

CONTROVERSIAS DE LO CORPORAL EN EL FITNESS. EPISTEMOLOGÍA DE ALGUNOS CONCEPTOS EN LOS GIMNASIOS

Por: M. Emilia Napolitano*

RESUMEN

Desde las prácticas del Fitness, poco se sabe de los programas de entrenamientos o cursos que se dictan. No hay prácticamente investigaciones ni estudios que lo comprenden, y eso parece un problema preocupante.

Estas mismas confusiones epistemológicas, pueden derivar dificultades con respecto a las denominaciones que cada actor tiene en esta práctica. El análisis corresponde focalizar en dos agentes importantes: el que enseña (profesor, instructor o maestro del cuerpo), y el que aprende (alumnos, sujeto, cliente o usuario).

Para el correspondiente estudio, las que se presentan a continuación son algunas de las preguntas que le darán marco a esta ponencia:

1. ¿Cuál es el papel que juega el alumno y el instructorⁱ dentro de los gimnasios?
2. ¿Cómo son identificados los sujetos por los dueños de los gimnasios y por los instructores?
3. ¿Cuál es o debería ser el rol del profesor o instructor en el gimnasio? (¿enseña, reproduce, observa, indica, etc.?).
4. ¿Cuál es el cuerpo que se busca reproducir en el gimnasio, y qué tipo de cuerpo buscan los sujetos que acceden al mismo?

PALABRAS CLAVE: Fitness- sujeto- maestro del cuerpo- negocio

ABSTRACT

Since the fitness practices, there are only a few things that we know about training programs or courses. Virtually, there are no research studies to understand this problem, and that seems to be a worrying problem.

These same epistemological confusions may represent difficulties respect to the terms that each actor uses in their practice. The analysis should focus on two major players: the one who teach (professor, instructor or body teacher) and the learner (student, subject, customer or user).

For this study, we present some questions that would give the framework to this paper:

1. What is the role of the student and instructor at the gym?
2. How are the subjects identified by the owners of the gym and trainers?
3. What is or should be the role of the teacher or instructor in the gym? (Do they teach, play, note, show, etc..?).
4. Which body does the gym seek, and what kind of body does the subject look for?

KEY WORDS: Subject-Body teacher-Fitness-Student-Client - User-Instructor.

INTRODUCCIÓN

Desde las prácticas del Fitness, poco se sabe por fuera de los programas de entrenamientos o cursos que se dictan. No hay prácticamente investigaciones ni estudios que lo comprendan, y eso parece ser un problema preocupante.

Por otra parte, parece que no hay distinciones epistemológicas entre quienes acceden a las clases, y los encargados de llevarlas a cabo. No es preciso advertir epistemológicamente si los primeros son: alumnos-usuarios-clientes-sujetos; y si los segundos han de ser: profesores-maestros del cuerpo-instructores.

El presente trabajo tiene un objetivo concreto: se planteará la epistemología de los conceptos de: profesor, maestro del cuerpo o instructor, alumno, sujeto, cliente y usuario dentro de los gimnasios. En este sentido, se delinearán cuál es la concepción del sujeto para las empresas más conocidas de este ámbito.

Algunas de las preguntas que se intentarán responder en el transcurso de la pesquisa han de ser:

1. ¿Cuál es el papel que juega el alumno y el instructor¹ dentro de los gimnasios?

¹ Un instructor puede ser cualquier persona que decida realizar y pagar un programa de entrenamiento. Una vez finalizado un programa de entrenamiento y aprobado, se le exige un certificado, el cual avala la realización y aprobación del mismo. Téngase en cuenta que, la realización de un programa de entrenamiento (cualquiera sea la empresa que lo comercialice) consta de asistir solamente dos o tres días, dependiendo del tipo de programa que se quiera realizar. Los cursos son costoso, en comparación con la escasa teoría y práctica que ofrecen en los mismos. Cuando se han “alcanzado los objetivos” se les hace entrega de: una coreografía explicada en un papel (que dependerá del programa que hayan elegido), un CD de música (que tiene las batidas musicales correspondientes para dicha actividad), y el certificado de aprobación y asistencia al curso. Con estos requisitos, cualquiera puede ser un instructor de cualquier curso que se desee. Por último, al instructor solamente le queda aprender la coreografía que se le ha impuesto con dicho CD de música, para luego realizarla por 4 (cuatro) meses en cualquier gimnasio de la ciudad; hasta que se realice otra actualización, y así se cambiará la coreografía.

