

IX Congreso de la Asociación Latinoamericana de Estudios Socioculturales del Deporte (ALESDE)

Deportes, prácticas democráticas y sociedad: nuevas encrucijadas y desafíos en las tramas regionales

Beneficios y contraindicaciones del deporte para mujeres: el caso del CrossFit y la Gimnasia Artística

Benefícios e contraindicações da prática esportiva para mulheres: o caso do CrossFit e da Ginástica Artística

Eje 4: Deporte, cuerpo y género

Pastorino Barcia, Martina

Instituto Superior de Educación Física (Udelar), Uruguay martinapasba@gmail.com

Ruibal Álvarez, Lucía

Instituto Superior de Educación Física (Udelar), Uruguay luciaruibal625@gmail.com

Resumen

El trabajo que aquí presentamos ha sido motivado por dos proyectos de investigación: ambos son etnografías del cuerpo, ambos están situadas en el contexto uruguayo, uno en el ámbito de la gimnasia artística y otro en la práctica del CrossFit. Nos proponemos desde estos trabajos un análisis de los discursos que regulan y promueven al deporte, sobre el lugar de las mujeres en él, y sus cuerpos. Para ello hemos analizado algunos ejemplos que ponen en tensión las ideas sobre el dimorfismo sexual y la aptitud de los cuerpos de las mujeres en las prácticas deportivas (o deportivizadas como es el caso del CrossFit).

Ambas prácticas fueron abordadas reflexionando desde el aporte de los estudios feministas, el problema de los discursos sobre el entrenamiento deportivo, y la construcción de cuerpos idóneos para ciertas destrezas deportivas, sobre la necesidad de reforzamiento de la feminidad (en el caso de las mujeres que practican deporte o afines), y sobre la jerarquización de los cuerpos basada en estadísticas y números que parten de preconceptos basados en el sistema de sexo-género tradicional. En ambos el objetivo ha sido pensar los tradicionalismos y las prácticas como medio de reproducción del sistema hétero-cis, pero también hemos intentado

pensar en cómo estos espacios también pueden ser ganados por el nuevo feminismo neoliberal fácilmente.

Palabras clave: CrossFit - Gimnasia Artística - Feminismos - Cuerpo

Introducción

Las mujeres tenemos asignados ciertos cupos sociales, y si hoy tenemos más es producto de innumerables manifestaciones políticas y conquistas del movimiento feminista. Ahora bien, si el lugar social de las mujeres está aún hoy estigmatizado, el cuerpo de las mujeres es el recinto clave para su segregación. El cuerpo de las mujeres, como una cosa de la ciencia, es un proyecto moderno. Pero también la idea de que estos sexos remiten a un orden social, a una organización política, económica y cultural fundamentado en roles de género asignados a hombres y mujeres. Y, “Queda entendido que la biología —el cuerpo estable, ahistórico, sexuado— es el fundamento epistemológico de las afirmaciones normativas sobre el orden social” (Laqueur, 1994, p. 25).

No se trata por tanto de negar que existen diferencias evidentes en los cuerpos, pero el aporte del pensamiento feminista nos permite asumir que las taxonomías resultan ser insuficientes para explicar una diversidad relacional infinitamente superior a las posibilidades de nombrar y clasificar en grupos a los cuerpos humanos. Además, resulta particularmente interesante un análisis en el deporte puesto que los discursos sobre la diferencia sexual han calado hondo en el mundo del deporte. Acompañado por investigaciones sobre la biología, la fisiología, la anatomía, y otras ciencias que impactan en el entrenamiento deportivo, se produce desde un binarismo radical donde, intencionalmente y respondiendo a intereses políticos contextuales particulares, los cuerpos solo pueden encasillarse en la categoría de hombres y mujeres, siendo los cuerpos de las mujeres una versión “inferior” de la corporalidad definida como masculina (Laqueur, 1994).

