamente particulares.

En contraposición, se destaca desde el campo investigativo que las sociedades crean cada vez con menos particularidad las técnicas del cuerpo, en cuanto a las prácticas que pretenden adaptarlo o corregirlo al tipo de cuerpo deseado. Como se mostró en la categoría anterior el deseo de *tener* y *ser* un cuerpo atlético, estar en forma y verse joven es una realidad producida por la creciente globalización que vende estas siluetas y las formas de corregirlas, masificando prácticas de *corrección corporal* algunas más radicales como la cirugía estética y otras menos, como el ejercicio, la dietética, la moda, entre otras.

Teniendo en cuenta lo anterior, las técnicas del cuerpo constituyeron una consideración importante en esta investigación que expresa la forma en que los sujetos en la medida que se insertan en la práctica incorporan como disposiciones permanentes, a manera de *habitus* (Bourdieu, 2007), que les permite un desenvolvimiento en dichos contextos en los que a diario se mueven.

Teóricamente, hemos encontrado un camino que une los conceptos de *técnicas del cuerpo* propuestas por Mauss y la *Corrección corporal* de Vigarello, que en este apartado se mostrará desde las observaciones y entrevistas realizadas, pero que se discuten a lo largo de todo en documento.

7.2.1. Técnicas de Corrección Corporal

Las prácticas de gimnasio, crossfit y bailoterapia que se analizaron en la Ciudad de Pasto muestran los procesos por los cuales los sujetos, jóvenes en este caso, incorporan usos específicos del cuerpo que conllevan a la obtención de resultados en la corrección corporal.

Buscar resultados es entonces una tendencia en las narrativas, como se muestra en el siguiente relato:

Mi expectativa el primer día de gimnasio, pues la verdad en mi caso, uno llega un poco desorientado, ósea uno cree que desde el primer día inclusive, uno va a ver algo de cambios o resultados en el cuerpo de uno (Ent:3-r3).

Hay una infinidad de motivos para darle inicio a este tipo de actividades, pero a veces como son motivos muy banales, muy superficiales, hay motivos muy de fondo, tengo usuarios que por ejemplo han optado por empezar la práctica de crossfit (Ent 1- r7)

Aquí se articula nuevamente el deseo, pero esta vez se entreteje con los usos del cuerpo, con las técnicas con las cuales se realizan los movimientos y los resultados que se esperan de cada uno, estos usos se constituyen en disposiciones permanentes incorporadas en los sujetos y que tienen como dispositivo las prácticas legitimadas socialmente entre los jóvenes, constituyéndose en un rasgo más de la cultura juvenil.

Buscar resultados produce una realidad instrumentalista del cuerpo, reduciéndolo a como medio eficaz para obtener un fin, se cosifica al ritmo de la moda, la televisión, la música, el strinning, espacios en los que se sumerge la vida hoy y que funcionan como máquinas productoras de deseo, que a su vez produce realidades sobre el cuerpo que se constituyen como necesidades en el plano cultural.

Bueno la parte del gimnasio, qué más yo disfruto digamos que es la parte de máquinas, el peso o sea manejar peso, no mucho porque la verdad desde hace un tiempo vengo mejorando es *la técnica*, porque antes podría decir que yo levantaba mucho más peso, pero para mejorar mi técnica y donde el cuerpo me ha respondido mejor es

disminuyendo el peso y enfocándose más en los movimientos que realizo, me gusta mucho la parte de las máquinas de trabajo inferior, la verdad lo disfruto mucho **(En:3 r 79)**

En la clase muchas personas se forman en 5 filas de 5 personas, 3 mujeres con un cuerpo muy voluptuosa y muy perfecto son las que se colocan en las primeras filas, 4 hombre de contextura delgada, que de igual manera se colocan en las filas de adelante y atrás se ubican los principiantes o los que llevan una o dos clases en la práctica de este deporte, al realizar los ejercicios el entrenador se sitúa en la parte de adelante quien realiza y explica los ejercicios, seguidamente da indicaciones de que deben realizar 4 series de cada ejercicio. (DC1-r4)

Se presenta ahora *la técnica*, como una forma que en principio debe corregirse para obtener buenos resultados, según Vigarello “aparece una nueva cultura del cuerpo, que debe buscarse cada vez menos en los libros de urbanidad o en sus equivalentes, como los de danza o esgrima, y se encuentra cada vez más en los de higiene y de pedagogía”. (2005, p.34), se buscan las formas correctas de los *usos del cuerpo* según sus posibilidades *físicas*, aquellas que permiten la obtención de resultados en la configuración de una imagen corporal de acuerdo con el canon estético establecido.

El ejercicio físico se racionaliza, se cuenta, se mide, series y repeticiones, en pesos y en grupos musculares que permiten dar forma a ciertas partes del cuerpo, enfatizar otras, adelgazar otras, y aumentar otras.

Lo que está en juego son, junto a su fuerza, los propios lineamientos del cuerpo, la simetría de su aspecto y el vigor de su porte.[...] En suma, la amenaza cae sobre “la

conformación natural del cuerpo”. Es preciso que esa conformación se fortalezca y que a esa nueva intensidad se agregue una mayor firmeza en los contornos y en la estructura. (Vigarello. 2005, p.30)

Se pretende, que a través de procesos diseñados se fortalezcan, se adelgacen y se oculten partes del cuerpo, es una tendencia hacia la *corrección corporal*, como lo proponen las narrativas, estas *steam* explícitas en las formas de hacer los ejercicios, es decir en las técnicas, que hacen por un lado que se prevenga de lesiones o traumatismos por el gesto, y segundo y tal vez con más significancia, el aumento de la eficacia del ejercicio para que los grupos musculares trabajan acorde a la intención que se ha dispuesto.