2. ¿Cómo son identificados los sujetos por los dueños de los gimnasios y por los instructores?
3. ¿Cuál es o debería ser el rol del profesor o instructor en el gimnasio? (¿enseña, reproduce, observa, indica, etc.?).
4. ¿Cuál es el cuerpo que se busca reproducir en el gimnasio, y qué tipo de cuerpo buscan los sujetos que acceden al mismo?

TEORIZAR DESDE LAS PRÁCTICAS: ¿ES POSIBLE EN EL FITNESS?

Antes de avanzar con el análisis acerca de los que realizan la práctica del Fitness (o physical fitness²), es preciso aclarar que, dentro de los gimnasios (considerados como establecimientos destinados a la enseñanza o práctica de actividades físicas no competitivas³), se crean un sin fin de horarios con clases de todo tipo (aéreo box, tae bo, fight do, oxígeno, spinning, top ride, salsa, reggeaton, coreografiado, aéreo local, pilates, mix local, body pump, ubound, x-55, body attack, etc.). Horarios que comprenden la franja horaria desde las ocho de la mañana hasta las veintidós horas, aproximadamente. La multiplicidad de horarios facilita la inserción de, cada vez, mas personas en este tipo de prácticas, ya que las clases son variadas (se ofrecen muchas propuestas para el variado tipo de público que accede a alguna de las prácticas) y duran solamente una hora.

Dentro cualquiera las clases de Fitness (más adelante se definirá al Fitness y se lo comparará con la gimnasia) los profesores/instructores⁴ que aprueban los programas de entrenamientos (que comercializan las dos empresas más conocidas de este ámbito), tienen que memorizar una coreografía que se corresponde con un CD específico, la misma será transmitida durante el plazo de cuatro meses sin hacer una crítica referente a: por qué se hace tal ejercicio, para qué, cuándo, con quién, cuál, a quién, cómo, cuánto, qué, etc. Se podría pensar que para los programas de entrenamientos lo único importante es aprender de memoria un conjunto de movimientos, sin tener la necesidad de pensarlo críticamente. Por lo tanto, hay poco para pensar, poco para crear, poco para estudiar y poco para decir y transmitir.

Por otro lado, consideramos que a quienes acceden a las clases en los gimnasios, se les debería explicar que esas disciplinas fueron creadas en Estados Unidos; con todo lo que aquello conlleva, es decir: fueron configuradas e instauradas en otro país para sujetos con diferentes formas de relacionarse con sus cuerpos, modos de cuidarse, de moverse, con distintos hábitos, formas de comunicarse y socializarse, etc.

² Como la prefiere llamar Mariano Giraldes.

³ Ley N° 139. Sanción 14/12/98. Promulgación: decreto N° 108/99 del 19/01/99. Publicación: OCBA N° 61 del 29/01/99.

⁴ Es necesario aclarar, que quien apruebe un programa de entrenamiento, curso de técnicas en gimnasia, instructorado de pilates, etc., se le entregará un certificado en donde queda asentado que es instructor de tal o cual práctica. Además, cabe decir, que no es necesario que sea profesor en Educación Física para realizar cualquiera de esas opciones. En este sentido, cualquiera que desee realizar un curso o programa de entrenamiento puede hacerlo, sin tener la necesidad de obtener de ante mano un título universitario. Resulta extraño que a los instructores se los denomine “profesores”, y más extraño aún, cuando lo único que hacen es reproducir y hacer que los otros reproduzcan, sin realizar una crítica de lo que se hace.

Lo paradójico, es que muchos instructores, que trabajan en gimnasios, no tienen en cuenta estas diferencias trasladando cualquier metodología, dosificación, ejercicio, etc., a todos los sujetos por igual.

En las observaciones que hemos realizado en relación a las prácticas del fitness, cuesta pensar que, aquellos que adquieren algún programa de entrenamiento, tengan la posibilidad de criticar, si todo ya fue creado.

Por el contrario, desde la Educación Corporal⁵, proponemos seguir pensando las prácticas de manera crítica, consideramos que hay un punto fundamental: teorizar desde las prácticas (análisis pocos usales desde Educación Física). El no teorizar desde las prácticas nos dirige a seguir “pidiendo prestado saberes” a distintas ciencias las cuales nos explican qué tenemos que hacer en nuestra disciplina, como siempre lo hizo la Educación Física. Por lo tanto, permanentemente se necesitó de la Pedagogía, la Medicina, la Psicología, la Estadística, la Sociología, etc., para definir sus prácticas; lo que nunca pudo entender es que en vez de definir las, cada vez se alejaba más de ella misma. En palabras de Mariano Giraldes (2008): *“ese diálogo nunca deberá ser un monólogo propuesto por otras disciplinas científicas y que nosotros escuchamos dócilmente. Creo que, a veces, esos discursos ajenos nos han hecho perder el rumbo. Suele advertirse al leer algunas propuestas curriculares de la carrera de la Educación Física. A veces, parecería que muchos docentes están muy preocupados por ser expertos en pedagogía; pero no tanto en conocer lo que deben enseñar”*⁶.