Presentaremos a continuación dos ejemplos de prácticas corporales —una deportiva, la gimnasia artística, y otra muy deportivizada, el CrossFit— que dan cuenta de esta diferenciación de género para las mujeres que, en el cruce con el sistema neoliberal, conviven con una serie de estigmas; modos esperados de ser y actuar; ideales de cuerpo; indicaciones y contraindicaciones del entrenamiento deportivo; y un sin fin de mitos y tabúes sobre sus cuerpos y sus posibilidades, que confluyen en la promoción de *formas de vida para mujeres que hacen deporte*.

1. El caso de la gimnasia artística: una historia de mujercitas.

La gimnasia artística es un deporte que si bien se ha identificado históricamente como un ícono de apropiación femenina (Barker-Ruchti, 2009), el lugar de las mujeres en la práctica no siempre estuvo asegurado, y la forma en que su participación fue habilitada estuvo condicionada por parámetros de una feminidad reforzada muy exigentes. En los inicios de esta práctica deportiva, las mujeres fueron excluidas de los ámbitos competitivos, de lo deportivo, considerando que existían movimientos específicos que podían realizar las mujeres. Es así que la presencia de mujeres en los nóveles eventos competitivos de la gimnasia artística no se vio hasta 1928, donde se les permitió participar por primera vez de un evento olímpico, y recién en los Juegos Olímpicos de Helsinki en 1952 se adopta la modalidad de competencia que permanece hasta la actualidad. Al comienzo, las mujeres realizaban ejercicios de carácter calisténico, similar a los ejercicios que realizaban los hombres en los grandes aparatos, modificando algunas de sus características (Barker-Ruchti, 2009). Pero, con la llegada de las gimnastas soviéticas, comienza la “feminización” de la gimnasia: incorporan el ballet y la danza y movimientos en aparatos especializados (por ejemplo, la viga de equilibrio o las barras paralelas, subiendo una de las bandas para realizar transiciones entre ellas).

La cuestión aquí es cómo los discursos de la teoría sexual del deporte y el entrenamiento han conformado una serie de premisas, normas, posibilidades y prohibiciones, que se expresan en reglamentos, formatos de competencia, formas de entrenar al cuerpo (o los cuerpos). En la gimnasia artística se expresa cuando se definen dos ramas de competencia —masculina y femenina— y se conforman reglas y aparatos distintos de competencia. Por eso también ha sido importante para la investigación aquí presentada, rastrear y reflexionar sobre el origen de esos argumentos y las posibilidades que podrían existir por fuera de lo ya establecido. La discusión propuesta se orientó hacia la reflexión sobre las formas en que estos discursos generizados sobre el cuerpo determinan formas de entrenar y formar gimnastas, y cómo eso se va tornando en un modo de vida para quienes viven de cerca este deporte.

La gimnasia artística es una búsqueda constante por la perfección de los movimientos, hay un *placer estético* presente en la ejecución y en la performance de gestos técnicos exactos, cuidados, sin fallas. Como correlato de esta meticulosidad, hay también una pretensión por dominar el cuerpo, por convertirlo en objeto útil para unos fines dados, en dotarlo de

movimientos que se organizan según las reglas de la eficacia y la eficiencia energética, que responda a leyes biomecánicas, para incluso poder superarlas.

El deporte en general, y la gimnasia artística como un ejemplo de ello, exige de los y las deportistas un compromiso corporal total. Esto es, entregar el cuerpo a todas las transformaciones y experiencias a las cuales debe ser sometido para alcanzar los estándares performativos exigidos. En el proceso de formación deportiva, que implica una auto-regulación y auto-exigencia muy particular por parte de los y las deportistas. Se adapta a las necesidades del deporte, pero también se adapta a la vida en el gimnasio. Uno de los resultados más evidentes de la reglamentación técnica de la gimnasia artística para mujeres, es la formación de gimnastas delicadas, dóciles y expresivas. Pequeñas, con pocos músculos, flexibles, con gracia y elegancia. Porque lo dice explícitamente en los códigos de puntuación pero también porque se reproduce en una estética esperada, y reforzada mediante los discursos formativos del gimnasio. Si bien es posible ver hoy evidencias de cambio, nos interesa presentar aquí una reflexión sobre los modos en que se construye heterogeneidad, norma, cuerpos deseados e imágenes esperadas, que se consolidan como estilos de vida y estrategias de entrenamiento.