Los nuevos usos del cuerpo fueron creados en Europa a partir de 1820 en los primeros gimnasios en Berlín y Londres configuraron precisión en los espacios, en las máquinas para ejercicio y con esto un nuevo sistema de valores sobre el cuerpo que modificó su percepción, a través “esa originalidad es importante por ser dichas acciones objeto de efectos medibles y calculados, productores de fuerzas previsible y contabilizadas”. (Vigarello, 2011, p. 23). En las personas que hacen parte de las prácticas del gimnasio se identifica que a medida que incursionan en ese nuevo campo social, se ven sometidos al campo de luchas por alcanzar el capital simbólico del cuerpo (Mauna, Jiménez y Galak, 2019) y esa lucha se incorporan los nuevos usos del cuerpo que se han legitimado en esos grupos, pero a la vez juega un papel importante las percepciones de cada quien y las recomendaciones del instructor.

Básicamente, con el tiempo he aprendido en principio uno comete un error y es a veces creer que aquellas personas que hablan mucho o que se las ve bastante confiadas en el ambiente de gimnasio y máquinas son las que más saben y muchas veces no, porque como pasa en todo existen personas que hablan mucho pero saben poco, digamos que

parecían ser esas personas que sabía mucho aquellas que se las miraba confiadas y empezaban a hablar y aparentemente te corregían por la confianza que se les veía, entonces si eran personas que habían estado tal vez en un gimnasio mucho tiempo (En:3 r38)

Lo que interesa en estos hallazgos es la forma como se denota un régimen de movimientos, pesos y técnicas precisas, a manera de una “*mecánica de los movimientos*”, “esa originalidad es importante por ser dichas acciones objeto de efectos medibles y calculados, productores de fuerzas previsibles y contabilizadas”. (Vigarello, 2011, p. 27), así se ejemplifica una narrativa:

Yo creo que varias cosas cambiaron en mí, una que me volví más fuerte mentalmente y físicamente, obviamente pues pasan los días uno va mejorando también la técnica, porque al inicio pues uno no sabe, hace con mucho peso, no la hace bien la técnica, pero ahora lo más importante para mí, es no me importa el peso pero sí mejorar muchísimo la técnica (En:2-r9)

El análisis central recae en que a través de la corrección en las técnicas del cuerpo en las prácticas del gimnasio se puede obtener resultados, y estas técnicas se regirán principalmente por ser eficaces en sus medidas, lo que se traducirá a principios del siglo XIX en fuerzas musculares, velocidades y regularidades, pero en la actualidad las técnicas tendrán que perseguir objetivos explícitos que contribuyan a formas delgadas del arco lumbar y brazos, pero volumen muscular en glúteos y piernas en las mujeres, el abdomen “marcado”, y volumen de los brazos en los hombres.

La gimnasia es instrumentada con la finalidad de multiplicar los números, se reestructura con mucha precisión para transformarlos en rendimientos y mejorar los índices: el cuerpo debe producir resultados que pueden ser vistos, contrastados entre sí, y que figuren en el rigor de una tabla. Surge, entonces, esa posibilidad totalmente nueva de superar cada performance en una escala abstracta, posibilidad que permitirá infinitas comparaciones. (Vigarello, 2011, p.27)

Es este orden, se muestra como las técnicas se incorporan en la medida que los sujetos jóvenes se involucran en la práctica de ejercicios rutinarios; pero es preciso afirmar que estas técnicas corporales, nombradas la manera de Marcel Mauss (1979) so constituyen en formas permanentes de ser y hacer de las personas, disposiciones permanentes que trascienden las paredes de los espacios de acondicionamiento físico y le dan un valor al cuerpo que se entrelaza con los discursos de la moda, el maquillaje, la cirugía estética, la salud y la dietética.

7.2.2. Alimentación y suplementación.

El tema de la alimentación y suplementación, podría ser un tema algo delicado en términos de salud. Se encuentra a lo largo de los discursos emergentes para esta investigación la importancia que tiene el cómo alimentarse y qué productos se consumen con el objetivo de acompañar el entrenamiento y la persistencia en alcanzar resultados.

Según el Diario la república, más del 40% de los colombianos usa o usados productos de suplementación en general, en la práctica de Actividad Física o deportiva este porcentaje aumenta significativamente; pero a la vez hay un cambio sustancial en la forma de alimentarse, lo que se puede evidenciar en los relatos que se agrupan en esta tendencia del estudio:

Uy sí claro que sí, antes comía muchísima comida chatarra yo le digo “comida sucia”, la verdad, que ya con el tiempo uno aprende a descubrir qué es lo que realmente el cuerpo necesita y obviamente uno ya toma más agua, come más proteínas, ensaladas, carbohidratos sanos, la verdad que hizo un cambio tremendo en la forma de alimentarme como decía antes esa solamente comía, chatarra, papas fritas, salchicha, fue un cambio bien chévere. (En:3- r24)

En mi caso yo había hecho un tipo de ejercicios había averiguado, tipo de alimentos, de suplementos para poder desarrollar la masa muscular que yo quería, la verdad no me sorprendía, ya conocía un poquito acerca de los suplementos que tomaban las otras personas, simplemente cambiaban las marcas, pero ya sabía más o menos qué era lo que lo que tomaban. (En:2-r27)

Aparece como dispositivo la alimentación, nutrición y suplementación que permite generar la corrección corporal con el fin de lograr los resultados esperados con más rapidez y eficacia, sus funciones destacan, el aumento de masa muscular, quemar grasa, mejorar el rendimiento, ganar o perder peso, entre otras relacionadas. Estos se ofertan como parte fundamental que acompaña el entrenamiento en el gimnasio, y su comercialización en estos mismos espacios es común, además es recurrente la circulación de discursos frente al qué comer, qué tomar, dependiendo de los resultados y la eficacia de estos en una experiencia que pocas veces es consultada por médicos expertos en nutrición.