Si bien el fitness no es parte de una Educación Física formal, en observaciones que he realizado en tres gimnasios de la ciudad de La Plata (Centro de entrenamiento Aimar, Gimnasio Pulso y Athlon) con clases de fitness, se pudo observar que muchas veces, los instructores están más preocupados en demostrar todo lo que saben hacer que en observar a sus alumnas y entender lo que ellas sienten, preguntarles, explicar, etc. Podemos considerar que, desde esta práctica, ese “mostrar lo que se sabe hacer”, no debería estar solamente acompañado de lo práctico, sino, también teórico. Lamentablemente, se podría pensar que desde el fitness no se teoriza; más bien, el fitness para consolidarse “teóricamente” toma saberes de la anatomía y fisiología, propios de la medicina⁷, y los aplica para su disciplina (algo no muy diferente de lo que hizo la Educación Física).

Desde la postura de la Educación Corporal, hay que teorizar desde las prácticas, para que esta disciplina no carezca de crítica, ni quede relegada a otras ciencias.

⁵ La expresión Educación Corporal, en este caso, es tomada en el sentido que le ha dado Ricardo Crisorio cuando propone reemplazar esa denominación, es decir, casi como un antónimo de Educación Física.

⁶ Giraldes, M. (2008): *“Nuevos contextos, nuevos discursos, prácticas renovadas”*. Publicación realizada en su blog: <http://marianogiraldes.blogspot.com>.

⁷ La medicina se ha encargado de recomendar a las personas que realicen algún tipo de actividad física, en este sentido, el papel del profesor quedaría relegado a esta ciencia. En primer lugar, porque las personas, muchas veces, toman mucho más en cuenta lo que dicen los médicos, que lo que dicen los profesores. En segundo lugar, porque la Educación Física, al “pedirle permiso” a la medicina para investigar, pierde su identidad completamente, y no analiza sus prácticas para mejorarlas; sino, que sigue estudiando a las prácticas desde lo inmóvil (el cadáver) y no desde las construcciones sociales.

Por último, puedo decir que resulta extraño la poca investigación y análisis desde una práctica tan difundida, como lo es el fitness. De hecho, en la mayoría de las investigaciones⁸ que se realizaron, el único aval parte de la misma es acerca de conocimientos científicos investigados por la medicina; y lo demás, proviene más del sentido común que desde la propia investigación metodológica y epistemológica.

SUJETOS EN LOS GIMNASIOS

Primeramente, creemos necesario que cabría definir dos términos importantes y que usamos habitualmente, como lo son: gimnasia y fitness. Cuando se hace referencia al primero se puede decir que son una actividad física de movimientos repetidos que se planifica y se sigue regularmente con el propósito de mejorar o mantener el cuerpo en buenas condiciones. Por otro lado, cuando se hace referencia a la segunda, la entendemos por su sistematicidad e intencionalidad, y porque busca alcanzar y perfeccionar una armonía entre el cuerpo, el movimiento conscientemente ejecutado y el medio (Giraldes, 1985). Puedo decir que ambas promueven la sistematicidad e intencionalidad de movimientos. Ahora bien, en cuanto a los movimientos conscientemente ejecutados, la armonía de los mismos, lo corporal, la cultura en la cual el sujeto circula y las relaciones sociales, en la definición del fitness no se habla. Parecería que lo social prevalece sobre lo físico y lo orgánico.

Hoy en día, la industria del fitness al desarrollarse a nivel mundial, muchos adolescentes, adultos y ancianos acceden a los gimnasios para hacer alguna práctica de éste tipo acorde a: sus necesidades, sus preferencias, sus posibilidades, sus gustos, etc. Y acceden al gimnasio por: salud, estética, prescripción médica, afinidad al mismo, para moverse, conocer sujetos, porque algún familiar o amigo accede, etc.