2. El caso del CrossFit: mujeres *forzadas*, mujeres empresarias de sí

Este apartado pretende problematizar la construcción de feminidades en una práctica deportiva (o deportivizada) que se aleja de los discursos hegemónicos históricamente contruidos sobre los cuerpos femeninos. Y su ingreso en el mercado: cuerpos y prácticas corporales funcionales al sistema capitalista actual. Para ello proponemos problematizar el ingreso de la figura femenina a las esferas deportivas del CrossFit, los principales aspectos que definen a la práctica y posibles discusiones generadas a partir de las investigaciones presentadas.

CrossFit Inc. se va a convertir en una empresa que promueve una cultura corporal a través de diversos productos diseñados para la *transformación de los cuerpos* y promoviendo una nueva forma de vida; utilizará como slogan “Forging elite *fitness*”¹ y pasará a *revolucionar* el modo de ejercitarse y hacer negocios en el mundo del *fitness* (Landa, 2009). Dicha cultura corporal será funcional a la “cultura del nuevo capitalismo” (Sennett, 2000) que intentará configurar individuos activos y adaptables, que busquen la mejor versión de sí mismos. Una de las características particulares que diferenciará el CrossFit de otras disciplinas del *fitness* será: la

¹ Forjando la élite del *fitness*. Traducción personal. Extraído de: www.crossfit.com.

promesa de un cuerpo capaz de todo, que siempre estará en constante superación (Kalin, 2017). El CrossFit penetrará tanto en la esfera del *fitness* como en la deportiva, incorporando nuevos modelos corporales femeninos; dejará atrás la búsqueda de un cuerpo bello y *fit* para buscar un cuerpo fuerte, musculoso y capaz de todo (Garton, 2016). A su vez, va a responder a la perfección al sistema capitalista actual, a las formas que tenemos de organizarnos, de relacionarnos y de estructurar el mundo laboral. En este sentido, nos cuestionamos: ¿Qué es lo que lleva a una mujer a elegir practicar CrossFit? ¿Cuál es la identidad de una *crossfitter*? El cuerpo deseado (modelo) de una *crossfitter* será robusto, fuerte, con absolutamente toda la musculatura marcada e hipertrofiada (pero no muy hipertrofiada porque el objetivo será lograr un cuerpo fuerte pero ágil); penetrará lo visual, rompiendo con estereotipos de delgadez y delicadeza femeninos. Estos aspectos se identificarán de forma clara en la construcción de las identidades femeninas sobre la práctica deportiva. La alta exigencia, el valor en el uso del tiempo y la búsqueda de la autosuperación constante exigirán la necesidad de vencer barreras, superarse, ser cada día mejor; principios que van a ser funcionales a las exigencias del día a día, del *empresario de sí* (Landa y Marengo, 2016). Otras características a analizar serán la variabilidad, la flexibilidad y la capacidad de adaptarse constantemente². La *atleta más apta de la Tierra*³ no será ni la más fuerte, ni la más rápida, ni la más potente, ni la más resistente; será la que logre combinar de la mejor forma todas las capacidades, amoldarse al factor sorpresa o a la propuesta de nuevos desafíos y además resistir corporalmente la suma de eventos. Una buena *crossfitter* deberá ser una mujer competente y competitiva que logre maximizar su vida y su capital humano, proyectando transformarse y volverse cada vez más eficaz. Estos éxitos le permitirán tener una vida *lograda y exitosa*, asegurando de esta forma autonomía y libertad (Laval y Dardot, 2013). En este sentido, observamos (a partir del trabajo de campo realizado) que interrumpir o disminuir las cargas en un proceso de formación deportiva o preparación para un evento competitivo es sinónimo de fracaso; las deportistas sienten la presión de ser cada día mejor, de que siempre hay movimientos por *pulir* o superar; entonces: ¿cuál es límite de lo corporal? ¿Hasta dónde es capaz de llegar el cuerpo en una práctica deportiva de este tipo? ¿Cuál sería el sinónimo de éxito para una mujer deportista? ¿Qué sucede cuando una atleta está embarazada? El sistema capitalista actual va a irrumpir