Todo lo anterior, es también una serie de rituales que podrían denominarse un *culto al cuerpo* que pareciese que se hace visible en los cuerpos, en sus formas perceptibles ante ellos mismos y ante los demás:

Yo creo que esas chicas son demasiado estrictas con su dieta, porque para tener un cuerpo así súper tonificado y delgado quiere decir que no comen nada de calorías simplemente ensalada y proteína. (En:2 r19).

Bourdieu (citado por Rodriguez, 2011) sostiene que la alimentación “depende también de la idea que cada clase se hace del cuerpo y de los efectos de la alimentación sobre el mismo, es decir, sobre su fuerza, su salud y su belleza, y de las categorías que emplea para evaluar estos efectos, pudiendo ser escogidos algunos de ellos por una clase e ignorado por otra” (p, 14), el cuerpo *fitness* o el *estar en forma* lo que conlleva a configurar discursos y acciones que modelan las formas de alimentación de los jóvenes.

Estas técnicas del cuerpo en torno a la alimentación, nutrición y suplementos se incorporan en los jóvenes en sus formas de vida diaria, son acciones que les permiten estar en el campo en el cual se encuentran insertos, muchas veces y percibir las consecuencias, pero que al final se vuelven cuerpo y figura de aquellos que asumen estas formas de vida, como se evidencia en las siguientes narrativas:

Siempre intentando aprender cosas, que el carbohidrato no es malo que el azúcar es malo también, pero en exceso, una dieta saludable es una dieta que pueda ser flexible digamos entre comillas flexible, porque pues flexible no implica que vayas en un fin de semana o en un día comas todo eso que te has cohibido, porque pasa entre más tu extremes tu dieta tu ansiedad va a ser mayor, (En:3 r66)

7.2.3. El papel del entrenador en la corrección corporal

Esta consideración destaca cómo los entrenadores, profesores o instructores, como generalmente se les denomina a las personas encargadas de orientar el ejercicio físico, juegan un

papel protagónico en las *técnicas de corrección corporal* que los sujetos implementan sobre sus cuerpo con el fin de obtener los resultados que se han puesto como objetivo, en primer lugar existe un imaginario pedagógico instituido en torno a los beneficios de realizar alguna práctica corporal relacionada el gimnasio, como se menciona a continuación.

Entonces está en uno primero brindarle la confianza a la persona, entrar en confianza con ella, demostrarle que está en buenas manos y explicarle todo el proceso que se va a seguir, explicarles los beneficios, las ventajas, los pros y los contras en el contexto de la práctica del crossfit (En:1 r2)

Se demuestra que, las prácticas analizadas están atravesadas por *significados sociales y objetivos morales* que se objetivan a través de una pedagogía del movimiento corporal, desde mediados del siglo XIX, quien tiene el saber, es aquel que conoce las formas de movimiento de del cuerpo entendido como máquina, este saber es en parte proveniente de la física, de la medicina, la fisiología y la anatomía humana, que pretende dar *razón* “de sus movimientos y funciones; a conocer el carácter, el temperamento y las facultades de sus alumnos” (Vigarello, 2005, p. 98)

La experiencia que me ha dado el trabajo es llevar al cliente paso a paso, y si por ejemplo, no hay un buen manejo, no hay un buen uso de una barra, entonces hacer ciertos ejercicios de regresión y enseñarle primero desde lo básico, desde empezar a usar un tubo de pvc y luego pasar un par de mancuernas y darle la confianza completamente para que llegue a posteriormente al uso de la barra. (En:1 r4)

Los procedimientos, de un saber pedagógico, implica el desarrollo de discursos que van desde la motivación, los procesos de progresión y de ejecución de movimientos precisos y

eficaces. Combinado con valores sobre la disciplina, el saber pedagógico que tiene quien dirige las prácticas de Actividad Física, el entrenador cumple un papel fundamental en las técnicas de corrección corporal que se dan en las y los jóvenes que participan de esta investigación.

Ahora bien, la percepción de quienes son entrenados muestra que lo más importante es la experiencia y los conocimientos o estudios del entrenador como lo muestra el siguiente relato:

Particularmente en el gimnasio en el que estoy, pues es para mí los instructores han sido los mejor [en las diferentes partes] en donde yo he estado, porque son personas muy conscientes y que cuentan con experiencia y también pues con estudios, la verdad y por eso he permanecido muchísimos años en el gimnasio en el que estoy y ya después de haber pasado por varios aquí en la ciudad. **(En:3 r 84)**

Es de considerar que estas técnicas de corrección corporal se conducen desde el deseo de un cuerpo y a través de un proceso que busca resultados, y que en dicho proceso se incorporan de forma permanente formas de ser cuerpo en los sujetos jóvenes.

7.3. El cuerpo del gym: una moda, un estilo

De lo hasta aquí planteado, se puede observar cómo las prácticas relacionadas al gimnasio configuran un tipo de cuerpo en los jóvenes que los circunscribe en un entramado de imaginarios instituidos sobre la base del consumo cultural.

En primer lugar esta categoría expresa el resultado de la cuestión de cómo los sujetos que se involucran en estas prácticas se disponen socialmente, es decir, configuran sentidos de pertenencia al campo en el que se desenvuelven, y digo campo a la manera de Pierre Bourdieu

(2007), como un espacio de interacción social en el cual los agentes e instituciones se encuentran en una lucha para alcanzar un *capital social*, esto último, son aquellos esquemas culturales sobre el cuerpo de los cuales he hablado en capítulos anteriores, relacionados a la búsqueda de resultados a través del deseo de un cuerpo fitness y joven.

Como segunda instancia, las prácticas de ejercicio físico con máquinas especializadas en el gym y el muy de moda crossfit, se inscriben como acciones racionalizadas del movimiento que se constituyen en procesos para *alcanzar resultados*, aunado a esto la Actividad Física Musicalizada que en ocasiones se diversifica del argumento mencionado, solicitan unos usos del cuerpo específicos, también una parafernalia que acompaña y legitima los significados que se hacen al cuerpo en dichas prácticas.