Si miramos cuántas clases de fitness hay en los gimnasios, consideramos que hay muchas, pero todas están enfocadas en miras a “lo último que sale al mercado”. Pero la gimnasia no se encierra solamente en esto, los que encierran a la gimnasia en eso, son los comerciantes que intentan llamar la atención de los consumidores. Críticamente, podemos decir que, lamentablemente no hay ninguna clase en la ciudad de La Plata donde se tome lo más apropiado de todas las escuelas o corrientes gimnásticas⁹; como la llamada gimnasia síntesis o gimnasia total¹⁰.

Dentro de los gimnasios, muchas veces queda desdibujado el papel del sujeto que accede a un gimnasio cualquiera; ya que juega un papel complejo: el de cliente, alumno, usuario o sujeto.

⁸ En investigaciones que se han realizado sobre escritos de fitness, parecería paradójico, que, en un principio, las mismas siempre expliquen la historia del fitness. Luego, se explican técnicas acerca de los pasos característicos de las tendencias pioneras, y culminan con explicaciones fisiológicas y anatómicas.

⁹ Desde mis objetivos, el próximo año tengo pensando presentar un proyecto en algún gimnasio, para poder dar gimnasia síntesis; y aplicar todas las escuelas o corrientes de la gimnasia en cada una de las clases. Por ende, este seminario me enseñó a darme cuenta que nosotros los profesores de lo corporal, somos los encargados de no hacer desaparecer a las demás gimnasias. Cada una de ellas hizo aportes significativos, que merecen ser tratados y puestos a prueba nuevamente.

¹⁰ El nombre le corresponde al Profesor M. Giraldes, en sus estudios de lo corporal y la gimnasia.

Por lo tanto, a partir de ese sujeto se van construyendo socialmente diferentes miradas sobre él.

En el comercio y el marketing, un cliente es quien accede a un producto o servicio por medio de una transacción financiera (dinero) u otro medio de pago. Por ende, parecería que no importa cuánto se enseña ni qué, sino, más bien el hecho de adquirir un servicio.

Si prestamos atención a la etimología de cada concepto, podemos decir que el alumno, es entendido como el “carente de luz”. En este sentido, el maestro de lo corporal, debería darle “toda la luz que posee” como algo dogmático, entendiendo que ese otro, no tiene ningún saber.

El usuario es la persona que utiliza o trabaja con algún objeto o que es destinataria de algún servicio público o privado, empresarial o profesional. Es decir, aquel que va al gimnasio para “usar” de sus servicios (profesores, máquinas, instalaciones, etc.)

Por otro lado, el profesor, instructor o maestro del cuerpo¹¹ es el encargado de conservar a sus alumnos y conseguir nuevos alumnos cada vez más en sus clases. El profesor, es aquel que profesa; es decir, que tiene conocimientos que los demás no tienen.

Y por último, el instructor proviene de la palabra instruir. Comunicar ideas, doctrinas, conocimientos.

Según Mariano Giralde: *“Los maestros del cuerpo, los que pasamos años estudiando las costumbres, las preferencias, los significados, las cosas a que los seres humanos le hemos otorgado valor a lo largo de la historia de la cultura, tenemos mensajes por transmitir y saberes por enseñar. Pero no son saberes a imponer que ha sido lo clásico. Son saberes del cuerpo que aunque sean valiosos para nosotros, pueden no serlo para todos los alumnos. De manera que la interminable y maravillosa tarea será “ayudar a construir significados” allí donde el alumno, en soledad, no puede lograrlo. El maestro tiene que ayudar al otro a ser, pero no a costa de dejar de ser él mismo. Y ese uno mismo incluye ese tesoro de cultura de lo corporal que los maestros somos capaces de transmitir”*¹².

Profundizando con el análisis, podemos decir que, en muchos locales, el sujeto principalmente es un cliente al cual hay que ofrecerle las mayores comodidades por haber seleccionado tal o cual espacio para realizar un tipo determinado de actividad física (ya sea dentro del salón de fitness; así como también dentro de la sala de musculación).

Por otra parte, el instructor, ocupa el lugar de “puente” para que aquel “cliente” acceda al gimnasio. Tal es así, que los dueños de los gimnasios, exigen a los instructores renovar las clases constantemente, para “llamar la atención de los mismos”. Los profesores o instructores deben mejorar sus clases, optimizarlas, hacer clases divertidas¹³, distintas todos los días, ser

¹¹ Cabe aclarar, que esta expresión la ha fundado el profesor Mariano Giralde.

¹² Entrevista realizada al profesor Mariano Giralde, por la profesora Norma Rodríguez.