² Los *CrossFit Games* se inscriben de manera anual en una serie de eventos (aproximadamente 15) a desarrollarse en 4 o 5 días; cada evento será una prueba sorpresa, ningún/a atleta podrá preparar ni planificar la competencia con anticipación, deberá adaptarse a superar el desafío en el momento del evento y encontrar las mejores estrategias

³ Traducción personal: “Fittest on earth”. Refiere al lema presentado en los CrossFit Games sobre el sistema de competencias y la búsqueda de la mejor atleta bajo la tierra.

tan profundo que intentará intervenir e interpelar en la emocionalidad de las personas, promoviendo siempre su permanencia y funcionalidad. Construyendo a su vez un imaginario social femenino que incorpora la noción de equilibrio entre el trabajo y la familia, generando un nuevo ideal: una mujer que puede con todo lo que se propone, logrando entrelazar la familia con una carrera profesional exitosa.⁴ Se desprende a partir del recorrido propuesto y en articulación con el trabajo de campo de la investigación presentada la construcción de cuerpos femeninos fuertes, poderosos, activos y combativos, capaces de producir y ser eficientes para el mercado laboral y el sistema (Carreirão, 2021). La corporeidad va a estar presente en dichas estructuras como una mercancía, generando ingresos a partir de diversos mecanismos que el sistema habilita: exposición de carreras deportivas en redes sociales y su continuidad en procesos de embarazo, coaching deportivo, promotoras de marcas y vendedoras de productos deportivos, entre otros. A su vez, las nuevas configuraciones sobre el ideal y el progreso femenino se normalizarán a través de conceptos de responsabilidad individual y esfuerzo, trasladándose directamente a las deportistas.

3. Reflexiones Finales

La apuesta reflexiva de este trabajo es la de analizar los discursos del sistema sexo/género, y cómo estos operan para el caso de las mujeres deportistas. Lo interesante en el análisis de estas dos prácticas es cómo existe una continuidad operativa sobre las expectativas de las mujeres que practican, supervivientes al cambio de paradigmas. Es decir, si para una práctica deportiva que se inicia a mediados del siglo XX para las mujeres, como es el caso de la gimnasia artística, los discursos que operaron son los de la feminidad reforzada, los cuerpos dóciles, delicados, la incapacidad de realizar ciertas prácticas por deficiencias físicas (en comparación con un ideal de cuerpo masculino), para el caso del CrossFit los discursos se renuevan, pero encuentran su forma de volver hegemonía lo que otrora se considerase disidencia.

En el escenario del neoliberalismo, que se antepone como nueva tendencia al capitalismo moderno, algo así como la actualización de software más reciente, los mecanismos operativos

⁴ “El equilibrio feliz entre trabajo y familia, en otras palabras, está siendo (re)presentado como un ideal feminista progresista. Si este fuera el caso, este nuevo ideal feminista no solo debería entenderse como una ayuda para dar forma a los deseos, las aspiraciones y el comportamiento de las mujeres, sino también, como queda demostrado en este libro, para producir un sujeto feminista a través de un cálculo de costes y beneficios”. Rottenberg, C. (2020).p. 51