Esto último es una característica principal de nuestros tiempos, una cultura globalizada del cuerpo atlético y juvenil que viste como tal. La moda se inserta entre los intersticios del gimnasio y expresa de forma objetiva las construcciones estéticas que se constituyen en el interior de los sujetos, pero estas formas del cuerpo son tal vez inconscientes y al final homogeneizadoras.

Michèle Rosier revolucionó la indumentaria de los deportes de invierno al proponer una silueta ceñida al cuerpo de aire futurista. Emmanuelle Kahn, Elie Jacobson (Dorothee Bis) forman también parte de esa primera generación de estilistas que estuvieron en el origen del *sportswear* y las ropas libres, de espíritu juvenil. (Lipovetsky, 2002, p. 123)

En estas ropas, se adhieren al cuerpo que en la práctica de ejercicio físico se constituye un entramado en las formas de llevar el cuerpo y adaptarlo a las formas legitimadas en estos contextos estudiados.

También es necesario plantear que los gimnasios se constituyen en un espacio de interacciones sociales, que trascienden las técnicas del cuerpo relacionadas al ejercicio, en estos lugares se constituyen conexiones de orden social y cultural en los cuales se plasma los sentires de las y los jóvenes, amistad, noviazgo, afinidades musicales, de moda, giran en el entorno del gimnasio, esto último podría constituir un tema a profundizar en consiguientes proyectos de investigación y que aquí solo se esbozan.

7.3.1. Interacciones corpo-sociales.

Definir ser parte de un gimnasio, conlleva aceptar que no solo se trata de asistir para cumplir con unos ejercicios, sino de vivir y habitar en ese conglomerado social, en espacios que se crean lazos entre compañeros y amigos que motivan a no abandonar esta práctica, como lo menciona el siguiente relato:

Bueno pues la verdad en el camino he conocido a muchas personas en el gimnasio, [...] inicialmente fui a uno que me quedaba muy cerca de la casa, donde conocí personas que me animaron, la verdad que me alentaron a volver, de hecho recuerdo mucho a un amigo que algunas veces hablamos y él practicaba taekwondo si no estoy mal, era el que me explica el tema justamente cuando me mareé y él me empezó a explicar todas estas situaciones de lo que podía hacer, (En:2r13)

Es decir, la afinidad práctica conlleva a *hacer acuerdos*, esto en contraposición de Bourdieu (2007) que propone sólo las luchas entre agentes, los sujetos que participan crean acuerdos, comparten objetivos y constituyen juntos formas de compartir en un sentido estrictamente práctico. Esto no quiere decir que no existen luchas por alcanzar las siluetas de cuerpo fitness, se detecta en los discursos, cómo hay críticas o envidias sobre algunos cuerpos

que podrían definirse como mejores, se aprueban unos cuerpos y se desaprueban otros, y esto es lo que constituye en un ámbito interpersonal que cultiva una cultura del cuerpo:

Después ya fui a un gimnasio aquí en la Ciudad de Pasto, ahí permanecí más tiempo, ahí también volví a conocer personas, hay unas relaciones que podría decir que son buenas, pero otras no tanto, porque también te cruzas con personas que sinceramente lo que hacen puede ser criticarte, (En:3 r15)

La clase de bailo terapia, empieza a las 6:00 pm., la mayoría de asistentes a la clase son mujeres, [...] al llegar a la clase ingresan grupo de personas de amigas entre sí, se ubican en filas de ocho y el instructor en el centro y al frente del grupo para empezar la clase. (DC1—r15)

Aunado a lo anterior, entre las principales formas de agrupación se encuentran la afinidad en los objetivos alcanzar, estos a la vez son un constructo social instituido, pero compartido voluntariamente, “entonces hay relaciones buenas en el gimnasio que alientan y te motivan”. (En:3 r18). El cuerpo en estos espacios es mayormente unificador, y esto es potencialidad en la construcción de subjetividades, las relaciones de amistad generalmente traspasan las paredes del gimnasio y perduran en el tiempo como lo menciona un entrevistado:

Entonces acaba el ¡GO! y después se empieza a hablar de lo que se evidenció dentro de la clase, “cómo te fue, no a mí me fue muy bien gracias a vos que me animaste”, y se empiezan a entablar lazos de amistad. Al siguiente día ya uno los ve que entran como más confiados, saludan, ¡hola buenas noches! empiezan a saludarse entre ellos y más o menos como a los 15 días de haber entrado, ya se empieza a entablar una amistad, los lazos de amistad que se forman en este tipo de prácticas son lazos fuertes, llevo nueve

años trabajando en esto y miro que hay gente que ya lleva bastantes años de amistad, debido a las prácticas de crossfit y de entrenamiento funcional. (En:2r11)

Se crean comunidades, en esto el crossfit tiene ventaja, dado que las formas técnicas específicas y la búsqueda de resultados y de mejor condición física son compartidas por hombres y mujeres que practican estos tipos de actividad.

7.3.2. Redes sociales

En el contexto de investigación es notable la interacción de los jóvenes en las redes sociales, el uso del celular y otros dispositivos abren un nuevo espacio de interacción frente a lo corporal, un espacio significado y significativo que incorpora en los sujetos formas de hacer y de sentir frente a las formas y usos del cuerpo. Socialmente las formas del cuerpo se legitiman en un espacio grupal específico, se requiere en una medida de la aprobación de los otros frente las prácticas y los resultados de la corrección corporal.