¹³ Como si el instructor o profesor que dicta una clase fuese un payaso que solamente se tiene que encargar de entretener. Más bien, el profesor debe ocuparse de enseñar al alumno. El alumno debe sentir placer por aquello que hace, siempre y cuando quiera aprender la importancia de realizar prácticas corporales.

amables con los usuarios, atender todas necesidades, hablar con los alumnos, observar, indicar, corregir, explicar, etc. Considero que es oportuno citar a Barbero González, quien manifiesta que *“en el modelo del cuerpo máquina se combinan los supuestos científicos del positivismo, la racionalidad instrumental que impregna la organización y comportamiento de las sociedades modernas y la cuota de docilidad-productividad de las poblaciones que requiere e impone el sistema productivo”*¹⁴

Otro punto a tener en cuenta es que, además, aquellos gimnasios adheridos a esta vorágine de la industria del fitness, deben constantemente actualizar las clases que ofrecen al público, dependiendo de la demanda y de lo que “está de moda”. Por ejemplo, en este momento, en la mayoría de los gimnasios se les ofrece a los alumnos clases de Reggeaton.

En la página de internet de la empresa Body Systems, se deja entrevisto un discurso que llama la atención; la misma dice: *“es necesario desarrollar otras competencias que permitan posicionar al Instructor como parte de un engranaje de servicio, precisamente porque los gimnasios son empresas de servicio y porque los miembros del gimnasio son clientes que tiene el poder de la decisión: nos eligen... o nos dejan”*. Además, aclara en relación a los profesores o instructores que: *“deben estar preparados para saber responder a este tipo de demandas, deben desarrollar una visión comercial y transformarse en un gran comunicador para hacer del fitness de grupo una actividad rentable, duradera y alineada con las necesidades que impone el mercado”*¹⁵. En este sentido, los instructores de cualquier programa de entrenamiento deben realizar constantemente actualizaciones, donde se les hace entrega un nuevo CD que le corresponde a una nueva coreografía, para obtener una innovadora coreografía. La problemática que se nos plantea es: si las empresas hacen actualizaciones cada cuatro meses, las/os alumnas/os (durante todo ese lapso de tiempo) realizan metodológicamente la misma coreografía con la misma música. Por ende, no podemos hablar de una práctica crítica.

Si hablamos de competencias, es necesario comprender la epistemología de dicho concepto. Según el artículo de Ricardo Crisorio: *“Competencias y saber”*, citando a Agamben, demostró que competir es luchar, pugnar, disputar por “una misma cosa”; lo cual se puede pedir o se pide, en “competencia”, porque se es competente, es decir, adecuado, apto, pero también pertinente, perteneciente, calificado y capaz. Cabe aclarar que más que competencias, los instructores deben aprehender saberes, que le permitan realizar su práctica de la manera más crítica posible.

Ahora bien, dentro de los gimnasios, podemos encontrar todo tipo de rivalidades; a saber:

1. Entre las empresas que venden los programas de entrenamiento. Por ejemplo: Radical Fitness vs. Body Systems.
2. Entre los gimnasios.
3. Entre los instructores de los mismos gimnasios y adversos. En cuanto a la cantidad de programas realizados, a la cantidad de horas que los instructores tienen, a la vestimenta, etc.

¹⁴ Barbero González, Ignacio (1997). *La cultura del consumo, el cuerpo y la Educación Física*, en Disertación en el 3° Congreso Argentino “Educación Física y Ciencia”. Universidad Nacional de La Plata. Bueno Aires, Argentina.

¹⁵ www.bodysystems.org

4. Entre los dueños, instructores y profesores. Muchas veces, los dueños de los gimnasios cuando son instructores, compiten con los profesores en Educación Física porque algunos de ellos son críticos de las prácticas. De hecho, los profesores compiten con los instructores donde luchan por un determinado tipo de capital, en la concepción bourdeana (simbólico, cultural o económico).
5. Entre los mismos alumnos. En este caso, la mayoría de las veces, la competencia se encuentra en relación a un ideal de su imagen corporal, ligado a la estética y al entrenamiento.

No debe entenderse que las mismas operan independientemente. Al contrario, éstas se encuentran en estado de permanente dinamismo y tensión, en cuyo interior se despliegan (des)articulaciones deviniendo en nuevas combinaciones de sentidos que pintan con nuevos colores al cuadro conceptual del *fitness*.