del sistema hetero-cis-normativo se reacomodan y se vuelven norma. Las expectativas quizá no son ya de cuerpos finos, quizá ahora las mujeres musculosas en el CrossFit no son tan condenadas (incluso es posible ver en las competencias actuales de gimnasia artística mujeres con mucho desarrollo muscular, mujeres más adultas, que se animan a hacer elementos de mayor riesgo). Sin embargo existe una especie de discurso regulatorio de las fugas. ¿No son las mujeres, empresarias de sí, que además de estar a cargo de la crianza y el hogar entrenan, todavía más funcionales al sistema neoliberal? ¿no resulta más redituable para el sistema que las mujeres nunca paren de producir (en este caso deporte) incluso cuando están embarazadas? Mientras el movimiento feminista reclama mejores condiciones laborales para las mujeres que gestan y maternan, más y mejores licencias para una crianza más plena, más respetuosa, el mundo del CrossFit y el deporte presenta como una posibilidad que las mujeres, aún embarazadas, sigan entrenando.

Por otro lado, las marcas deportivas continúan tomando el discurso del feminismo para lavarlo y convertirlo en marketing (Rottenberg, 2020), lo despolitizan para transformarlo en mercancía, hasta que pareciera que “el género garpa”. No demoran en aparecer las publicidades de sponsors de indumentaria y equipamiento deportivo, de CrossFit o de gimnasia artística, que ponen a las mujeres como íconos y repiten frases que pretenden ser de empoderamiento, pero cuyo fin último siempre es vender más. Estas dos prácticas deportivas se caracterizan por ser espacios donde las deportistas mujeres están presentes, y tienen un espacio visible, protagónico, pero muchas veces ese mismo protagonismo es el que las expone, las pone frente a situaciones vulnerables. ¿Es posible un sistema deportivo sin estigmas de género? ¿cómo contrarrestamos el avance neoliberal y su fagocitación de los discursos sobre los derechos y la equidad de género? ¿cómo nos sobreponemos a este sistema y seguimos exigiendo condiciones dignas de entrenamiento?

Referencias Bibliográficas

Barker-Ruchti, N. (2009). Ballerinas and pixies: a genalogy of the changing female gymnastics body. *The International Journal of the History of Sport*, 26(1), 45-62.

Carreirão Gonçalves, M. (2021). *Emprendedoras da forma. Mulheres, fisicoculturismo e mercado fitness*. Cuadernos del CLAEH. Segunda serie, año 40, n.o 114, 2021-2, ISSN 0797-6062 · ISSN 2393-5979. Pp. 101-116.

Dardot, Laval (2013). *La nueva razón del mundo. Ensayo sobre la sociedad neoliberal*. Barcelona, España. Editorial Gedisa S. A.

Garton, G. (2016). "Fit girls" Corporalidad, identidad y género en las representaciones de mujeres futbolistas. *Bajo palabra. Revista de filosofía, Época* 2(16), p. 39-49.

Kalin, F. E. (2017). *Nosotros hacemos CrossFit: etnografía sobre identidades deportivas*. Educación Física y Ciencia, 19(2), e030. <https://doi.org/10.24215/23142561e030>.

Laqueur, T. (1990). *La construcción del sexo: cuerpo y género desde los griegos hasta Freud*. Cátedra.

Landa, M. I., Marengo, L. G. (2016). *El sí mismo como empresa: sus operatoria y perfoances en el escenario managerial, Michel Foucault, treinta años después. Aportes para pensar el problema del cuerpo y la educación*. FAHCE, Universidad Nacional de La Plata - Universidad de San Buenaventura. La Plata. Pp. 24 - 50.

Landa, I. (2009). *Subjetividades y consumos corporales: un análisis de las prácticas del Fitness en España y Argentina*. Razón y Palabra, núm. 69. Universidad de los Hemisferios. Quito, Ecuador.

Rottenberg, C. (2020). *El auge del feminismo neoliberal*. Castellón: Universidad Jaume I.

Sennett, R. (2000). *La corrosión del carácter: las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo*. Barcelona, España. Anagrama.

Stewart, C., Kerr, G., Kerr, R., & Barker-Ruchti, N. (Eds.). (2020). *Women's Artistic Gymnastics: Socio-cultural Perspectives*. Routledge.