En las redes que más hay publicaciones de fotos y rutinas es en Instagram, es chévere porque ahí hay personas que publican fotos, entonces uno se inspira en ellas, publican sus rutinas diarias, forma de alimentarse y de hecho pues ellos también dan muchísimos consejos de cómo hacerlo, esto hace que obviamente las personas estén este exhibiendo digamos su cambio, de un antes y un después y la verdad hay muchas inspiraciones en cada una de esas personas. (Ent2- r 31)

En el gimnasio la juventud es quienes más se les nota que tienen pues esa proyección del Instagram, Facebook y demás aplicaciones que puedan subir fotografías, indicando tu cuerpo ya cuando miran cierta cantidad de evolución que han tenido, y pues no tardan en subirla a la red social porque pues afortunadamente a veces las personas

requerimos de aprobación de otras personas, qué es lo que generalmente pues generan los likes o los me gusta que tu generes en una red social (En:3 r 89).

Las aplicaciones que permiten subir fotografía y videos y que son comúnmente usados son el Instagram, Facebook y Tik Tok, estas configuran espacios de aprobación o desaprobación, permiten la corrección a través de filtros y efectos de imagen, que en un primer momento podría verse como positivo, pero también expone a los sujetos a los comentarios malintencionados, críticas y opiniones sobre estilos de vida e imagen de cuerpo

Hay personas, de hecho, que van al gimnasio y únicamente pues se toman fotos, y de hecho la rutina es secundaria, básicamente no van a eso, entonces hay ese tipo de personas y las que sí pues obviamente se dedican a entrenar (En: 3 r 86).

Compartir, recibir likes, hacer comentarios, seguir influenciadores, es una actividad que abre espacio entre el ejercicio físico de los jóvenes.

Entonces mi red social digamos se enfoca básicamente en seguir referentes fitness o culturistas o gente que haya competido, y la mayoría de las páginas que sigo tiene que ver con alimentación. Si uno va a ver digamos mi Instagram pueda que yo no proyecte mucho el tema de ejercicio y esas cosas, desde mi perspectiva, pero si los referentes que sigo y cuando entró a mi red social pues una me llevó a otra y así es como llegó pues a diferentes, referentes, que de hecho es algo que a veces ayuda mucho (En:3 r 87)

Bueno en este tipo de contextos uno mira que la interacción del ejercicio con las redes sociales es bastante intensa, hay personas que entran grabando desde que entran al gimnasio, graban el: Go! o la clase del día que está anotada en un tablero, hay otras personas que entran con esa ansiedad y a la expectativa de que nos va a tocar hoy,

entonces publican cosas como hoy mi día de purgatorio, hoy es mi día de muerte, bueno en fin (En1-r 30)

Los algoritmos que usan las redes generan tendencias hacia el fortalecimiento de la imagen del cuerpo fitness, la alimentación, suplementación. Estas tendencias son máquinas complejas de creación de deseo como lo mencionamos en un principio, dispositivos que configuran parte de la industria del consumo cultural en torno al cuerpo y que se convierten en realidades objetivas que incitan a las personas a incorporar prácticas de corrección corporal para alcanzar las formas de cuerpo que allí se legitiman.

7.3.3. El cuerpo: entre la moda y la comodidad

Como se menciona al principio de este apartado, la ropa, el calzado, los accesorios se unen al cuerpo como parte de este, a través de la vestimenta los jóvenes muestran su percepción frente al cuerpo, pero siguiendo generalmente tendencias que se masifican en la cultura fitness que tiene un auge importante en las últimas décadas.

Las prendas ceñidas al cuerpo, que muestran o resaltan la figura en hombres y mujeres tienen razón en una forma sensualizada del cuerpo, un artificio que dispone el cuerpo desde las sensibilidades libinales.

El traje de moda se convierte en traje de seducción al dibujar los atractivos del cuerpo, revelando y ocultando los reclamos del sexo, avivando los encantos eróticos. No sólo símbolo jerárquico y de estatus social sino instrumento de seducción, poder de misterio y de secreto, medio de complacer y destacar en el lujo, la fantasía, la gracia rebuscada. (Lipovetsky, 2002, p. 72)

Los jóvenes al entrar al contexto de la práctica empiezan a adquirir de forma progresiva las formas de vestir, el cómo me veo no solo implica la superficie de lo corporal, sino el contorno de su vestimenta y sus accesorios. La sensualidad juega un papel avasallante, se enfocan las formas de cuerpos dispuestas en una razón de belleza para el sexo, se resalta el contorno de las caderas, los glúteos, la cintura y los senos en las mujeres, mientras en los hombres se propende por la parte superior del dorso, los brazos y la espalda, las formas de vestir se ejemplifica en el siguiente relato:

Particularmente, hay hombres que tienen piernas muy delgaditas y se colocan pues licras apretadas, obviamente en proporción a su cuerpo no se mira bonito, no es agradable igual que a las mujeres cuando a veces se colocan unas licras que les aprietan más en la cintura pues lo que hace es marcarles su parte abdominal, pero igual se siente incomodidad, pero sí, muchas veces la ropa estándar de las marcas tiende más que a veces a ayudar a que el cuerpo se vea mejor (En:3r27).

En el transcurso del tiempo en la medida que se adquiere el capital cultural del cuerpo fitness, las personas transforman sus formas de vestir para hacer ejercicio físico, en una tensión entre la necesidad de usar ropa cómoda y las modas (y marcas) de las prendas usadas, estas a su vez se especializan no solo en la comodidad que se busca, sino también que el cuerpo se adapte a la ropa, paradójicamente esta inversión se justifica en el impulso de las personas por usar la ropa de moda.