Por otro lado, podemos decir que, relacionar el fitness o la Educación Física con la formación técnica de movimientos constituye un reduccionismo. Reduccionismo, en todo caso, de la dimensión humana de la persona que aprende y de la dimensión cultural del contenido a aprender (Crisorio, 1995). De hecho, consideramos que no hay un método único para aprender. En el caso del fitness, el problema es, (específicamente de los programas de entrenamiento), que todos los alumnos hacen los mismos movimientos, con la misma metodología, todos siguen los sonidos de la música, todos se mueven hacia el mismo lado, todos hacen los mismos ejercicios de fuerza muscular, de resistencia, de elongación, etc.

No sólo eso, cabe aclarar que, las empresas ligadas al fitness piensan en un tipo cliente que debe constantemente estar en desacuerdo con ese cuerpo que creen tener. Es necesario para ellos, crear dispositivos de control, para que los sujetos siempre acudan a un tipo belleza superficial para “mejorar su relación con su cuerpo”. Un cuerpo, claro está, ligado a lo biológico.

Y en relación a éste cuerpo dócil, es interesante lo que expresa Ma. Inés Landa, cuando habla de éstas disciplinas: *“Las técnicas corporales que promueve el Fitness operan a través de estímulos que estresan los procesos orgánicos (lo interior), los cuales moldean e inciden en/sobre la apariencia (exterioridad) del agente “practicante”. Ésta exterioridad (apariencia) está a su vez regulada por un orden, por un “ideal”, es decir, el conjunto de apreciaciones y procesos de evaluación que miden y ponderan la eficiencia/efectividad de las técnicas utilizadas. Para ello recurren a un patrón estético-ético: la imagen de un “cuerpo”, activo, vital, firme y flexible. Tanto el agente que entrena, como el sujeto que prescribe, inscriben sus prácticas en dichas dimensiones. Son éstas las que otorgan legitimidad a los parámetros, concebidos en términos de éxito o fracaso, que regulan la intervención del cuerpo y los alcances de su transformación”*¹⁶.

No resulta extraño, entonces, que los gimnasios además de todo lo que brindan (infraestructura, materiales, algunos confort, servicios de limpieza, etc.), organizan centros de

¹⁶ Landa M. I: *“Cuerpos Rentables: un análisis de la práctica del Fitness”*. En Crisorio, Ricardo, Giles, Marcelo (comp.) Educación Física - De la Gimnástica a la Educación Corporal. La Plata: Editoriales Al Margen.

estética, de masajes, etc. Parece ser que ese “mejorar esa relación con su cuerpo” está ligado a entrenamiento de muchas horas en los gimnasios, de hacerse masajes, de realizarse cirugías, ponerse prótesis, etc.

Pero eso no es todo, dentro del mercado de la gimnasia, se venden un conjunto de artículos para el “cuidado del cuerpo”, a saber: pastillas y cremas adelgazantes, cremas anti-arrugas, para celulitis y estrías, ropa deportiva (pantalones, remeras, gorros, zapatillas, bolsos, mochilas, camperas, etc.); así como también: maquinarias específicas de cada actividad (CDS, videos, camas elásticas, pelotas grandes, colchonetas, steps, bandas elásticas, pesas, barras, elípticos, cintas, discos, tobilleras, etc.). En este sentido, la gimnasia, como contenido de la Educación Física, parecería ligarse a lo rentable.

Por último, creo que una frase del profesor Mariano Giraldes, es apropiada para culminar con la pesquisa: *“Todo intento de Educación Corporal debe, frecuentemente, actuar como una contracultura. Tendrá que mostrarse capaz de rechazar propuestas corporales ofrecidas como mercancías, negarse a aceptar que el cuerpo se transforme en el más bello objeto de consumo, esclarecer y proponer alternativas desafiantes, placenteras, renovadoras. En síntesis: ayudar a pensar nuevas maneras de pensar la corporalidad”*¹⁷. Todos los que creemos en la Educación Corporal, tenemos que hacer nuestros aportes para que ésta crezca y pueda llevarse a cabo.

A MODO DE CIERRE (PROVISORIO)

Considero que los que acceden a distintas clases en cualquier gimnasio son sujetos; sujetos a los que se les debe enseñar explicando cada una de las cosas que se van a hacer y se hacen. Considero que los alumnos, deben saber, antes de comenzar la clase, cuál es el objetivo de la misma; así como también, es necesario que, de a poco, en el transcurso de las mismas se les explique por qué se hacen esos ejercicios, por qué se pone ese tipo de música, preguntarles qué buscan ellos/as, por qué les interesó ir al gimnasio, para qué se hacen esos ejercicios, cómo se debe hacer correctamente, cuál es el ejercicio conveniente para ese sujeto en ese momento (a fin de que entiendan que no somos todos iguales, y que es necesario saber las posibilidades de cada uno), cómo hacer el ejercicio o el movimiento, etc. Y lo más importante, comprender que los sujetos también tienen saberes, distintos o similares a los nuestros.