Entonces a veces dice, no voy al gimnasio, por ejemplo, personas porque pues no tengo ropa y a veces lo limitan a eso, y muchas veces la gente que va al gimnasio y utiliza esa ropa pues se los ve aparentemente cómodos, pero sí soy objetiva y pongo una visión estética hay a muchas personas que no les luce el tipo de ropa. (En:3 r26)

La ropa cumple entonces una función especial en torno al cuerpo, resalta partes, oculta otras, permite cierta comodidad en la ejecución de movimientos, permitiendo una mejor amplitud, permiten mayor flexibilidad, mejoran la transpiración y la termorregulación, pero en una doble interpretación, esa comodidad se refiere a la mirada del otro sobre el propio cuerpo, la forma en que se viste lo distingue y lo incluye en un grupo que considera una imagen de cuerpo de la que ya bastante he presentado:

Cuando yo fui al gimnasio o comencé a ir al gimnasio y a lo largo de lo que he estado en gimnasios, me he dado cuenta de que toda la parte de vestuario, todo lo que tú hagas depende de la percepción que tú tengas de tu cuerpo, cuando hay personas que tienen muchos complejos por ejemplo porque están gorditos o tienen las piernas muy delgadas entonces tiendes tú a cubrir la parte que no te genera confianza. Por ejemplo, muchas veces las mujeres entrenan con ropa que le queda más grande, con camisetas, para cubrir pues si tienen algún gordito o cosas como esas, los hombres igualmente tienden también a usar sudaderas anchas pues para evitar que las piernas se les vean tan delgadas. (En:3r19)

El ocultamiento del cuerpo es parte de la corrección corporal como práctica permanente que se instaura en el sujeto, se esconde lo vergonzoso, aquella parte que me sobra o me falta para alcanzar el cuerpo deseado, para estar en forma, a manera de borramiento, la moda se instaura

como forma de llevar el cuerpo adecuado para cada práctica corporal de ejercicio físico. Al mismo tiempo se resaltan las que cada uno considera *más fuertes*, una percepción que se diversifica en la mirada de cada quien, sobre su imagen corporal, pero que en definitiva como hemos planteado se homogeniza en un capital corporal de las prácticas estudiadas en esta investigación, a continuación una joven nos narra su percepción sobre el tema:

Pasa lo contrario entre hombres y mujeres y es que las mujeres si bien nos gusta entrenar más la parte inferior por regla general los hombres tienden a querer entrenar el tren superior y muy poco la pierna y todo eso no entonces es como esa cuestión de que me di cuenta que las personas, utilizan su vestuario para entrenamiento muestra más la parte en la que se sienten como su fuerte y cubren más la que la ven como un defecto o débil entonces a veces había chicas que eran delgadas y utilizaban pues blusitas, ropas de tiritas y pues que las hacía lucir mejor su parte superior un había otras que digo pues utilizaban ropa ancha para entrenar dependiendo de pues de lo que las hiciera o los hiciera sentir cómodos.(En:3r20)

En definitiva, el cuerpo que se construye en el gimnasio es un cuerpo que se corrige, con las técnicas, con las mediciones, con la moda, con los accesorios. El cuerpo es a manera de traje de arlequín vestido y revestido de significados que lo adaptan a un tipo de sociedad, pasando de un carácter de productividad a un carácter de consumo que se muestra en prácticas de lo que Vigarello denomino como “corrección corporal”.

7. Discusión y Conclusiones

Este texto expone los resultados de la investigación realizada con jóvenes que asisten a dos gimnasios en la Ciudad del Pasto, Nariño, el sur occidente de Colombia. Los antecedentes mostraron tendencias fuertemente relacionadas con la imagen corporal, desde una perspectiva psicológica que hace que los jóvenes se preocupen por adecuar su cuerpo a un modelo que se instaure en la psique, pero que en las perspectivas del cuerpo natural este sigue siendo igual anatómica y funcionalmente (Echague, 2017; Kishory, 2010). También se encuentra una relación con respecto a las instituciones actuales encargadas de construir la imagen corporal y las prácticas de los sujetos para adecuarlo a ese modelo (Álvarez, 2010).

La propuesta de trabajo de Napolitano sin duda es uno de los aportes más importantes a este trabajo, la categoría de *fit-body* que elabora propone que los modos de *hacer* (ejercicio, por ejemplo) se constituyen en modos de *ser*. Con relación a esto, el desarrollo de esta investigación ratifica estas ideas, pero desde la perspectiva de la Ciencias Sociales, de las implicaciones que estas prácticas que denominamos de corrección corporal se constituyen en modos de intervención de lo corporal, que se instauran en los sujetos de manera permanente constituyéndolos como sujetos adecuados a los significados hegemónicos de cultura corporal fitness.

En el contexto de las prácticas investigadas y que realizan los jóvenes tuve la pretensión de responder a la pregunta: *¿Cómo se configura el cuerpo a través de prácticas de corrección corporal realizadas por los jóvenes que asisten al gimnasio Living People Box y New Body de la ciudad de San Juan de Pasto, Departamento de Nariño, Colombia?* Primero hay que reconocer que esto no es una novedad en el campo académico, cabe resaltar que la indagación muestra que

lo corporal es interpelado por una diversidad de significaciones construidas alrededor del cuerpo que son constitutivas de las formas en que las y los jóvenes se relacionan con el mundo. Se puede evidenciar como las prácticas de *corrección corporal* toman los cuerpos como espejos en los que se refleja las formas del cuerpo que se construyen desde el consumo cultural relacionado al cuerpo, la moda, la alimentación, el ejercicio físico, en últimas, se constituyen en prácticas que acercan al cuerpo a ese modelo establecido hegemónicamente.

Uno de los resultados podría coincidir con el trabajo de Mauna *et, al.* (2019), en su planteo de que el capital cultural del cuerpo es el de sus prácticas. Dado que esos simbolismos que se adquieren estando en los contextos, en los cuales los jóvenes van adquiriendo todos los simbolismos que se objetivan en los corporal para poder mantenerse allí, para ello se consolida el *cuerpo fitness*, que se recubre de objetivaciones discursivas como: estar en forma o mantener la línea.