Por ende, debemos entender que todos somos parte de un determinado tipo cultura, y que debemos aprender a conocer mejor nuestro cuerpo y conocer lo corporal de los demás, para poder relacionarnos con los otros.

Además, considero necesario, tomar lo mejor de las gimnasias, para mejorar la relación del hombre con su cuerpo, el medio y los demás. La gimnasia, debe ser un medio para conseguirlo.

¹⁷ Giraldes, M. (2008): “Nuevos contextos, nuevos discursos, prácticas renovadas”. Publicación realizada en su blog: <http://marianogiraldes.blogspot.com>.

Lamentablemente, muchas veces, los dueños de los gimnasios también entienden al sujeto como un cliente o un usuario (así como también, las empresas de fitness). Reducir al sujeto en un cliente le quita su valor crítico, sus saberes, sus elecciones, etc.

Por otro lado, los profesores o instructores no sólo deben estar capacitados a través ramas de la medicina como la fisiología o la anatomía. A los instructores, se les debe enseñar a pensar críticamente. Entiendo que es difícil cuando un programa de entrenamiento dura dos o cuatro encuentros, ya que se hace casi imposible que quien acceda a ese programa o curso, sea capaz de comprender que en sus clases debe enseñarle a los sujetos, y que los mismos no son máquinas capaces de reproducir; y que él tampoco lo es.

Por último, quiero plantear que no podemos quedarnos con lo que otras ciencias nos han dicho, más bien, es necesario entender qué pasa en nuestras prácticas, para mejorarlas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Barbero González, Ignacio (1997): “*La cultura del consumo, el cuerpo y la Educación Física*”, en Disertación en el 3° Congreso Argentino “Educación Física y Ciencia”. Universidad Nacional de La Plata. Bueno Aires, Argentina.
2. Bourdieu, P. (1990): “*¿Cómo se puede ser deportista?*”, en Sociología y cultura. Ediciones Grijalbo, México.
3. Brohm J. M. (1993): “*Trece tesis sobre el deporte*”, en Materiales de sociología del deporte. Ediciones La Piqueta, Madrid.
4. Brohm, Jean- Marie (1994): “*20 tesis sobre el deporte*”, en AA.V.V.: Materiales de sociología del deporte. Ediciones de la Piqueta, Genealogía del poder/23. Madrid, España.
5. Crisorio, R. (2007): “*La teoría de la Educación Física: ¿fundamento de saber o instrumento de poder?*”, en El cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones e instituciones sociales. Ediciones Funámbulos, Colombia, Medellín.
6. Crisorio, R. (2007): “*Educación Física e identidad: conocimiento, saber y verdad, en Aproximaciones y pedagogías a la Educación Física. Un campo en construcción.* Ediciones Funámbulos, Colombia, Medellín.
7. Crisorio, R. (1995): “*Enfoques para un abordaje de CBC desde la Educación Física, en Serie Pedagógica, volumen 2.* La Plata: Departamento de Educación Física FaHCE-UNLP.
8. Crisorio, R. (1998): “*Constructivismo, cuerpo y lenguaje*”. Revista Educación Física y Ciencia. Buenos Aires.
9. Crisorio, R.: “*Competencias y saber*”. Anexos al informe del director. Universidad Nacional de La Plata.
10. Crisorio R. y Giles M. (2008): “*Educación Corporal: Algunos problemas*”. Acta en las 1ras Jornadas de Cuerpo y Cultura. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad Nacional de La Plata.
11. De Carvalho, Yara María (1998): “*El “mito” de la actividad física y salud*”. Editorial Hucitec, Sao Paulo.
12. Foucault M. (1996): *La vida de los hombres infames*. Editorial Altamira, Buenos Aires.

13. Foucault M (1992): *Microfísica del poder*. Ediciones La Piqueta, Madrid.
14. Foucault M. (1981): *Espacios de poder*. Editorial La Piqueta, Madrid, pp. 9-26.
15. Foucault, M. (1996): “*El otro como mediador*”. *Hermenéutica del sujeto*. Editorial Altamira, Buenos aires.
16. Giles, M (2007): “*Educación Física o Educación Corporal. ¿Qué práctica transmitimos?*”, en el acta del 7mo Congreso Argentino y 2do Latinoamericano de Educación Física y Ciencia.
17. Giles M, (1997): “*De la realidad soñada a la realidad vivida. La historia de un sin fin*”, inédito.
18. Giraldes, M. (1985): *La gimnasia Formativa en la niñez y adolescencia*. Editorial Stadium. Buenos Aires, Argentina.
19. Giraldes, M. (2001): *La gimnasia. El futuro anterior. De rechazos, retornos y renovaciones*. Editorial Stadium. Buenos Aires.
20. Giraldes, M. (1994): *Didáctica de una cultura de lo corporal*. Edición del autor. Buenos Aires.
21. Giraldes, M. (2008): “*¿Por qué no podemos enseñar como nos gustaría?*”. Publicación realizada en su blog: <http://marianogiraldes.blogspot.com>.
22. Giraldes, M. (2008): “*Las contradicciones de nuestras prácticas*”. Publicación realizada en su blog: <http://marianogiraldes.blogspot.com>.
23. Giraldes, M. (2008): “*Educar sin culpas*”. Publicación realizada en su blog: <http://marianogiraldes.blogspot.com>.
24. Giraldes, M. (2008): “*Nuevos contextos, nuevos discursos, prácticas renovadas*”. Publicación realizada en su blog: <http://marianogiraldes.blogspot.com>.
25. Landa M. I: “*Cuerpos Rentables: un análisis de la práctica del Fitness*”. En Crisorio, Ricardo, Giles, Marcelo (comp.) *Educación Física - De la Gimnástica a la Educación Corporal*. La Plata: Editoriales Al Margen.
26. Langlade A. (1986): *Teoría General de la gimnasia*. Editorial Stadium. Buenos Aires.
27. Ley N° 139. Sanción 14/12/98. Promulgación: decreto N° 108/99 del 19/01/99. Publicación: OCBA N° 61 del 29/01/99.
28. Napolitano, M. Emilia (2009): “*Los cuerpos en el fitness. Una mirada crítica*”. *Revista Corporalogía*, Año 1, n° 2, secc 1, p 7-20. Córdoba, Argentina.
29. Napolitano, M. Emilia (2007); “*La gimnasia en la Universidad Nacional de La Plata*”, en el acta del 2° Encuentro Nacional de Semilleros de Investigación en Educación Física, Deporte y Recreación y 1° Encuentro Internacional de Estudiantes Investigadores en el área. Instituto Universitario de Educación Física. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
30. Napolitano, M. Emilia (2007): “*La gimnasia, el consumo y el cuerpo*”. *Acta en el Congreso de Pehuajó: 2° Congreso Nacional de Educación Física, Ciencia y Deporte y 1° Seminario Internacional de Gestión de Políticas Públicas en Educación Física y Deporte*. Instituto Superior de Formación Docente N° 13, Pehuajó.
31. Napolitano, M. Emilia (2007); “*Adscripción a la Cátedra Educación Física, eje Gimnasia*”. *Acta de Congreso. 2° Encuentro Nacional de Semilleros de Investigación en Educación Física, Deporte y Recreación y 1° Encuentro Internacional de Estudiantes Investigadores en el área*. Instituto Universitario de Educación Física. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

32. Napolitano, M. Emilia (2008): *“La gimnasia y el fitness. Una análisis desde el sujeto, el consumo, el cuerpo y los cursos que se crean”* (Proyecto de investigación de Tesis de Maestría en Educación Corporal). Acta de Congreso y futura Publicación. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación.
33. Napolitano, M. Emilia (2008): *“Los cuerpos en las clases del fitness”*. Jornadas de cuerpo y ciudad. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad Nacional de La Plata.
34. Napolitano, M. Emilia (2008): *“Los cuerpos en el fitness. Una mirada crítica*. Escrito presentado para publicarse en la Revista Corporalogía. Autor de la revista: Juan Manuel Negrelli.
35. Napolitano, M. Emilia (2008): *“El reflejo del cuerpo en la Educación Física”*. Escrito aprobado para las IV jornadas de Sociología a realizarse en diciembre del corriente año. Universidad Nacional de La Plata, Facultad de Humanidades. La Plata.
36. Rockwell, E. (1980): *“Antropología y educación”*. Problemas del concepto de cultura. DIE, México.
37. Vigarello G. (2001): *Corregir el cuerpo. Historia de un poder pedagógico*. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires.

* Profesora en Educación Física. Maestranda en Educación Corporal. Integrante de los grupos de investigación: “Metodología y Educación Corporal”, en el Centro Interdisciplinario de Metodología de las Ciencias Sociales (CIMECS)