Se propuso como objetivo Comprender el cuerpo que se configura a través de las prácticas de corrección corporal realizadas por los jóvenes que asisten al gimnasio, como una posibilidad de asir al cuerpo como una construcción sociocultural que emerge desde las prácticas y no como un ente natural y naturalizado. Se encontró que las prácticas de corrección corporal evidentes las relacionadas con las *técnicas del cuerpo*, referidas a los modos de ejecución de movimiento para alcanzar resultados; la *alimentación y suplementación* que es una práctica que accede las paredes del gimnasio; la *incidencia del entrenador* como sujeto poseedor del saber sobre las técnicas del cuerpo; *Las interacciones sociales*, que demuestran la influencia de los relacionamientos que se dan en el contexto de las prácticas y su influencia en la intervención del cuerpo, aunado ellos las redes sociales e inclusive las aplicaciones móviles que están de moda en estos entornos.

Describir prácticas corporales en el gimnasio desde la perspectiva juvenil.

- Descubrir las prácticas de corrección corporal de los jóvenes que asisten al gimnasio.
- Interpretar las prácticas de corrección corporal que influyen en la configuración del sujeto joven.

Una consideración importante en torno a la relación cuerpo – jóvenes resulta de la pregunta sobre las potencialidades que pueden estas prácticas analizadas tener en la constitución de subjetividades juveniles divergentes, es nula. Dado que en los resultados se observa como los jóvenes siguen patrones identitarios contruidos por las maquinas productoras de subjetividad en torno al cuerpo, entre lo que se destaca la juvenilizaci3n y el cuerpo fitness entre lo m1s evidente.

Finalmente, concluimos que las pr1cticas que se desarrollan en los gimnasios son correspondientes a lo que Vigarello (2005) denomin3 *correcci3n corporal*, todo lo que gira alrededor de estas pr1cticas constituyen *modos de parecer*, una percepci3n del cuerpo que se limita realizar acciones tendientes adaptarlo a las formas p1blicas de consumo, y queda en un segundo plano la configuraci3n del cuerpo productivo en t1rminos industriales que promovi3 la primera modernidad, el cuerpo saludable no aparece y se adentra hacia la configuraci3n de cuerpos del consumo.

8. Referencias

- Álvarez (2010). *Cuerpo, corporeidad y educación: una mirada reflexiva desde la Educación Física*. Universidad Almería España.
- Álvarez Campos, D. F. (2010). *Cuerpo y sujeto: Entre pesas y espejos* (Doctoral dissertation).
- Ayensa, J. I. B., Martínez, K. E. M., & Rancel, F. G. (2005). *Alteración de la imagen corporal en un grupo de usuarios de gimnasios. Enseñanza e investigación en psicología, 10(1)*, 161-169.
- Bailly, Bixo, Malpeyre, (1835). Mecanismos implicados en la fatiga aguda. Tomado de: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista40/artmecanismo171.htm>
- Bourdieu, P. (2007). *El sentido práctico*. Buenos Aires: Siglo XXI.
- De la Rosa (2019), *Corramos juntos por Pasto: una apuesta participativa de transformación sostenible*. En: <https://issuu.com/german.chamorro/docs/programadegobiernogch>
- Deleuze, G. & Guattari, F. (1973). *El antiedipo: capitalismo y esquizofrenia*, Barcelona 1973, p.33-42.)
- DANE (2018). *Censo Nacional de población y Vivienda*. En: <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/censo-nacional-de-poblacion-y-vivenda-2018>
- Elbaum, J. (2008). *Pensar las culturas juveniles*. Equipo multimedia de apoyo a la formación inicial y continua de docentes.
- Echagüe, M. I. M. (2017). *Cultura de gimnasio. Significados y usos del cuerpo*. XI Jornadas de Sociología.
- Foucault, M. (2019) *Microfísica del Poder*. Buenos Aires. Siglo XXI Editores.
- Galeano, M. (2004). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*. Medellín: Fondo Editorial Universidad Eafit.

- Galak, E., & Gambarotta, E. (2015). *Cuerpo, educación, política: tensiones epistémicas, históricas y prácticas*.
- Hurtado, D. (2011). *Entramados: jóvenes y configuración de significaciones imaginarias de deseo*. Popayán: Rudecolombia Álvarez, 2010
- Baile Ayensa, JI, Monroy Martínez, KE, & Garay Rancel, F. (2005). *Alteración de la imagen corporal en un grupo de usuarios de gimnasios*. Enseñanza e Investigación en Psicología, 10 (1),161-169. ISSN: 0185-1594. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29210111>
- Kishory, C. (2010). *Manifestaciones del trastorno vigorexia presentes en usuarios de gimnasios del municipio libertador del edo Mérida*.
- Lipovetsky, G. (2002). *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo posmoderno*. Barcelona: Anagrama. Lipovetski, (1996)
- Lipovetsky, G. (2002). *El imperio de lo efímero*. Barcelona: Anagrama.
- Mauna-Rivera, W. A., Jiménez-López, G. H., & Lautaro Galak, E. (2020). *Cuerpo y política en jóvenes del movimiento estudiantil universitario* (Universidad del Cauca, Colombia). *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 18(1), 23-42.
- Mauss, M. (1979). *Sociología y antropología*. Tecnos
- Monkobodzky (2008). *Las prácticas corporales en el tiempo libre de los sujetos. El tiempo libre ¿libre de qué?* Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física

- Montaño, C. (2007). “*El Servicio Social frente al neoliberalismo. Cambios en su base de sustentación funcional-laboral*”; in Revista Serviço Social & Sociedade N° 53. São Paulo, Cortez, 1997.
- Montoya & Marín (2009). *Aproximación causal al estudio del reflejo*. Universidad Pontificia Bolivariana. Medellín. Colombia.
- Murcia, N. y Jaramillo, L. (2001). *La complementariedad como posibilidad en la estructuración de diseños de investigación cualitativa*. Cinta moebio 12: 194-204
- Kishory, C. (2010). *Manifestaciones del trastorno vigorexia presentes en usuarios de gimnasios del municipio libertador del edo Mérida*.
- Trejo Ortiz, P. M., Castro Veloz, D., Facio Solís, A., Mollinedo Montano, F. E., & Valdez Esparza, G. (2010). *Insatisfacción con la imagen corporal asociada al Índice de Masa Corporal en adolescentes*. Revista cubana de enfermería, 26(3), 150-160.
- Rodríguez, A. (2011). *¿Construyendo el cuerpo perfecto? El consumo de productos nutricionales como modalidad de distinción cultural encarnada en los cuerpos*. In VI Jornadas de Jóvenes Investigadores. Instituto de Investigaciones Gino Germani, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires.
- Rodríguez, A. D. (2012). *El dispositivo, el gimnasio y el cuerpo entrenado. Reflexiones a la luz de algunos de los aportes de Michel Foucault*. In VII Jornadas de Sociología de la UNLP. Departamento de Sociología de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación.
- Strauss, A., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Universidad de Antioquia.
- Torrebadella Flix, X. (2013). *Cuerpos abandonados y rescatados: la educación física en los orfanatos españoles del siglo XIX*. Cabás, (10), 0011-28.

- Vigarello, George (2005). *Corregir el cuerpo. Historia de un poder pedagógico*, Buenos Aires, Nueva Visión.
- Vigarello, G. (2011). *Las metamorfosis de la grasa: Historia de la obesidad. Desde la Edad Media al siglo XX* (Vol. 442). Grupo Planeta Spain.
- Vigarello, G. (2005b). *Historia de la belleza. El cuerpo y el arte de embellecer desde el renacimiento hasta nuestros días*. Argentina: Nueva Visión.
- Vigarello, G., & Cardoso, H. (2005). *Corregir el cuerpo: historia de un poder pedagógico*. Ediciones Nueva Visión.
- Vélez, A. M., & Marín, A. (2011). *El dolor y el espejo como indicadores de la transformación corporal en las narrativas de jóvenes asistentes al gimnasio*. Universidad de San Buenaventura (Psicología), Medellín.
- Scharagrodsky, P. (2011). *La invención del "homo gymnasticus": fragmentos históricos sobre la educación de los cuerpos en movimiento en Occidente*. Prometeo Libros.

9.

Anexos

Fotografías





Guías de entrevista

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA
MAESTRIA EN ESTUDIO DEL CUERPO Y EL SER HUMANO
FORMATO DE ENTREVISTA**

DATOS PERSONALES

Apellidos	Nombres	Edad
Nº Documento de identidad	Fecha y lugar de Nacimiento	Lugar de residencia actual:
Telefono fijo	Celular	Correo

INFORMACIÓN ACADEMICA

Ultimo año de escolaridad	Estudios universitarios.
----------------------------------	---------------------------------

PREGUNTAS DE GUIA PARA ENTREVISTA

¿Cómo fue su primer día en el gimnasio?

¿Cuál fue tu expectativa en tu primer día de gimnasio?

¿Cuándo asististe por primera vez al gimnasio, que te sorprendió de los cuerpos de los hombres y mujeres que se encontraban en el gimnasio?

¿cuál fue tu primera impresión al iniciar en el gimnasio?

¿Qué te motivó a ir al gym, baile y hacer ejercicio?

¿Fuiste al gimnasio sola o con amigos??

¿conociste a más personas en el gimnasio?

¿Cómo es o fue tu relación con ellos?

¿al llegar al gimnasio, que observaste en la forma de vestir de las personas que asistían al gimnasio?

¿Cambió tu forma de vestir, al pasar los días o meses en el gimnasio?

¿Qué opinas de la ropa deportiva que se utiliza en el gimnasio?

¿Qué cambiaste tú, tanto en tu forma de vestir, en tus rutinas a través que pasaban los días en el gimnasio?

¿Cuál crees que es la edad conveniente para entrar al gimnasio?

¿para ti se observa más jóvenes, que personas adultas en los gimnasios?

¿cómo notas a las personas que inician en el gimnasio?

¿cómo miras desde tu experiencia en el gimnasio, a las personas que llegan por primera vez?

¿cuándo entraste por primera vez al gimnasio, se miraba más jóvenes o personas adultas y cuál es tu impresión sobre los jóvenes en los gimnasios?

¿Cuándo llegaste al gimnasio por primera vez, cómo identificaste a las personas con más experiencia?

¿Cómo crees que debe ser la imagen de un cuerpo del Hombre y la Mujer que asiste al gimnasio?

¿Qué piensas de las mujeres que son delgadas y bien tonificadas?

¿Crees que el cuerpo delgado y tonificado es el cuerpo perfecto?

¿te gustaría tener un cuerpo delgado y tonificado?

¿Cuál fue la parte de tu cuerpo que te encaminó a asistir al gimnasio?

¿cuál de tus partes del cuerpo té ha gustado, que a través del gimnasio has mejorado, porque es la que más trabajas y por qué?

¿Han cambiado tus hábitos de alimentación desde tu experiencia en el ejercicio?

¿Cuál es la percepción de salud y vida saludable, después de tu experiencia en el gimnasio?

¿Cuál es tu impresión sobre los cuerpos no atléticos, o diferentes, por ejemplo: sobrepeso u obesidad?

¿Qué opinas de las personas que no realizan ejercicio?

¿Tenías curiosidad de las bebidas que otras personas tomaban?

¿En cuánto tiempo empezaste a tomar bebidas energéticas para mejorar tu cuerpo?

¿cuál de los diferentes espacios del gimnasio es donde más te sientes bien?

¿Qué opinas de los instructores de los gimnasios?

¿Cuál es la relación de las personas que van al gym con las redes sociales?

¿Cuáles son las redes que más usan las personas para publicar fotos de su cuerpo y rutinas?

¿Qué influencia tiene la ropa de moda y las marcas en los asistentes a las actividades?

¿cuáles son las partes de cuerpo que más trabajan las mujeres y cuales los hombres?

DATOS DEL ENTREVISTADOR		
Nombre:	Cargo:	Firma: