



# UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Maestría en Antropología de lo Contemporáneo

La construcción de género desde el gimnasio: el caso de una físico culturista  
en Cuenca

Trabajo de titulación previo a la  
obtención del título de Magíster  
en Antropología de lo  
Contemporáneo

Autora:

Lucía Marcela López Vaca.

CI: 0105728836

Correo electrónico: lulopez1721@yahoo.com

Directora:

Casandra Paola Herrera Caicedo.

CI: 1802824282

**Cuenca, Ecuador**

23-noviembre-2021



**Resumen:**

Esta investigación se orienta hacia el enfoque de género que es invisibilizado desde la praxis del físico culturismo a través del trabajo etnográfico se analizan los fenómenos sociales que tienen lugar en la vida cotidiana de mis interlocutores: mujeres, hombres e individuos que conforman la comunidad GLBTIQ. Procurando establecer la importancia tanto en los entrenamientos en los gimnasios con salas de musculación y, también, en las competencias de culturismo -enfaticando- en las interacciones sociales que se dan tras la decisión de consumir suplementos y sustancias anabolizantes andróginas o *anabólicos*.

Se expone, inicialmente, un estado de la cuestión de la antropología de los deportes en relación al género en Ecuador y en la región; luego, desarrollaré una sección basada en las rutinas de mis interlocutores y cómo interactúan desde una perspectiva *terapéutica* con las máquinas del gimnasio. Finalmente, daré a conocer las nociones de farmacología relacionadas con la sexualidad de estos individuos y cómo pude alcanzar, metodológicamente, el proceso medular de esta tesis para interpretar, especialmente, la doble perspectiva del culturismo femenino: la resistencia y la obediencia

**Palabras claves:** Fisicoculturismo. Género. Antropología del deporte. Culturismo femenino. Resistencia. Obediencia.



**Abstract:**

This research is oriented towards the gender approach that is invisible from the practice of bodybuilding through ethnographic work, the social phenomena that take place in the daily lives of my interlocutors is analyzed: women, men and individuals that make up the GLBTIQ community. We try to establish the importance both in training in gyms with bodybuilding rooms and, also, in bodybuilding competitions - emphasizing - in the social interactions that occur after the decision to consume supplements and androgynous anabolic substances - AAS- or *anabolic*.

We expose, initially, the state of the field of the anthropology of sports in relation to gender in Ecuador and in the region. Then I will develop a section based on the routines of my interlocutors and how they interact from a therapeutic perspective with the machines in the gym. Finally, I will present the notions of pharmacology related to the sexuality of these individuals and how I could methodologically achieve the core process of this thesis to interpret, especially, the double perspective of female bodybuilding: resistance and obedience.

**Keywords:** Bodybuilding. Gender. Sport anthropology. Female bodybuilding. Endurance. Obedience. Desire.



## Índice del Trabajo

<b>RESUMEN.....</b>	<b>pág. 2</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>pág. 3</b>
<b>CLÁUSULA DE PUBLICACIÓN.....</b>	<b>pág. 6</b>
<b>CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL.....</b>	<b>Pág. 7</b>
<b>DEDICATORIA.....</b>	<b>pág. 8</b>
<b>AGRADECIMIENTOS.....</b>	<b>pág. 9</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>pág. 10</b>
<b>JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>pág. 12</b>
<b>METODOLOGÍA.....</b>	<b>pág. 14</b>
<b>CAPÍTULO I.....</b>	<b>pág. 16</b>
Estado de la cuestión.....	pág. 17
Surgimiento del culturismo y participación de ellas.....	pág. 24
¿Y en Ecuador y Cuenca?.....	pág. 27
El cansancio y el dolor: paliativos emocionales.....	pág. 29
La corporalidad en los estudios sobre el deporte.....	pág. 33
Otros escenarios de las distinciones.....	pág. 34
Marco teórico.....	pág. 36
Maneras de interacción social.....	pág. 41
<b>CAPÍTULO II.....</b>	<b>pág. 42</b>
Las que van al gimnasio: entre el entretenimiento y el perfeccionamiento.....	pág. 43
Los hábitos en la práctica deportiva: entre el “ser” y el “deber ser”.....	pág. 45
Los cuatro parámetros: clasificación de los hábitos.....	pág. 47
“Eres lo que comes”.....	pág. 47
Sobre el ejercicio físico y el deporte.....	pág. 49
Cuidado estético.....	pág. 52
El “abdomen de lavadero”.....	pág. 54
Sexualidad.....	pág. 55
Suplementación y farmacología.....	pág. 56



**CAPÍTULO III..... pág. 59**

    Las peripecias: entre la rebeldía del gimnasio y el estigma sobre la tarima..... pág. 60

        La “rebeldía” del gimnasio..... pág. 62

        Las peripecias: el estigma sobre la tarima..... pág. 66

    Las revelaciones en el gimnasio versus los secretos médicos..... pág. 68

**CONCLUSIONES..... pág. 70**

**BIBLIOGRAFÍA / RECURSOS DIGITALES..... pág. 74**

**ANEXOS..... pág. 78**



### Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

---

Yo Lucía Marcela López Vaca en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "La construcción de género desde el gimnasio: el caso de una físico culturista en Cuenca", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 23 de noviembre de 2021.

---

Lucía Marcela López Vaca

C.I: 0105728836



### Cláusula de Propiedad Intelectual

---

Yo Lucía Marcela López Vaca, autora del trabajo de titulación "La construcción de género desde el gimnasio: el caso de una fisicoculturista en Cuenca", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 23 de noviembre de 2021.

---

Lucía Marcela López Vaca

C.I: 0105728836



## **DEDICATORIA**

Dedico este logro, a mi familia por alentarme, con amor, a seguir a pesar de las circunstancias.

A mis amigas y amigos que, sin duda, se dieron el tiempo suficiente para apoyarme y mantenerme perseverante durante la maestría, la investigación y siempre.

A mis interlocutores que les considero mis amigas y amigos, con quienes me reunía en los gimnasios, porque paulatinamente, comprendimos lo vital de los procesos dialógicos para entendernos mejor y pasar de la tolerancia a la empatía.

Le dedico a mi eterna compañera de las largas noches, mi perra Gala, que, a su manera, me enseña cada día los valores de la vida.





## AGRADECIMIENTOS

Este trabajo fue posible, en primera instancia, gracias a la apertura que se generó desde los gimnasios que conocía y, desde estos espacios de la ciudad, hacia una gama de ideas que fueron tomando forma a través de las experiencias y de los sentires que, como grupo, fuimos conformando y desarrollando. Sin duda, el aprendizaje ha ido mucho más lejos de la esfera académica.

Agradezco que, desde el trabajo de campo, se posibilitan los procesos dialógicos indispensables para que, como sociedad, logremos entender que solamente mediante el acto de conocer *otros mundos* nos construye como mejores seres humanos. Me es gratificante saber que pude conversar con Joha, David, Lis, Jorge, Pablo e Israel y que, conformamos un excelente equipo en el que el respeto y la honestidad delimitó el camino de esta tesis, para ellas y ellos, mis interlocutores y amigos, mi profunda gratitud.

Mi gratitud también a los propietarios y usuarios de los gimnasios en los que estuve, el acto de permitirme acceder a una esfera de su vida íntima -como la del ejercicio físico- fue un proceso que me dejó nuevas experiencias y enseñanzas que encaminan, aún más, mi respeto y curiosidad acerca de las dimensiones de lo humano, de la cultura.

Agradezco a Israel Idrovo y Pedro Cantero por jugarse el papel de motores de este programa de antropología de lo contemporáneo; hago extensivo mi sentir hacia todas y todos los profesores que, sin duda, nos motivaron a ser perseverantes en la vida y en el camino que, con cada clase, se tejió con la antropología. Destaco mi agradecimiento a Alberto del Campo, a María Amelia Viteri, a Beatriz Miranda, a Xavier Andrade y, especialmente, a Casandra Herrera, tutora de esta investigación y con quien la distancia física no resultó un impedimento para que, a través de las charlas que tuvimos, logre cumplir con su rigurosidad y, juntas, desarrollar una sensibilidad académica enfocada en las problemáticas contemporáneas para, quizás, hallar pocas respuestas a la diversidad de maneras de ser y pensar de las que somos testigos cada día y en cada lucha, gracias por su paciencia y apoyo.



Así mismo, mi gratitud hacia la compañía y el apoyo de mis compañeras y compañeros durante las largas noches en el aula; sé que compartiremos más enseñanzas a lo largo de la vida y de este apasionante camino que nos brinda la antropología.

## INTRODUCCIÓN

El interés de esta tesis parte de una experiencia que, a pesar de ser inicialmente, individual, terminó convirtiéndose en un tema que es cada vez más interesante e importante investigar: el mundo de los deportes y, específicamente, del culturismo debido a que proporciona una mayor dimensión descriptiva y analítica que otros deportes que cuentan con una mayor aceptación social.

En la primera parte abordo mi interés en este tema y la manera en la que captó, ya desde hace años, mi atención. Exploro cómo esa perspectiva personal, configuró el análisis del gimnasio como un territorio en el cual se posibilita una reconstrucción de los afectos, ya que mis interlocutores supieron compartir importante información y experiencias que, como veremos en sus testimonios, llegaron a los fierros<sup>1</sup> porque representó una salida sana a una situación emocional que va desde decepciones amorosas, hasta desórdenes alimenticios como la anorexia y la bulimia configurándose en una expresión de resistencia con un enfoque de género.

En el segundo capítulo desarrollo las circunstancias que han definido que, especialmente, las mujeres hayan optado por el fisicoculturismo como un estilo de vida, mirando el espacio de los entrenamientos como posibilidades de resistencia o de obediencia de determinados parámetros sociales de género al que acuden quienes buscan un entretenimiento que les ayude a mejorar su aspecto, sus relaciones intra e interpersonales y su salud y que, como veremos, cada categoría de competición cumple determinadas especificidades en la que cada una de las atletas debe encajar o sujetarse.

También, mediante esta presentación explicaré la manera que la que interpreto y analizo los entrenamientos como un ritual, en tanto que el contacto con los *fierros* resulta en una “terapia sanadora” para los atletas. En este sentido, clasifiqué aquello que es visto como

---

<sup>1</sup> Palabra con la que denominan específicamente a las máquinas del gimnasio, a las que están en las salas de musculación.



una muestra -aparente- de resistencia de ellas -las fisicoculturistas que fueron mis interlocutoras- en el sentido en que miran y entienden su práctica como una forma de lucha social que intenta motivar a otras generaciones de mujeres a que levanten pesas y la manera en la paulatinamente se da un giro a este sentir de mis interlocutoras, cuando se ve que lo que termina sucediendo es exactamente lo opuesto, porque culmina con un sentido de pertenencia precisamente a lo que ellas -aparentemente- se oponen.

Por otro lado, se entiende al gimnasio como un sitio, como muchos otros espacios más en la ciudad, tendiente a los estigmas sociales, o sea, en ese sentido, recae sobre ellas y ellos una categorización que profundizaré en el desarrollo del capítulo II, cuyo hilo conductor se enfoca en la búsqueda de la forma de “X” a la que se les impone a mujeres y hombres que se preparan para “ponerse a punto” y debutar sobre la tarima el día de la competencia y los procesos que intervienen en esta construcción de un nuevo cuerpo y lo que significa para estos individuos esta transformación y logro personal.

En la última sección expongo las aproximaciones teóricas que me permitieron mirar los roles activos y pasivos que han asumido mis interlocutoras, entendiendo a través de estos dos términos que diferenciaré a las mujeres que han construido su práctica del levantamiento de pesas en el marco de una lucha social, inclusive de una expresión feminista -roles activos- de aquellas que entrenan solamente para verse mejor y bajar de peso -roles pasivos- y como se exteriorizan y se intensifican en su interacción social dentro y fuera del circuito de entrenamiento, alimentación y competencia.

También analizo el proceso de reconciliación aparente que tienen ellas consigo mismas a través de los entrenamientos -comprendidos como una terapia de autorrealización- y de todo lo que ejecutan al prepararse para debutar en la competencia. Desde esta óptica, se verá cómo se diferencian las ‘flacas’ de las ‘tucas’<sup>2</sup> y las maneras en las que el acto de decidir debutar en una competencia de culturismo interfiere e interactúa con su corporalidad, llevándolos a modificar drásticamente sus hábitos de consumo de suplementos y fármacos específicos y de gasto popular en el interior de este colectivo social.

---

<sup>2</sup> Entendiendo que estos son términos que pertenecen a la jerga de este grupo social.



Las dinámicas corporales que se dan en el espacio que es el gimnasio son, de hecho, una realidad mucho más profunda de la que comúnmente se piensa. Basándome en este deseo por indagar este *micro cosmos* urbano y reiterando que, por fortuna, mi proceso de estudio fue lo que permitió acceder académicamente a estudiar este fenómeno social que, desde un inicio, pretendí que fuera un espacio en el que como grupo conformado por mis interlocutores y yo podamos encaminar esta investigación en al menos tres dimensiones que serán detalladas en el desarrollo de cada sección de esta investigación.

Además, la pertinencia de este trabajo busca aproximar al lector al entendimiento de que los deportes, como mecanismos intrínsecos de la humanidad, permiten conocer sus dimensiones, ya no de una manera periférica, sino que, hoy constituyen un enfoque central de la cultura.

Desde esta óptica, logré esbozar los mecanismos que me fueron evidentes en el discurso y a través de la vida cotidiana de mis interlocutores y, simultáneamente, alcancé a conocer aquellas disyunciones que se establecen en la convivencia en los gimnasios y en la vida cotidiana de estas personas, lo cual, indudablemente, abona oportunamente a la construcción de una mejor sociedad que solo se posibilita mediante el conocimiento e interpretación de la diversidad de grupos que enmarca la colectividad.

## JUSTIFICACIÓN

Justifico la realización de esta investigación en la medida en que aporta significativamente al desarrollo de las ciencias sociales y en un sentido específico, a la antropología del cuerpo y a las construcciones acerca del género que se ha indagado en países extranjeros tanto de América Latina, Europa y Estados Unidos más que en Ecuador, así que, este trabajo servirá para enriquecer el campo etnográfico y antropológico en el entorno intelectual más próximo.

Esto se llevará a cabo a través del enfoque de la perspectiva de género y se analizarán las dinámicas sociales que se construyen entre fisiculturistas hombres, mujeres e individuos que se identifican como parte de la comunidad GLBTIQ y las maneras en las que se relacionan con este deporte, las formas en las que son tratados, los estigmas sociales que operan en estos espacios que han sido evidenciadas en el proceso investigativo.



También es importante exponer mi interés en desarrollar esta etnografía. Como ya lo mencionó en 1914 el filósofo español José Ortega y Gasset “Yo soy yo y mi circunstancia, y si no la salvo a ella no me salvo yo” expondré la situación personal que despertó mi curiosidad por el *mundo* de los gimnasios.

Se originó cuando deseaba ocupar una parte de mi tiempo libre en mejorar mi estado físico y, de alguna manera, me perseguía el deseo de alcanzar un mayor nivel de desarrollo muscular a la vez que conocía nuevas amistades con quienes intercambiar vivencias mientras tonificábamos nuestros cuerpos y por supuesto nos divertíamos, especialmente en los días en los que hacíamos cardio; personalmente pretendía incrementar mi masa muscular; entonces, estuve asistiendo durante tres años a los dos gimnasios en los que realicé este trabajo.

Lógicamente, en el transcurso de las rutinas y la dieta, mi mundo se redujo a un círculo más concreto de amistades, conformado por hombres y mujeres de entre veinte a cuarenta años de edad que entrenaban todos los días e incluso, algunos de ellos, ya habían incursionado en certámenes de fisicoculturismo dentro y fuera de Cuenca<sup>3</sup> y entre los cuales se incluye David, mi entrenador, quien posteriormente me dio la idea de competir en alguna de las categorías de las competencias de esta disciplina deportiva y gracias a quien conocí este inquietante esquema en el que funcionan los gimnasios y los fisicoculturistas.

Es importante especificar que la selección de estos gimnasios fue pensada cuidadosamente en la metodología, ya que al tratarse de la historia de vida de una mujer, quien hoy tiene cuarenta años y que se ha dedicado por unos diez años aproximadamente al mundo de lo fitness y al fisicoculturismo, es interesante la forma en la que ella se preparaba para los certámenes y, en una perspectiva general, es importante especificar la historia del fisicoculturismo, los organismos internacionales y nacionales que lo regulan y el proceso por el que atraviesa este deporte no federado -a diferencia de la halterofilia que es inclusive un deporte olímpico- y cuyas competencias se consideran más un espectáculo que una competencia deportiva. Joha inicialmente constará en esta etnografía como propietaria del gimnasio *J-Fitness* que, aunque pequeño, es completo en cuanto a la cantidad de máquinas o fierros para un entrenamiento profesional. El segundo gimnasio cuyo nombre es *Bull Gym* lo

---

<sup>3</sup> Cuenca es la tercera ciudad más importante del Ecuador. En esta ciudad desarrollé la investigación en dos gimnasios que seleccioné por el vínculo que tengo con sus entrenadores y propietarios.



escogí porque es uno de los más exclusivos de la ciudad y organiza competencias internas ya que es popular por preparar a quienes desean debutar en uno de los certámenes más representativos de Cuenca.

Ambos gimnasios están en una zona en la que es típico hallar lugares para ejercitarse, también parques y espacios públicos diseñados para actividades recreativas y deportivas en general. Basándome en eso, encontré que estos espacios de la ciudad se convierten en sitios en los que las personas llevan a cabo auténticas transformaciones personales, planes de autorrealización de sus vidas a través del reconocimiento posterior a las sesiones de entrenamiento, a los ajustes de los hábitos alimenticios y a la incorporación de costumbres completamente nuevas y, en ocasiones, es tanto así que este tipo de actividades deportivas se materializan como formas de resistencia, en este caso, como un terreno en el que se construye y deconstruye el género y, específicamente, es un abismo más del feminismo.

## **METODOLOGÍA**

Este trabajo es una investigación cualitativa que ha intentado contestar a la siguiente pregunta ¿Cómo se construyen las relaciones de género desde el gimnasio? En este sentido, me he planteado como metodología una etnografía basada en la historia de vida de Joha y abonar la información de ella que fue facilitada mediante consentimiento informado, pero que no desearon que sus nombres sean anonimizados porque les agrada que se difunda todo lo relacionado al culturismo de élite en Cuenca y en Ecuador.

Además de la pregunta que guía la investigación, pretendí indagar los hábitos que llevan a cabo las y los culturistas, la especificidad de los protocolos que se dan en las competencias a nivel local, nacional e internacional. También, fue mi deseo analizar el proceso de entrenamiento de los culturistas previo a su debut en los certámenes y localizarlo en el interior de los debates que me posibilitaron investigar este tema manteniendo un enfoque de género en la medida en que esta categoría se relaciona con el contexto social del que formamos parte y que, el culturismo, no es la excepción.

Al ser una investigación con enfoque cualitativo, se privilegia la importancia de la observación participante que, a decir de Rosana Guber (2001) “permite recordar que se participa para observar y que se observa para participar, esto es, que involucramiento y



participación no son opuestos, sino partes de un mismo proceso de conocimiento social” (Guber, 2001, p.62).

Así, el nivel de interacción que posibilita la observación participante, atravesado por el proceso de la hermenéutica, le otorgaron a la etnografía que he realizado los justos debates que buscaba, que plantean esbozar y problematizar aún más a las discusiones que se han construido alrededor del género, en este caso, desde un lugar al que normalmente acudimos desde una idea simple que es la de ejercitarnos, dejando de mirar el resto de relaciones que se construyen desde la praxis de los entrenamientos, hasta el proceso de preparación para poder competir en un certamen de fisicoculturismo.

Basándome en este interés, el método del diario de campo fue de gran utilidad, a decir de su importancia específicamente en esta etnografía y la perspectiva que mantengo con respecto a la misma, hacen que lo dicho por Catalina Cortés Severino (2017, p.20) tenga profunda relevancia en la manera de aproximarme al fenómeno social del fisicoculturismo, ya que esta autora menciona que el diario de campo puede ser pensado como una bitácora e inclusive como un *sketch* en el que se permiten discutir las posibilidades dialógicas que el mismo encierra a la hora de retratar experiencias, memorias y relaciones de poder.

En este sentido y por lo expuesto por esta autora, mi trabajo se encuentra en el interior de lo que sería una práctica transdisciplinar de la etnografía, entendida como tradicionalmente la conocemos que es construir conocimiento a partir de la experiencia del/a antropólogo/a, además de esto, mi posición se enfoca en exponer estos conocimientos alimentados desde mis interlocutores, esto porque me motiva que el quehacer académico sea más próximo a la vivencia que acerca de quienes se escribe en las investigaciones.

El camino de la investigación cualitativa abre las posibilidades de entender los fenómenos sociales desde una amplia diversidad de puntos de vista, en este sentido, cito lo siguiente: “Las investigadoras e investigadores cualitativos (...) nos enfrentamos a una difícil opción: cumplir esas consignas, esas prescripciones, aunque nuestras situaciones, experiencias nos lleven muchas veces, a reconocer sus límites o bien a revisar esas consignas a la luz de las formas de conocimiento que nuestras propias investigaciones nos alientan a producir y consolidar”. (Vasilachis de Gialdino, 2006, p.59). Como se reflexiona en esta cita,



la pertinencia y el alcance de la aplicación de la metodología y métodos se unen en función de la dinámica mediante la que decanta el proceso de investigación.

También, se llevaron a cabo doce entrevistas a profundidad y entrevistas semiestructuradas, cuya transcripción fue de gran utilidad en el momento de procesar la información y ensamblarla con las categorías analíticas y epistemológicas correspondientes que ha desarrollado la antropología, especialmente la contemporánea.

Los nombres de las y los interlocutores han sido anonimizados para precautelar la privacidad de mis interlocutores, tanto como de uno de los gimnasios que visité.

## CAPÍTULO I

Con la expansión del capitalismo cada día es más natural que nazca en los individuos una necesidad por buscar el perfeccionamiento corporal a través de exigencias físicas de todo tipo, tales como los hábitos alimenticios y la incorporación de prácticas deportivas que varían y se vuelven rigurosas. La presencia de los gimnasios es cada vez mayor en las ciudades y ese detalle es interesante porque significa que desde la antigüedad, el proceso de perfeccionamiento estético del ser humano nunca cese, más bien, es patente el aumento de los procedimientos que logran este estado en los individuos; pero en esta oportunidad, me referiré solamente al caso de los gimnasios porque es en ellos en donde se desarrolla la industria fitness y el fisicoculturismo.

He buscado aportar al estudio del físico culturismo y las maneras mediante las cuales su praxis significa, hoy en día, la estructura de nuevos enfoques y prácticas de domesticación del cuerpo en la contemporaneidad y también las maneras en las que el cuerpo de la mujer, especialmente, ha incursionado en prácticas que originalmente se han enmarcado como “masculinas” y que se ubica en el interior de las discusiones de investigaciones que se han desarrollado en esta misma temática y que, ahora, se ha convertido en un parámetro que amerita estudio y análisis, sobretodo, porque el deporte se considera una manera central de conocer la cultura<sup>4</sup> tal como lo considera Alabarces (2013, p.13).

---

<sup>4</sup> Esta aclaración corresponde a la idea que se tenía con respecto al deporte; hasta hace pocos años, se le consideró una manera periférica de conocer los rasgos culturales de un grupo específico.





## Estado de la cuestión

A lo largo de la historia de las ciencias sociales, se ha intentado prestar atención a los distintos niveles de conocimiento que hemos desarrollado los seres humanos en relación a nuestra convivencia y los vínculos que tenemos con otras especies e inclusive con objetos, estas construcciones sociales son fruto de un proceso complejo de vivencias que día a día se han construido sobre una base común de conocimientos compartidos y transmitidos de generación en generación.

Desde el surgimiento de la antropología del cuerpo y dentro de lo que se aproxima a las prácticas de los deportes lo que me interesa, en una perspectiva disciplinar general, es indagar sobre la importancia del estudio del cuerpo en primera instancia, ya que se ha convertido en una de las ramas recientes de estudio en esta ciencia social, al respecto, se cita lo siguiente:

Según Csordas (2000), antes del giro posmoderno en 1980, los estudios se referían al cuerpo exclusivamente como una entidad biológica. Mauss (1995) fue el primero en darle importancia al cuerpo, aunque en su teoría todavía se percibe una separación entre la persona y las técnicas del cuerpo. Después del giro reflexivo, Geertz (1973) propuso un enfoque más interpretativo, los estudios corporales se convirtieron en una preocupación etnográfica y a partir de los trabajos de Douglas (1966), el cuerpo se comenzó a considerar como un medio de expresión social (Csordas, 2000). (Delgado, 2014, p.1)

Como vemos, no es sino a partir del denominado *giro posmoderno* cuando comienza a desarrollarse la mayoría de enfoques en torno al estudio del cuerpo y el análisis que va más allá de las particularidades biológicas, que buscan situar en el pleno centro de las discusiones de aquello que se orienta hacia las necesidades de los individuos en cuanto hacedores de una realidad en sí misma que enfoca otros principios y que su cobertura abarca, indiscutiblemente, lo social para trastocarlo y reflexionar a partir de esos nuevos sitios, uno de ellos es el gimnasio.

Entonces, mirar este espacio como un *laboratorio* hizo que desenrolle las secciones de esta investigación en diferentes partes que se conectan en una visión del fenómeno social del fisicoculturismo en relación a como se desarrolla una búsqueda identitaria, a través de las construcciones de género, mediante los entrenamientos de las mujeres que practican esta



disciplina para su debut en los certámenes y cómo se podría matizar esta información con ciertos enfoques feministas contemporáneos.

A través del trabajo de campo, logré una vinculación con mis interlocutoras quienes sostienen, como expondré más adelante, que sus penas, su inconformidad y depresión *mueren en los fierros*; puede pensarse, entonces, en el gimnasio como un territorio, como una posibilidad de existir y de identificarse colectivamente y, crear códigos propios que funcionan dentro del grupo de fisicoculturistas con quienes he construido esta investigación.

Una de las lecturas que ha tenido el cuerpo desde la perspectiva desde donde la estoy analizando, tiene que ver con un proceso de *individualismo* que manifestaron mis interlocutoras que sentían en el momento de los entrenamientos, es en este sentido en el que es pertinente mencionar que ese cuerpo que está entrenándose “refleja” de alguna manera las condiciones a las que es sometido, en un acto inconsciente, pero que se legitima en un grupo específico, en ese sentido, se convierte en un proceso de *ensimismamiento* o, incluso, de aislamiento social, así Rodrigo Díaz Cruz (2006) menciona lo siguiente:

“El cuerpo” es, en realidad, una abstracción: hay cuerpos de mujeres y de ancianos, cuerpos seropositivos y cuerpos que se rentan a la luz de las nuevas tecnologías de la reproducción (...) las identidades personales y colectivas están o son necesariamente encarnadas. La convención cultural que asocia a las mujeres con la naturaleza, por su papel en la reproducción humana, constituye apenas un ejemplo. (Díaz Cruz, 2006, p.146)

El cuerpo es un elemento estético que se construye permeado de varias interrelaciones sociales que, luego, son reflejadas mediante la ejecución y la participación de los individuos que entrenan y debutan en las distintas disciplinas deportivas. En este sentido y manteniendo esta misma línea de análisis, me referiré que por este detalle de lo que se relaciona con los parámetros catalogados comunes y, también, aquello que está fuera de lo común a través de la participación de mujeres y hombres culturistas<sup>5</sup>; enfatizo el hecho de mirar el mundo del fisicoculturismo como un fenómeno social y bajo las luces de diversas interacciones de distinto nivel social, económico e inclusive ideológico, y que claramente estas no son

---

<sup>5</sup> En esta sección, me refiero a lo que cada día es “bien visto” o “mal visto” en los entrenamientos; por ejemplo, el hecho de que las culturistas entrenen con mucho peso los brazos y la espalda es criticado porque les hace “muy gruesas” es decir, les masculiniza.



especificidades solo de esta actividad deportiva, sino que también viene al caso la referencia a otras disciplinas, como es el caso del Taekwondo, del fútbol femenino y masculino y del Pole dance.

También otra de las subcategorías que son importantes es la del boxeo, comenzando por autores como Wacquant (2000) posibilitan entender el gimnasio como un entorno en el cual se tejen estos diferentes niveles de interacciones que en un primer acercamiento no son evidentes, pero que con el paso del tiempo se convierten en perspectivas de *mirar* la vida basándose en el entrenamiento físico.

Una de las etnografías que se aproxima a la perspectiva de que el boxeo resulta mucho más que una disciplina deportiva, hasta tal punto, que -como lo narra Wacquant (2000)- termina cautivando el interés por adentrarse todavía más a *ese mundo*, de tal manera que cuando escribe la etnografía, su autor, explica por qué acabó convirtiéndose en un boxeador.

De manera que, destaco el aporte del sociólogo francés, Loic Wacquant (2000), plasmado en su libro “Entre las cuerdas: cuadernos de un aprendiz de boxeador” de quién es pertinente citar lo siguiente:

Si, como sugiere Pierre Bourdieu, toda práctica obedece a una lógica que se efectúa directamente en la gimnástica corporal sin pasar por la conciencia discursiva ni la explicación reflexiva (...) es decir, excluyendo la aprehensión contemplativa y destemporalizadora de la postura teórica, entonces hay pocas actividades que sean tan «prácticas» como el boxeo. (Wacquant, 2000, p.66)

Como lo explica la cita, los atisbos metodológicos al momento de analizar este fenómeno atraviesan una praxis etnográfica que la termina desarrollando este autor pero que me lanzan a pensar en el gimnasio de la misma manera en la que lo define Wacquant (2000) empleando ideas de Pierre Bourdieu (2007) al decir que se aparta una reflexión consciente del acto de la gimnástica corporal (Bourdieu, 2007, p.139). Sin embargo, discrepo de esta aseveración en el sentido de que, como veremos más adelante, se detallan otras etnografías que precisamente van a justificar que el acto deportivo, en la disciplina que fuere, se encuentra plenamente permeado por el razonamiento y, como tal, se convierte en un acto consciente e incluso de activismo, ya que ha servido como una plataforma sobre la que se han construido nuevos enfoques sociales y que personalmente me parecen que comparten las



maneras de construirse -de las mujeres fisicoculturistas- con aquellas activistas que luchan en las protestas para hacer de las interacciones entre los seres humanos espacios más equitativos.

Así, es interesante la investigación realizada durante cinco años por Karina Borja (2016) acerca de “La lucha silenciosa de las mujeres en las ligas barriales de Quito, Ecuador” cuando enfoca su análisis en la disputa que emprenden estas jugadoras de fútbol al ganarse el derecho a ocupar espacios tales como coliseos y canchas que comúnmente han sido siempre usados por los hombres que juegan este deporte en las ligas barriales de fútbol masculino.

A decir de Borja (2016) ciertas expresiones como “vamos a jugar” materializa la posibilidad de libertad para estas jugadoras porque significa salir de la cocina y olvidarse de los quehaceres domésticos en general, brindando un momento de escape -como lo mencionan las informantes entrevistadas en la etnografía de Borja (2016)- así, cumple también una doble variable igualmente perceptible en mi proceso investigativo, me refiero al cumplimiento o normatividad y a la resistencia que llevan a cabo las mujeres a través de la incursión en deportes tradicionalmente practicados por los hombres. (Borja, 2016, p.34).

También citaré la investigación denominada “Representaciones sociales de cuerpo en cuatro hombres fisicoculturistas de la ciudad de Cali” (Flórez, Giraldo y Bedoya, 2014, p.33). En este trabajo encontré algunas pistas que me acercaron a mi problemática en sí misma; he considerado este trabajo como un aporte fundamental a mi investigación, ya que los autores sitúan de manera excepcional las dinámicas por las que atraviesa el fisicoculturismo en Colombia, al aseverar esto me refiero a que a través de la observación participante, alcanzan un nivel de análisis que les conduce a conclusiones que talvez, como veremos más adelante son un tanto similares a los de esta investigación.

Por ejemplo, se hace referencia a los conceptos que los fisicoculturistas crean de sí mismos y, como tal, *enfrentan* al mundo exterior, a *los otros*<sup>6</sup> y a las formas que adquieren entre el grupo que busca debutar en la tarima, también, se brindan unas aproximaciones a través del dolor de aquello que se ha encontrado en el interior de esta práctica deportiva.

---

<sup>6</sup> Al mencionar a *los otros* me refiero a aquellos individuos que asisten esporádicamente al gimnasio, que no lo hacen para prepararse para una competencia, sino que persiguen otro tipo de objetivos como bajar de peso o entretenerse un momento al día.



Además de estas particularidades, esta investigación permite comprender el fenómeno social del fisicoculturismo a partir de análisis interdisciplinarios, mediante aportes de las ramas de la psicología social y la sociología, que al juntarse logran contribuir a mi tesis; con respecto a lo que sostengo, aquí me parece interesante lo siguiente:

En la década de los ochenta, frente al relax y el hedonismo de la generación anterior se inserta en el orden social un culto al cuerpo sustentado en una vida disciplinada, la obtención de una musculatura fuerte, definida y simétrica y en el que la salud es promovida por los medios bajo consignas como “amar y cuidar el cuerpo es primordial para mantener una buena figura y obtener un bienestar” (Medina, 1996 en Flórez et.al, 2014, p.33)

Como se menciona, podríamos ubicar cronológicamente desde 1980 un nuevo posicionamiento y entendimiento del cuerpo. Con el tiempo transcurrido ha tomado un mayor realce en el mundo de la investigación en América Latina aquello concerniente a las dinámicas corporales y deportivas en la contemporaneidad que deja a un lado el fundamentalismo heredado desde el Helenismo de entender al cuerpo como “bello” para analizarlo en sus otras aproximaciones como es el tema de la identificación colectiva que construyen internamente en el grupo, con respecto a esto una de las aristas iniciales es la influencia del proceso de la globalización en la formación de la identidad que aunque podría parecer una apología al sentido común, no es tan sencillo de tejer como parece.

Para aclarar lo que menciono, presento una acertada investigación acerca de las maneras mediante las cuales la idea de la belleza ha variado con el paso del tiempo y, además, de acuerdo con cada cultura; sin embargo, un detalle importante es la idea de culto a la juventud, en este proceso por competir -me refiero a los certámenes de fisicoculturismo- se maquilla el rostro y se *maquilla* también la edad verdadera de la mujer que va a competir -realizo esta aclaración porque los parámetros de belleza que se persiguen son distintos en los hombres, porque se busca más el nivel de músculo que tiene y de esto depende lo varonil que luce- y hace que los estándares de belleza se encuentren delimitados por los roles de género y de aquello que encaja bajo las etiquetas de femenino y masculino, esta idea se fortalece a continuación con lo siguiente:

En Occidente hombres y mujeres están influidos de manera distinta y específica en cuanto a su cuerpo y su apariencia, y eso se relaciona, entre otras cosas, con la definición de lo femenino y lo masculino, donde la belleza sigue estando más asociada a lo femenino y la fuerza a lo masculino, con un diferente tratamiento de la



sexualidad y el deseo para hombres y mujeres, así como una mayor dedicación de las mujeres a trabajos y actividades donde la presencia y la interacción social son determinantes. (Esteban, 2004, p.71)

A partir de esta cita, es entendible que como lo pone en evidencia Mari Luz Esteban (2004) en el momento de la competencia se considere mucho más la belleza del rostro únicamente en las categorías que son calificadas las mujeres y no en el caso de los hombres que, cuando desfilan y posan en la tarima son calificados por los jueces tomando en cuenta el nivel de musculatura que han desarrollado y no por lo atractivo que luce el rostro de cada uno.

En este sentido, recuerdo que uno de los días en los que fui a registrar en mi diario de campo las experiencias durante el entrenamiento de uno de mis interlocutores, él me dijo que le incomodaba tan solo la simple idea de pensar en el hecho de que se requiera asignar un puntaje el día del certamen basándose en si el rostro de uno es más atractivo que el de otro; que por el contrario, tendría, para él, efectos adversos en los deportistas porque la belleza de la cara es algo que debe tomarse en cuenta solo cuando se califica a las mujeres y que, de hecho, en la vida fuera del gimnasio funciona también así, la gente se fija más en el rostro de ellas que de ellos. (Diario de campo. 21 de septiembre de 2019.)

En este sentido, se evidencia que otro de los parámetros se basa en la idea de que, inconscientemente, solo ciertos cuerpos se validan o no -bajo las etiquetas de “bellos” - y que, de cierta forma, esta situación depende, cada vez más intensamente, de la rapidez con la que los cánones se difunden a través, por ejemplo, de las imágenes que se viralizan por las redes sociales y que, en consecuencia, se establecen como lo que la mayoría espera observar encima de una pasarela y que, como es de esperarse, recae fundamentalmente en las mujeres, más que en los hombres.

Este fenómeno social, que además pasa desapercibido<sup>7</sup>, posibilita el surgimiento de una identificación corporal en el interior de mis interlocutores e interlocutoras, en el marco en el que la globalización participa de estas formas en las que las personas se asocian; para explicar mejor, diré que, en el caso de las culturistas, internamente se establece una

---

<sup>7</sup> Me refiero al hecho inconsciente mediante el que establecemos, socialmente, representaciones de la estética corporal que, finalmente, son hegemónicas.



competitividad que persigue el adjetivo de verse voluptuosa, el fin no es estar flaca ni delgada, sino “buenona”.

Basándome en este análisis, un detalle que es común a la sociedad -no solo al mundo de los culturistas- es la gordofobia<sup>8</sup> sin duda, este término que acabo de utilizar no resulta novedoso, sin embargo, como desarrollaré más adelante en las secciones etnográficas de esta investigación, este sentir opera en diferente intensidad, pero es un punto común en Occidente.

Para reforzar la idea de la importancia del surgimiento de este tipo de identificaciones culturales en el interior de la globalización, recurro a las palabras de Manuel Castells (2010) quien explicaría que la difusión de la información se da específicamente gracias al esquema tecnológico que es propio de este fenómeno mundial, sin embargo, aclara que “la infraestructura tecnológica no es la causa de la globalización (...) las causas son las estrategias económicas, los desarrollos culturales, la creación de mercados... esas son las grandes causas” (Castells, 2010, p.256).

Entonces, como lo configura este sociólogo, el sistema que opera desde el “nido” de la globalización, se evidencia en esta investigación, al ser un postulado que termina por convertirse en un sistema que instrumentaliza los cuerpos, ya que diariamente, somos testigos e incluso partícipes de las etiquetas, de las maneras de vestirse y de comer de los deportistas de todas las disciplinas, también, vemos como se mantienen estos diferentes estilos de vida, en esta oportunidad, acerca del fisicoculturismo.

El fisicoculturismo es, entonces, una característica más de tantas a través de las cuales los sujetos participan de este proceso que es la globalización y encuentran una identificación cultural en su grupo que, al mismo tiempo, ha sido propagado por el sistema económico capitalista y se puede ver cómo se manifiesta en lo *contagioso* de las rutinas y de las dietas que les ha funcionado a aquellos personajes célebres de esta disciplina, comúnmente no ha variado en gran medida lo que requieren comer para desarrollar el nivel de musculatura que necesitan y que desean.

También, el efecto de la proliferación de los tipos de entrenamientos se da en respuesta a la necesidad de someter o instrumentalizar la naturaleza de lo corpóreo, sobrepasando los límites de lo físico, de manera que, citaré a Gooldin (2008, p.148) quien

---

<sup>8</sup> La denominada “gordofobia” es un término popularizado en los colectivos sociales del mundo fitness, tiene que ver con un trauma o terror a engordar y que, traspasa esa frontera, negándose o resistiéndose a tener lazos de amistad con individuos con sobrepeso u obesidad.



señala que, en las dinámicas sociales dadas en el gimnasio, la belleza del rostro, la edad y la profesión son características que desaparecen, mientras que la presencia de un cuerpo que sea el más tonificado es, automáticamente el más popular, se evidencia una especie de “moral encarnada” en la que el ahínco y la cantidad de sudor actúan como ejecutores del prestigio (Gooldin, 2008, p.148). El tema del prestigio a través de este tipo de corporalidad desarrollaré en la tercera sección de este trabajo.

### **Surgimiento del culturismo y participación de ellas**

Sin duda, nos preguntamos acerca de la práctica de los deportes, quizás el que más seguidores tiene es el fútbol, de manera que otras disciplinas han crecido a la luz de otros lentes; por eso, es indispensable especificar ¿cuándo y con quién se originó el fisicoculturismo?, ¿en qué país?, ¿por qué se mantiene vigente su práctica? sin duda, este tipo de interrogantes son, aún más, pertinentes en un tema que no se ha estudiado tanto en Ecuador, o mas bien, que no se le ha dado un enfoque antropológico como el que prioriza este trabajo.

Para los estudiosos de esta disciplina deportiva, se ha consensuado que el origen del fisicoculturismo se remonta a la antigua Grecia y Roma en donde los atletas entrenaban con peso y resistencia, para luego competir en los Juegos Olímpicos o batirse en la arena como gladiadores del gran Coliseo Romano (Sánchez, 2018). Es decir que, en un comienzo, el fisicoculturismo se basó en el perfeccionamiento de técnicas con las cuales ser más fuerte, más grandes y más aptos para luchar por la supervivencia.

En este sentido, el cuerpo de un culturista es igual que una escultura, ya que puede ser pulido, moldeado y perfeccionado en toda la extensión de la palabra con el fin de incorporar esa estética en lo que se ha identificado como “lo ideal”, sin olvidar que en la Grecia antigua, para los filósofos, la perfección física era una cualidad bastante cercana a un dios, además que, significó siempre la pertenencia a una élite social privilegiada ya que solo estos individuos desarrollaron la praxis del ocio griego<sup>9</sup>.

Con estos antecedentes, a continuación, presentaré a varios sujetos que personifican los distintos momentos de la historia del físico culturismo hasta llegar a la manera en que hoy lo conocemos.

---

<sup>9</sup> El ocio griego consideraba el ejercicio físico e intelectual a través del filosofar (del pensar, cuestionarse).





En primer lugar, tenemos a Eugen Sandow, quién vivió entre 1867 y 1925, originario de la actual Alemania y conocido como “el padre del culturismo moderno”, de acuerdo con el libro titulado “Físicoculturismo: Orígenes antropológicos y connotaciones filosóficas” (Sánchez, 2018) y en el que se menciona que:

Al igual que Eugen Sandow, Angelo Siciliano fue un gran publicista de su propio cuerpo (...) se creó una imagen de hombre fuerte que se hizo a sí mismo construyendo un poderoso cuerpo que resultaría ser la envidia de todos (...) fue un fisicoculturista y empresario, más conocido como Charles Atlas (1892-1972), que desarrolló un método de ejercicios para modelar el cuerpo que tuvo mucho éxito en todo el mundo, siendo la base de un pequeño imperio editorial que duró hasta los años sesenta aproximadamente. Comercializó un método de ejercicios para modelar el cuerpo, y un conjunto de artículos que enseñaba a todos como realizar ejercicios y con ello fue el que utilizó una de las campañas publicitarias más memorables de todos los tiempos (...) estos cursos habían sido vendidos por Eugen Sandow, quien si fue el más exitoso. (Sánchez, 2018, p.144)

Sandow, además, comercializó las primeras poleas y máquinas que se utilizaban para hipertrofiar y ejercitar el cuerpo tal como se evidencia a partir del libro citado de Sánchez (2018). Posteriormente, entre 1950 y 1960 se popularizó el fisicoculturismo, especialmente por la creación y distribución de máquinas cada vez más especializadas y también, gracias a la publicidad y el avance de los medios de comunicación, se difunden cómics con la presencia de super héroes musculosos y figuras mayoritariamente masculinas con cuerpos fuertes, tonificados que utilizaban vestimenta llamativa, situándose en un segundo plano la participación de las mujeres en esta disciplina deportiva. (Sánchez, 2018)

Sin embargo, la participación de la mujer en actividades como el culturismo se enmarcó en el interior de un espectáculo así, tenemos a Vulcana “the muscular beauty” quien debutaba desde finales del siglo XIX e inicio del XX, en los espectáculos que daba, ella se presentaba alzando a tres hombres en un circo; efectivamente, hoy podríamos situar este acontecimiento como una oportunidad para mirar la evolución de los análisis acerca del cuerpo femenino<sup>10</sup> y evidenciar que, sin duda, las actividades deportivas eran consideradas representativas ya desde ese entonces.

En este mismo contexto, también destaco lo siguiente en referencia no solo a Eugen Sandow, sino también a su coteja, Atlas, al respecto:

---

<sup>10</sup> Información obtenida del sitio web: <https://scriiipt.com/2020/12/vulcana-une-femme-forte>



Esas ideas de “joven delgado adquiere músculos rápidamente y sin esfuerzo y con eso derrota a los que le acosan” le dieron importantes beneficios económicos. Se basaban en que la virilidad de la Modernidad es un concepto eminentemente relacional, construido ante y para los restantes hombres y contra la feminidad, en una especie de miedo a lo femenino, y miedo a sí mismo (Bourdieu, 2017:71). Ello demuestra que los hombres son, en parte, víctimas de su propia dominación, si bien tienen el mejor rol, pues son visibles, y las mujeres lo son menos. Es difícil cambiarlo. Se necesita una revolución concreta. (Sánchez, 2018, p.147)

La cita nos permite evidenciar, en una ocasión más, la idea de que, desde sus comienzos, el culturismo fue, primeramente, una actividad para realzar la masculinidad y enfatizar una importancia de ocultar lo femenino y, en consecuencia, hasta cierto punto, la vinculación de la participación de las mujeres en actividades deportivas como el fisicoculturismo.

Más adelante, desde la década de 1940 hasta 1970 se denomina la “edad de oro” o “The Golden Age” del culturismo y se extiende hasta el estreno del documental “Pumping Iron”, en 1977, que es una biografía de la figura más mediática y sobresaliente, Arnold Schwarzenegger, quien fue Mr. Olympia<sup>11</sup> en siete ocasiones y que es, hasta hoy, una inspiración para quienes se integran a este mundo, tanto así que algunos deportistas de esta disciplina, se refieren a que existe un *antes* y un *después* de Arnold Schwarzenegger, tal como lo expone Sánchez (2018).

En parte, se le ha otorgado un sitio privilegiado porque él situó al dolor emocional como uno de los parámetros que motivan a las y los deportistas que se dedican a las pesas. Más adelante expondré acerca del proceso del dolor emocional al dolor físico por el que atraviesan y que se convierte en la verdadera fortaleza de un fisicoculturista.

Sin embargo, entre 1980 y 1990 el fisicoculturismo sufre una bajada en su popularidad y, a partir del 2000 surge una nueva élite de culturistas, encabezados por el famoso Ronnie Coleman, apodado “The King” y que fue ocho veces campeón en Mr. Olympia entre 1998 y 2005 y que, sin duda, es un ícono en el culturismo que se practica en nuestros días y a quien se le debe la nueva popularidad y fuerza del culturismo.

---

<sup>11</sup> Miss y Mister Olympia es la competencia de mayor relevancia que se realiza en Estados Unidos cada año, además, alberga a los mejores exponentes del mundo en esta disciplina.



Actualmente, las competencias de fisiculturismo se desarrollan basándose en la composición que cada atleta logra desarrollar a través de su cuerpo en la tarima durante su debut mediante las poses, las mismas que se clasifican en dos grupos que separan dos tipos de pruebas durante la presentación de cada atleta: las poses obligatorias y las poses libres.

En palabras de Ferrús Antón (2005) “el cuerpo que gana es el que logra un instante de perfección, como una estatua viviente, como un cuerpo digno de ser inmortalizado en un retrato... un cuerpo que existe porque otro lo mira”. (Ferrús Antón, 2005, p.8)

A través de una de las entrevistas a un culturista profesional que, además, se encuentra ejerciendo este deporte en Quito me contó que:

Cada país tiene un organismo que regula las competencias y la normativa específica para las y los atletas. A nivel mundial encontramos la IFBB -International Federation of Body Building & Fitness- que significa Federación Internacional de Fisiculturismo cuya sede es en Madrid y se fundó en 1946. En Ecuador el organismo regulador es la Federación Ecuatoriana de Físico Culturismo y levantamiento de potencia que está en funcionamiento desde 1995. (Pablo. Entrevista personal. 12 de septiembre de 2020)

Por una parte, es necesario recalcar que no se cuentan con las fuentes bibliográficas necesarias en Ecuador en las que se logre obtener este tipo de información histórico - jurídica acerca del culturismo; sin embargo, la información que se ha obtenido fue registrada en las entrevistas semi estructuradas y mediante las conversaciones casuales que tuve en los sitios etnográficos de esta tesis.

### **¿Y en Ecuador y Cuenca?**

La historia de esta práctica en Ecuador inicia en la década de 1990 aproximadamente, sin embargo, no es sino hasta hace unos veinte años -a partir del 2000- cuando se habilita su práctica a un nivel profesional, es decir, cuando se brinda apoyo para que se organicen las primeras competencias de fisiculturismo<sup>12</sup>.

Con el tiempo, se han incorporado cada vez más mujeres a este tipo de entrenamiento, ya que inicialmente, en Europa y en Estados Unidos especialmente, la participación fue mayoritariamente masculina.

En ese sentido me pareció oportuno investigar en Cuenca ya que es una ciudad que sigue manteniendo parámetros de élites sociales muy específicas, es mucho más reciente -a

---

<sup>12</sup> Esta información fue obtenida a partir de varias conversaciones obtenidas en los gimnasios y registradas en mi diario de campo de la visita del día 16 de febrero de 2020.



decir de mis interlocutores, aproximadamente desde 1998- la realización de los certámenes al igual que la incursión de las mujeres en el fisicoculturismo, aún prevalece en el imaginario de los cuencanos el estatus de certamen de belleza más que de una disciplina deportiva.

A pesar de los desafíos -tales como el escaso presupuesto y apoyo de marcas populares que patrocinan los certámenes, incluso a nivel internacional y la inestable participación de atletas mujeres- Cuenca y la provincia del Azuay han logrado que se mantengan vigentes las competencias de esta disciplina. Sin embargo, considero que la dimensión de espectáculo que tiene desde su origen y que aún conserva, hace del fisicoculturismo una oportunidad más para estudiar los procesos de instrumentalización del cuerpo, en ese sentido, se subclasifica cada cuerpo para que participe en una categoría específica que buscan calificar dos aspectos fundamentales: la simetría y la fuerza en todos los competidores.

Esta dimensión de espectáculo se ve fortalecida por un incremento de los certámenes de belleza en las ciudades y, claramente, se entiende que una de las semejanzas que tienen los reinados con los concursos de fisicoculturismo, se extienden también hacia el hecho de que se postulan paralelamente como claros estatus en los que se establecen los ideales de prestigio y de estatus social.

Una de las semejanzas más sobresalientes está en las exigencias que se mantienen en un mismo formato tanto para las físico culturistas como para las candidatas a reina de la ciudad, por ejemplo, se encuentran los requerimientos de maquillaje, bronceado artificial, peinado, depilación completa y vestimenta apropiada para la presentación en la pasarela frente al jurado -mayoritariamente conformado por hombres- quienes determinan estos 'requisitos' solo para las culturistas; porque para los atletas hombres- no existe esta gama de exigencias que permiten cuantificar lo 'atractivos' que son para los jueces, pero sobre ellas se reproduce este parámetro, tal y como si se tratara de reinas de belleza, en el segundo capítulo detallaré estas aseveraciones.

Sin embargo, existen mujeres que se apropian 'exageradamente' incluso de este tipo de requisitos que recae en ellas mucho más que en ellos y que, también, mantiene un entrenamiento debut en un nivel profesional. En este sentido, me refiero al caso de Sandra



Patiño<sup>13</sup>, quien detrás de los bikinis con los que debuta en los certámenes de fisicoculturismo, ha logrado enriquecer su carrera profesional como cirujana plástica, ya que muchas de sus pacientes depositan en ella la confianza para mejorar su salud y aspecto, basándose en el hecho de que ella *predica* con el ejemplo, al ser una deportista y médica exitosa<sup>14</sup>. Lo que asevero, se nota claramente en una de las entrevistas que realizó un importante periódico de Cuenca:

Una de mis metas en este 2019 fue terminar de construir mi clínica (...) ya empezó a funcionar hace nueve meses. Dediqué mucho tiempo para plasmar este proyecto, por lo que después de la inauguración, junto a mi entrenador empezamos a proyectarnos competitivamente y hemos apretado un poco el calendario (...) el mes anterior participé en el Mister y Miss Ecuador de Quito, en donde obtuve la medalla de oro en bikini fitness máster y la medalla de plata en bikini fitness senior (...) a nivel sudamericano, me ubiqué entre las cuatro mejores en la categoría bikini fitness. (Diario El Mercurio, Cuenca, 8 de septiembre de 2019)

En este sentido, como lo pone en relieve la cita, ser multifacética es una de las cualidades de los deportistas de esta disciplina que formaron parte de mis interlocutores. Su vida se compone de largas y minuciosas rutinas de entrenamiento -entre lo que especialmente les sitúa en una “categoría” determinada socialmente por las personas que juzgan sus rutinas diarias con base en el dolor y el cansancio muscular que experimentan- y de los cuidados que exige cumplir el cien por ciento de régimen alimenticio y, además, sortear su tiempo junto con sus obligaciones profesionales y familiares.

### **El cansancio y el dolor: paliativos emocionales**

Retomo la idea de que, como vemos, la evolución del físico culturismo es una de las aristas de esta investigación, es relevante considerar la importancia de las categorías de competición de mujeres y de hombres que debutan en las tarimas, así como las *vicisitudes* por las que atraviesan, ya que en el interior, se brindan ciertos acercamientos que lo que pretenden es que solo una de las categorías sea sobresaliente por encima de las demás, esto

---

<sup>13</sup> Es pertinente aclarar que a pesar de mis múltiples intentos por contactar con ella y posibilitar su colaboración en mi etnografía, fue imposible durante los meses que duró mi trabajo de campo; eso se convirtió en un detalle interesante a pesar de todo, en el momento de considerar la importancia del prestigio y la fama de este tipo de deportistas.

<sup>14</sup> Sin embargo, estos otros logros de Sandra como médica y empresaria se ven opacados, porque, en el fisicoculturismo esto es invisibilizado, especialmente cuando se trata de las mujeres.



genera que la competitividad aumente, así como ciertas tensiones dentro del grupo de deportistas, especialmente en las categorías en las que debutan las mujeres.

Por ejemplo, en una de mis entrevistas a Joha, cuando le pregunté acerca de la idea que ella tiene con respecto al proceso de los entrenamientos y la relación de estos con las categorías en las que cada deportista pretende incursionar, me llamó la atención lo congruente de las investigaciones llevadas a cabo en otros países se equiparan perfectamente con lo que ella mencionó en respuesta a mi interrogante, a continuación cito un fragmento que nos permite comprender a lo que me refiero específicamente:

Quando una mujer tiene la autoestima baja y cuando ha tenido un desequilibrio emocional, tiende a no creer en ella y eso era lo que me estaba pasando; entonces cuando comencé a entrenar y me dolía, algo pasó en mi mente, como que cada dolor que sentía lo asimilaba como algo que sanaba el profundo dolor emocional que sentía en ese momento. Cada peso que iba incrementando era como que iba superando ese dolor emocional. Pasaron alrededor de tres meses que entrené durísimo y creo que esa fue la fase en la yo dejé salir a esa persona, a mi ex esposo, mientras yo me preparaba, lograba asimilar y entender cada dolor que él me hizo sentir, y al superar cada día esos dolores musculares, también iban sanando mis dolores emocionales (...) era como cuando al entrenar duele y al día siguiente están todas esas fibras musculares dañadas, rotas, estás adolorida; pero pasan los días y empieza a sanar y así mismo pasa en lo emocional, yo a esa persona le quise mucho y fue un divorcio súper doloroso, pero iba pasando el tiempo y ni siquiera me había enfocado en el cambio de mi cuerpo, nunca me fui al gimnasio para cambiar mi cuerpo, me fui por una lesión y a medida que entrenaba ni me enfocaba en el cambio de mi cuerpo porque Jhoana estaba completamente centrada en el dolor emocional. (Joha. Entrevista personal. 11 de enero de 2020)

A partir de esta cita, se entiende que el dolor y el cansancio son *necesarios* para vincularlo con la importancia de las categorías de competición; mientras más se necesite conectar los estados emocionales de ellas y ellos<sup>15</sup>.

Es pertinente mencionar que la participación en una u otra categoría y en uno u otro certamen está vinculado a la capacidad que tienen para soportar la sensación de dolor y el cansancio que producen, inevitablemente, las extenuantes rutinas de entrenamiento que deben cumplir.

---

<sup>15</sup> Es necesario explicar que este vínculo es esencial en este grupo social porque quienes más entrenan, generalmente, son quienes superaron ese gran dolor del que habla Joha, también, entre los culturistas, a quien más le duele y cuanto más agotado termina el entrenamiento suelen ser las y los famosos/populares del gimnasio.



Lo que menciona mi interlocutora en la cita, se aproxima a lo expuesto en la investigación de Alexis Sossa Rojas (2015), realizada en dos importantes gimnasios de Santiago de Chile en la que, a partir de la observación participativa, realiza una etnografía que sintetiza dos importante directrices en el interior de la práctica del culturismo y del *mundo* fitness, me refiero a dos experiencias sensoriales que son cruciales en este tipo de deportistas y que se evidenció también en mi trabajo de campo: el dolor y el cansancio.

Ambas sensaciones corporales son analizadas de manera especial en la investigación de Sossa Rojas (2015) ya que se vinculan con un propósito de autorrealización, lo cual se nota también en la cita de la entrevista que hice a una de mis interlocutoras; para Joha el simple hecho de amanecer con dolor muscular y cansada es una de las señales de que avanza por buen camino, como ella mismo me lo ha dicho, en sus sesiones de entrenamiento. Esta idea es fundamental en mi etnografía, ya que todos mis interlocutores me afirmaron esos mismos patrones cuando les pregunté acerca de el por qué les agrada sentirse adoloridos todos los días, además de estar físicamente cansados y sentir antojo de otro tipo de alimentos a los que están obligados a ingerir, especialmente, durante los meses de preparación previa al día de la competencia.

Además de esto, el dolor físico se compara con procesos emocionales individuales de cada uno de mis interlocutores. De manera apresurada en este capítulo, podría mencionar que esta práctica deportiva está asociada a un proceso de autorrealización de cada sujeto que llega al gimnasio, especialmente, si lo hace en aras de profesionalizarse y debutar en las tarimas... si toma en serio el entrenamiento y no va a “chismear” o a “buscar pareja” en lugar de entrenar como se debe<sup>16</sup>. Así, una de las acertadas secciones de este trabajo, presento a continuación:

Tal vez uno de los mejores ejemplos para denotar esta relación compleja entre gimnasio y entrenamiento es la percepción del dolor y el cansancio, pues lo común es esquivar cualquier actividad o factor que los cause, mas este raciocinio no opera así en el gimnasio (...) los usuarios recurrentes señalaron que infieren que el dolor y el cansancio que producen las sesiones de entrenamiento, más que ser buscados en sí mismos, son parte de una etapa necesaria para alcanzar beneficios. El dolor es una consecuencia, más que un objetivo. En la racionalidad de mis informantes, el dolor y

---

<sup>16</sup> Esta es una de las clásicas expresiones que se escuchan a menudo en los gimnasios “fierros”, los culturistas “de verdad” lo mencionan una y otra vez.



el cansancio han sido construidos como indicadores de que el entrenamiento funciona: “si te duele el músculo, es porque está trabajando”. (Sossa Rojas, 2015, p.151)

En esta misma línea de análisis, cito una etnografía que se desarrolló en Argentina titulada “Cállate y entrena. Sin dolor no hay ganancia: Corporalidad y prácticas ascéticas entre fisicoculturistas amateurs” (Rodríguez, 2010).

Esta investigación trata de analizar en el marco de la idea del ascetismo que fue entendida como una práctica religiosa en el interior de la filosofía y que posteriormente pasó a ser duramente criticada en el esquema de la ética según el pensador alemán Friedrich Nietzsche en su popular libro denominado en castellano “La genealogía de la moral” (Nietzsche, 2005, Tratado segundo: culpa, mala conciencia y similares).

Al referirse al ascetismo, se hace un parangón de aquella práctica religiosa con el proceso de preparación de los fisicoculturistas:

El trabajo de entrenamiento en el gimnasio se basa en la repetición de rutinas, series y ejercicios determinados por parte de los entrenados (...) la apropiación de la técnica correcta de ejecución de los ejercicios no puede ser transmitida oralmente por el entrenador ni puede ser aprendida por medio de manuales escritos de ejercitación física. Solo la misma praxis de entrenamiento – realizada y repetida una y otra vez a diario – garantiza la apropiación de las técnicas. (Rodríguez, 2010, p.50)

A partir de esta etnografía se entiende que el conjunto de dinámicas sociales que se ubican en los gimnasios y centros de acondicionamiento físico son construidos en una dimensión individual mediante la que cada sujeto desarrolla un proceso de *adueñamiento* de su yo en el interior de esa práctica, con esta afirmación me refiero a que cuando entrenan, se dedican plenamente a entrenar concentrándose de manera individual o en parejas de amigos o enamorados; también, intercambian sus conocimientos acerca de la alimentación y de las rutinas que les ha dado resultados efectivos, así como de los suplementos que consumen, lo cual ha hecho que por ejemplo en la misma investigación que he citado, se logra contactar con el dueño de un gimnasio importante de Río de Janeiro, un sitio al que acuden solamente fisicoculturistas o sujetos que desean serlo y cabe destacar el trabajo del antropólogo brasilero Cesar Sabino (2000) cuando desarrolló su investigación en más de un gimnasio de la importante ciudad brasilera y en la cual describe ese proceso de ensimismamiento de los fisicoculturistas en el momento de ejecutar sus rutinas.





De aquello es interesante destacar el hecho de que las condiciones en las que se vinculan los fisicoculturistas agrupan una amplitud de situaciones que hace que la mayoría de los sujetos que formaron parte de esa investigación mencione que el gimnasio se ubica en primer lugar, que está por encima de una relación de pareja y del deseo de cursar estudios universitarios. Para ejemplificar lo que menciono citaré una pesquisa de una de las transcripciones que se citan en aquel trabajo “Yo, personalmente, no me imagino vivir de otra forma que no incluya entrenar a diario o periódicamente por lo menos (...) si yo tuviera que elegir entre la facultad y el gimnasio, entre mi novia y el gimnasio, entre el trabajo y el gimnasio (pausa)... bueno ya sabes”. (M. 27 años, Sabino, 2000 en Rodríguez, 2010, p.56)

En este sentido, el análisis que se ha hecho del mundo del fisicoculturismo en las dos últimas décadas ha hecho que se enriquezca considerablemente el discurso sobre el cuerpo mediante una perspectiva cualitativa que es la que me interesa y la que comparte discurso y praxis con mi investigación.

### **La corporalidad en los estudios sobre el deporte**

En lo que respecta a los estudios que se han desarrollado acerca de la corporalidad en el Ecuador, de lo más cercano a mi investigación, se cita el estudio titulado “*Pole dance* y nuevas performatividades: del estereotipo a la transformación del *pole* como deporte. Estudio de caso de los *polers* en Quito”, desarrollada por Michelle Moretti Paredes (2019) acerca del proceso de evolución y transformación que recae sobre esta actividad que surge de los cabarets de Francia y que, hoy en día ha llegado a practicarse como cualquier otra disciplina deportiva. Su autora expone de forma brillante las maneras en las que consideró el cuerpo como el verdadero campo de acción para entender las dinámicas del proceso del *Pole dance* al *Pole sport* con un grupo de atletas de la ciudad de Quito. (Moretti, 2019, p.16)

Otro de los aportes de esta etnografía se centra en la atención que presta al proceso por el cual se convirtió al *pole* en un deporte, dejando atrás sus raíces de una “danza erótica” y, sin embargo, el estigma social presente en el lenguaje común de quienes juzgan desde fuera la práctica de esta disciplina, continúa ofendiendo la situación de los sujetos que practican diariamente el *pole sport*.

Así, de manera similar noté a través de mi investigación que los estigmas sociales se mantienen y siguen aplicándose a las mujeres que levantan pesas y que se dedican profesionalmente a ese exigente estilo de vida.



A menudo, a ellas, se les trata con términos peyorativos como “marimacho”, “machona”, “poco femenina” y se les asigna la etiqueta de ser unas simples “fortachonas” sin profesión ni oficio y con dinero, esto generalmente por personas que no se han acercado a conocerlas ni se ha interesado en indagar más a profundidad las prácticas deportivas que diariamente ejecutan disciplinadamente.

Por el contrario, con respecto a ellos -los físico culturistas- cuentan con una admiración por parte de las mujeres más que de los hombres mismo, puesto que de igual manera, a menudo se les trata como “metro sexuales”, “nenitas fortachonas”, “desocupados” entre otros términos peyorativos que denotan los prejuicios que se construyen y se consensuan en la sociedad cuencana, pero que se vuelven más rigurosos cuando al leer otras investigaciones con las que comparto la línea etnográfica, me percaté que a nivel ecuatoriano y latinoamericano, ciertas prácticas corporales son desechadas al bote de las disciplinas que son más estigmatizadas que otras.

Así que, no podemos comparar las formas en las que se trata a las futbolistas de la selección femenina del Ecuador o a las nadadoras que a las mujeres que se dedican a deportes que bordean la noción de “espectáculo” o que las disciplinas han tenido una historia desde ese nicho como el caso del físico culturismo o físico constructivismo.

### **Otros escenarios de las distinciones**

Tanto en los entrenamientos del fútbol que es el más popular de los deportes federados, se mantienen las relaciones de construcción en cuanto a las distinciones de etnia y clase a la que les categorizamos a los individuos, así, he considerado esta arista como un tópico que, sin duda, atraviesa el tema que he estudiado porque fue evidente que en los gimnasios en los que realicé mi trabajo de campo, las personas que lo frecuentaban pertenecían a un círculo socioeconómico privilegiado, mientras que, hay otros gimnasios en la ciudad que no son *fierreros*<sup>17</sup> y que atienden, por decirlo de alguna manera, a otra clase social.

Sostengo esta idea porque, como lo desarrollaré al detalle en una próxima sección, apenas cuando comenzaba a ir a los gimnasios que decidí que conformarían mi etnografía, me percaté que incluso uno de ellos funciona de manera ilegal -evade impuestos- pero en el

---

<sup>17</sup> Un gimnasio “fierrero” hace referencia a los que disponen de máquinas o “fierros” para fisicoculturistas de alto rendimiento; se oponen a los gimnasios que se dedican a los Pilates o al Yoga o de disciplinas deportivas que no requieren levantamiento de pesas.



proceso del trabajo de campo me di cuenta de que dos de mis interlocutores asisten habitualmente a este *gym* cuando requieren comprar suplementos e inyectarse esteroides, por ejemplo.

Esto es relevante al aproximarme a la distinción de los lugares de acuerdo con las condiciones socioeconómicas de las y los deportistas que entrenan; ya que los sujetos que frecuentan este sitio, tienen las suficientes posibilidades económicas como para acceder al consumo de estos costosos productos, a diferencia de otro de los sitios de acondicionamiento físico que visité durante la investigación, que se destacó, más bien, por ofertar otro tipo de servicios como yoga y pilates y, como tal, atendía a otro estrato social, más formado por deportistas de élite en el físico culturismo y en otras disciplinas, como también, instructores de bailoterapia reconocido.

Entonces, claramente, se trata de un lugar *top* en el mundo de lo fitness, allí las personas ingresan con una huella digital y son socios de una importante universidad de la ciudad, también, nunca se puso en evidencia para mí el hecho de que también pudieran vender fármacos como el caso de los esteroides, en parte porque acceder a este lugar fue difícil para mí, dado que como investigadora no contaba con los beneficios de todas y todos quienes van a entrenar allá.

En esta sección he tratado de dar unos pocos ejemplos de las investigaciones que se han realizado con respecto a la antropología del cuerpo, sin embargo, en Ecuador se requiere un avance ontológico y epistémico de este tipo de fenómenos sociales, por lo que pretendo especialmente aportar con mi etnografía a la construcción de este tipo de conocimiento de lo humano y de sus interacciones.

Así, una de las principales premisas de este trabajo académico es exponer y comprender por qué este tipo de prácticas que realizan las y los físico culturistas es entendido incluso como si se tratara de una práctica ascética<sup>18</sup> ya que se cumplen ciertos parámetros de ritualidad en base a sus habilidades y que, finalmente, se catalogue -al fisicoculturismo- como la “religión del cuerpo” en base a una ritualidad del “dolor consentido” como lo expuse anteriormente.

---

<sup>18</sup> Considerar la idea del ascetismo en el ámbito religioso.



## Marco teórico

La investigación que desarrollé contribuye a la reflexión en torno a la antropología del cuerpo, ya que tiene relevancia en el conocimiento que se genera en referencia a las maneras en las que las mujeres, los hombres y miembros de la comunidad GLBTIQ son tratadas y las formas en las que se expresan dentro y fuera del espacio del gimnasio.

También, a través de los registros se condensaron claramente las dimensiones que facilitan que las y los deportistas de esta disciplina se sientan identificados entre sí y, además, como lo diría Yi-Fu Tuan en su obra “Topofilia” (1974) que los seres humanos nos *encariñamos* con ciertos sitios, aromas... en fin... delimitamos nuestro micro cosmos basándonos en aquello que ha generado un condicionamiento positivo y ha impactado nuestras emociones a través de las experiencias vividas<sup>19</sup>.

Así, mis interlocutoras sienten que el gimnasio es el límite entre el antes y el después de sus vidas, consideran que las experiencias que les han dejado tristes o deprimidas son vistas como uno de los caminos en los que los entrenamientos les ayudan a manejar sus altibajos emocionales; es decir, el cuerpo se vuelve una máquina o un instrumento desde el cual se construye una “nueva personalidad” que posteriormente les ha servido de plataforma para impartir charlas motivacionales o redes de empoderamiento de mujeres, esto se ve ilustrado con las dinámicas que en los gimnasios son tratados de una forma *oculta*<sup>20</sup>. (Tuan, 1974, p.30)

En esta misma idea, ellos y ellas crean un sentido profundo de pertenencia a ese sitio cómodo, reconfortante, motivante llamado gimnasio y también a las tiendas especializadas en la comercialización de los productos *típicos* de consumo de este grupo social -menciono esto en virtud de que justamente en los lugares en los que adquieren estos suplementos y fármacos, tienen también la posibilidad de que se les administre allí mismo y con la posibilidad de tener una asesoría médica y nutricional- sin duda, se organizan de una manera distinta a partir de la incorporación de nuevos hábitos alimenticios y la adquisición de rutinas

---

<sup>19</sup> Personalmente, en este párrafo lo que busco es mencionar que en gran parte el quehacer etnográfico de este trabajo fue un proceso “psicoterapéutico” para ellos como para mí en el rol de investigadora.

<sup>20</sup> Oculta en el sentido de que solamente las mujeres que han permanecido varios años entrenando en *J-Fitness* lo conforman, aquí Johana es la líder.



exigentes de entrenamiento que en el caso de mis interlocutoras se extiende incluso hasta tres horas diarias.

También es importante considerar que la noción de intimidad se configura dentro del grupo, así, el baño de hombres de uno de los gimnasios funciona como una sala de “masajes” en realidad, aquí se inyectan fármacos -esteroides- que son administrados de una manera irresponsable en el marco de los cuidados médicos que debería tener cada uno.

El régimen alimenticio es otro aspecto que se descuida, porque por ejemplo en el caso de mis interlocutores, solamente dos habían acudido a un nutriólogo para que les diagnostique y asesore adecuadamente, los demás se auto educan e intercambian “tips” que les ha dado buenos resultados y esto es perjudicial -a decir de los entrenadores- porque cada cuerpo reacciona de una distinta forma a los cambios en la dieta, por lo que es de extremo cuidado considerarlo seriamente e ir a un especialista o, al menos, confiar y obedecer al entrenador que, supuestamente, han tomado cursos de nutrición deportiva<sup>21</sup>.

Otro aspecto importante es explicar que este uso sin supervisión que se hace de las dietas proteicas, de los suplementos y de los fármacos se ha convertido en *el talón de Aquiles* de esta práctica, por eso, a pesar de que quienes se dedican lo hacen en serio, no es un deporte federado y esto genera que se mantenga en un nivel de espectáculo, a menudo en analogía con la lucha libre, por ejemplo.

Así, las personas ajenas a este universo critican fuertemente el uso indiscriminado y sin la mínima supervisión médica de esta clase de productos que a menudo tienen consecuencias irreversibles.

Destaco en este punto la necesidad de entender ciertas diferencias que *a simple vista* se origina en el pensamiento de las personas que son ajenas a las dinámicas del gimnasio y que se enmarcan o *etiquetan* a estos actores sociales como adictos a los anabólicos, como individuos excesivamente superficiales que solamente se enfocan en su apariencia física.

---

<sup>21</sup> Lo que menciono en este párrafo, parte de una creencia de que las y los entrenadoras/es conocen sobre nutrición, pero en realidad no es cierto y esto es uno de los mayores riesgos que toman las y los físico culturistas que no tienen tanto dinero como para ir a un nutriólogo.



En este sentido, este tipo de juicios de valor cimentados sobre una base de estigmas sociales, es más, se pueden mencionar inclusive que en el interior de este grupo, se construyen también procesos de estigmatización que funcionan como si se tratara de “capas”; un claro ejemplo de lo que afirmo es el tratamiento que ha tenido en los gimnasios a los que ha ido mi interlocutora transgénero; ya que estamos frente a los estigmas sociales o etiquetas que recaen sobre ella que al *convertirse* en una mujer mediante procesos de hormonización<sup>22</sup> y cirugías estéticas logró ubicarse en un mundo que de alguna otra forma hubiera sido imposible ingresar.

Sin embargo, aquí es interesante ver como se sitúa el determinismo biológico, ya que en los certámenes de fisiculturismo todavía no se tiene una categoría en la que puedan identificarse *cómodamente* los individuos GLBTIQ.

El binarismo hombre-mujer prevalece una vez más, debido a que, como lo expondré en las siguientes secciones, no está permitido que un individuo transgénero pueda presentarse a una competencia. Ese es una libertad que les es negada.

Entonces, es urgente que se dé la apertura adecuada hacia el entendimiento de los procesos de construcción y normalización de los estigmas sociales; podría decirse que, en un primer sentido, se encuentra el estigma de la gordura y, aún más, el de la obesidad como un *paraguas* o como un primer nivel de estigmatización.

Lo que sigue, son los estigmas que atraviesan las problemáticas de género, aquí es en donde podemos situar a la población sexo genéricamente diversa y también a las etiquetas que se ubican en mujeres y hombres físico culturistas.

Siguiendo este análisis de lo que es el proceso de estigmatización social de los fisiculturistas, es necesario entender que las investigaciones con las cuales comparto discurso mi tesis se encuentran enriqueciéndose con estudios acerca de la incursión de la mujer en prácticas deportivas que han sido tradicionalmente realizadas por los hombres y como tal, se suelta la rienda para analizar los procesos en los que la lucha desarrollados por

---

<sup>22</sup> Se le denomina proceso de hormonización al uso continuo de estrógenos o testosterona dependiendo del caso, para adquirir los rasgos biológicos “característicos” de un hombre o de una mujer.



los enfoques feministas y, en parte, también aquellos que abordan -lo *Queer*<sup>23</sup> - han posibilitado el camino hacia la equidad de género considerando también al grupo GLBTIQ, para lo que el aporte de la teórica Judith Butler (1999) se convierte en un escalón indispensable en esta tesis, tal como se verá más adelante, al lograr configurar el tema del deseo como una idea que permite comprender y entrelazar los cuerpos de los culturistas con los que se autoidentifican dentro de la diversidad sexo genérica.

Otra línea que consideré pertinente es aquella que responde a mi interrogante basada en las maneras de construirse de las mujeres fisicoculturistas en las dinámicas del gimnasio, así, fue importante el aporte de mis interlocutoras cuando me narraron sus historias, especialmente, sus experiencias iniciales cuando participaron en los primeros entrenamientos y en su debut en la tarima, ya como profesionales.

Así, como expondré en los siguientes capítulos, las circunstancias de cada una se enmarca en lo que serían ciertos enfoques feministas, partiendo de que en los testimonios de mis interlocutoras se evidencia que los pensamientos de ellas están basados en ejecutar una lucha desde su *trinchera* -por decirlo de alguna manera- dado que ellas sostienen que algo que les motiva es precisamente el hecho de que se le mire al fisicoculturismo como una disciplina mayoritariamente practicada por hombres y que, cuando las mujeres levantan pesas, son tildadas como “marimacho” o “machonas” o simplemente como unas “desocupadas”. Y en este sentido, es importante recalcar que, específicamente, la toma del espacio del gimnasio constituye una lucha más que es la lucha de las culturistas.

Esta realidad, aunque podría parecer incierta o un tanto pasada, no es así. Lo que he pretendido a través de esta investigación es justamente abrir un espacio en el cual se ponga en discusión lo que, como sociedad, establecemos como “lo normal”.

Dedicaré también, al darle sentido a lo que he mencionado, a la idea de los cambios que han sufrido en el interior de los esquemas que legitiman socialmente lo que es bello, lo simétrico; en este análisis es pertinente ese proceso de búsqueda de la perfección a través de estas prácticas que podrían ser entendidas como *rituales* en la medida en la que como sostiene

---

<sup>23</sup> Es pertinente aclarar que en esta tesis no desarrollaré profundamente lo Queer, ya que mi enfoque es, más bien, en pensar el culturismo femenino como una incursión del género al abonar a los feminismos.



el antropólogo francés David Le Breton en su libro “Antropología del cuerpo y modernidad” (1990) cuando realiza un parangón de la construcción de los cuerpos en occidente con relación a las máquinas, para explicarlo mejor cito lo siguiente:

El organismo no solo está separado de hombre, sino que, además, se ve privado de su originalidad, de la riqueza de sus respuestas posibles. El cuerpo no es más que una constelación de herramientas en interacción, una estructura de engranajes bien aceitados y sin sorpresas (...) la Razón persigue el despojo del cuerpo al reducirlo a un autómatas. El autómatas que surge de las manos del artesano aparece como una figura de la creación y, por otra parte, ilustra el sentimiento de poder absoluto. (Le Breton, 1990, p.76)

En esta cita resulta importante poner atención en el proceso de cambio que tuvo a partir de la revolución industrial y, posteriormente, fortalecida con el denominado “giro ontológico” (Del Campo, 2017, p.155) que se da específicamente en la antropología y que se extiende hasta los actuales días, en los que las nociones de cuerpo y las comparaciones que, por ejemplo, en el racionalismo se le hacían con respecto a la máquina ya entendida como un artefacto que carece de sensibilidad y tampoco tiene la capacidad de pensamiento y raciocinio con lo que contamos los seres humanos.

Así, la genialidad de la mente humana al atrevernos a *competir* con la idea del dios creador que para esa época había sufrido ya unos cuantos percances en Europa, pero que fueron los escalones indispensables que condujeron al conocimiento científico que hoy en día se construye con base en estos “atrevimientos”<sup>24</sup>; también, tiene que ver con el hecho de que Breton (1990) lo enfoca, basándose en la capacidad y libertad para decidir sobre nuevos moldes y expresiones a las cuales adaptar en nuestros cuerpos. En este sentido, se da lugar a una normatividad que mira a los cuerpos femeninos y masculinos de forma segmentada<sup>25</sup>.

Así, para fortalecer lo que he mencionado, se da la construcción del hombre-máquina, es pertinente citar al filósofo francés, que antecedió a Le Breton (1990), me refiero a Michel Foucault (1975) que desarrolló un pensamiento que describe la diversidad de formas

---

<sup>24</sup> Por “atrevimientos” me refiero a los acercamientos que tiene todavía el catolicismo y las religiones en general con respecto a lo anatómico al sujetarlo a la idea de culpa a través de la noción de pecado.

<sup>25</sup> Esta idea refleja que, durante mi investigación, mis interlocutores me contaban que sienten y que miran, ellas y ellos mismos, dentro del grupo, a su cuerpo por “porciones”. Tienen distintas sensaciones de acuerdo con cada músculo y parte en general de su cuerpo.





institucionales debajo de las que varios procedimientos de adiestramiento o control corporal se han normalizado y que Sachis (2012) recurre a sus postulados con respecto a la instrumentalización o materialidad que implica lo corpóreo.

Así que, todo esto se constituye en la conformación de cierto tipo o canon de cuerpo y de comportamientos y por procedimientos empíricos y reflexivos en general que, finalmente, pretenden controlar o corregir las operaciones del cuerpo, y que posteriormente será expuesto bajo el concepto de biopoder<sup>26</sup>.

### **Maneras de interacción social**

Cuando avanzaba la investigación me enfoqué en analizar lo que respecta a sus mecanismos de interacción social, en este sentido, me apego a lo que sostiene Goffman (1997) cuando menciona que “el individuo se presenta a sí mismo y presenta su actividad ante otros, en las situaciones de trabajo corriente en las que forma, guía y controla la impresión que los otros se forman de él del tipo de cosas que puede y no puede desempeñar mientras actúa ante ellos” Goffman (1997, p.15), así me permite entender que mis interlocutores llevan a cabo actos que reflejan esa performatividad de la que se valen para los momentos de entrenar y por supuesto, los días de las competencias. (Goffman, 1997)

A través de la repetición de los entrenamientos, se puso de manifiesto en mi caso empírico la transformación que viven, realmente me mostraron que sienten como se convierten en una persona diferente y es en este sentido cuando siento que las prácticas de los fisicoculturistas, para quienes no lo son, justifican su existencia en el interior de una idea de show, de un espectáculo más que de una disciplina deportiva como tal.

Para Wacquant (2006), por ejemplo, el boxeador debe sacrificarse por la práctica que realiza. Su sexualidad, su alimentación, el descanso diario y la vida social se organizan en base a la práctica del boxeo, este mismo concepto de sacrificio me es válido para entender la forma en la que los entrenados del gimnasio van a relacionarse con este *renacer* a una “nueva vida” atravesadas por las pesas y su mundo.

---

<sup>26</sup> Al mencionar el concepto de biopoder de Foucault (1975) pretendo, únicamente, relacionar esta notable idea con lo que, luego, menciona Le Breton (1990) entendiendo que, varios antropólogos del cuerpo optan por ciertos conceptos de Foucault (1975) para teorizar ciertos pensamientos.



Esto se da en un sentido tal, que por ejemplo se habla de la “religión del músculo” (Kornblit, 2007, p.52) ya que a partir de su misma práctica, generan un conjunto de normas, valores y creencias que tiene plena vigencia dentro del grupo de fisiculturistas con quienes compartí largas jornadas en las que las salas de musculación se convirtieron en territorios de verdaderos intercambios de saberes y de mucho más que solo lugares con grandes fierros; tal y como lo dice la siguiente cita, experimenté durante mi investigación:

En la dimensión del objeto cuerpo, el culto al cuerpo se convierte en algo fundamental e indispensable para la vida de estos sujetos en la medida en que lo jerarquizan, organizan, entienden e integran elementos al contenido de representaciones sociales de cuerpo (...) ello parte de no sentirse bien con su apariencia física y van en busca del “cuerpo perfecto” que dictan los cánones de belleza y el capitalismo consumista (...) una vez inician esta práctica y se sumergen en ella, los sujetos instauran otro tipo de demandas frente al físico (...) el cuerpo es llevado a otro nivel corporal en el que se estructura un nuevo conocimiento que se comparte dentro de esta población y que le da sentido a sus vivencias. (Moscovici, 1979 en Rodríguez et.al, 2014, p.20)

Así, se enfocó la investigación en analizar la amplitud de experiencias en torno al mundo del fisiculturismo, se vinculó también las necesidades de plasmar en este trabajo las nuevas dimensiones para estudiar la amplia gama de expresiones que actualmente tienen a los cuerpos como eje y, como tal, es pertinente el avance de nuevas epistemologías que posibiliten y abran el horizonte para su estudio.

## CAPÍTULO II

En esta sección detallo las consideraciones teóricas y prácticas que me sirvieron para entender la información que obtuve durante el proceso del levantamiento de información, en relación a mis interlocutores e interlocutoras en el interior de una dinámica transdisciplinar.

Lo que sostengo en este capítulo pretende, si se quiere, delimitar los parámetros que pude tratar de comprender en un año de observación participativa y que, pude “jugar” con aquellos datos obtenidos a partir de ciertas conversaciones con Joha, ya que, al tratarse de una historia de vida, es indispensable tener un acercamiento más íntimo, a través de una amistad, forjada durante cuatro años aproximadamente.

En este sentido, me gustaría resaltar mi experiencia como investigadora, reiterando una doble reflexividad que el quehacer antropológico, sin duda alguna, lo propicia; quizás,



como ninguna otra disciplina académica. En este sentido, la siguiente cita “El objetivo de este ensayo es dar mi propia opinión de esa doble reflexividad (...) a través del ‘consentimiento informado’ que significa ir más allá de las relaciones de producción” (Muratorio, 2005, p.132).

También, delimitaré las variables analíticas para los que ha sido necesario mi conocimiento a partir de las interpretaciones de lo estudiado a partir del trabajo de campo, entendiendo que se trata de una historia de vida, por lo que tendrá protagonismo lo compartido con Joha.

### **Las que van al gimnasio: entre el entretenimiento y el perfeccionamiento**

Cuando asistía a realizar las entrevistas y las sesiones de observación en los gimnasios no había, en un inicio, definido si en esas ocasiones estarían ellas y ellos o solamente ellas, realizo esta aclaración porque el enfoque de la etnografía se basa en la perspectiva femenina más que en la masculina, porque miré al gimnasio de una manera similar a como lo entiende Teresa Del Valle (2001) cuando interpreta que ciertos territorios que históricamente han sido de uso masculino, son ocupados -o tomados- paulatinamente por las mujeres, denominándose “espacio puente para el cambio”, tal es el caso de la investigación citada en el primer capítulo, acerca de las ligas barriales femeninas en Quito de Karina Borja (2016) en el que, de manera parecida se alcanza este tipo de esquema basándose en la distribución del uso de las canchas de fútbol para los campeonatos de las ligas barriales femeninas y masculinas.

También, me enfoqué en mirar el gimnasio desde una perspectiva femenina, sin embargo, no excluí a los hombres, pero enfatizo el rol de ellas, puesto que, como mujer, eso afectó, en cierta medida, la manera en la que me trataron como investigadora y, por supuesto, mi accesibilidad a determinados espacios del gimnasio y de las competencias de culturismo.

El momento clave de esta investigación fue cuando Joha narró una de sus experiencias ya en su rol más de entrenadora de culturistas mujeres y hombres. Me dijo que las personas que visitan los gimnasios, a menudo acuden, para mejorar su estado físico -aparición y/o salud- sin embargo, existe un grupo que va a buscar una pareja o nuevas amistades; que son pocos quienes se han definido en este camino y buscan profesionalizarse o, al menos,



competir a fin de cumplir con un reto personal; mencionó también que son pocos los cuerpos que se adaptan a las nuevas rutinas que serán la razón de ser de este nuevo estilo de vida<sup>27</sup>.

Entonces, se miran claramente dos parámetros claves de esta investigación que son: la preferencia por el análisis del culturismo femenino y la diferenciación de las categorías de quienes practican esta disciplina.

Así que, a partir de las ideas compartidas por Joha, mi análisis se conformó en el sentido de que el físico culturismo se relaciona intrínsecamente con una búsqueda dirigida en varios sentidos, pero que conducen a la idea central del perfeccionamiento físico y mental y que, nunca queda por fuera la noción de cumplimiento de ciertos parámetros que, sin duda, recae sobre mí, en el rol de antropóloga que debe desarrollar la observación participativa.

También, es pertinente reiterar que, como investigadora, quizás mantuve aquello que Muratorio (2005) denomina, basándose en Patai (1991) una “noción no-crítica de hermandad” de lo que cito:

En mi trabajo con las mujeres nunca asumí que mi condición de mujer *per se* me iba a garantizar una relación de aceptación compartida (...) mi amistad y mi continua colaboración con Dolores (...) me ha otorgado la legitimidad, y por cierto la autoridad, de mantener lo que prefiero llamar “conversaciones” con varias mujeres indígenas, y especialmente con Francisca. (Muratorio, 2005, p.134)

En este mismo sentido, es natural que el tema de la accesibilidad es una condición determinante en la investigación etnográfica y, por lo tanto, metodológicamente fue imprescindible realizar esta aclaración con respecto a la *comodidad inmediata* que Joha sintió conmigo desde el inicio de nuestra amistad y, por supuesto, de este trabajo, tan solo porque soy mujer.

Sin embargo, no se debe “romantizar” el discurso, por lo que consideré que tanto la idea de distracción como de obligatoriedad que ronda a la idea de asistir al gimnasio es un apartado que engloba un detalle de los hábitos que mantienen estos individuos y que, para ejemplificar lo que se ha analizado sobre aquello, consideré tanto a las mujeres como a los hombres, pero siempre manteniendo el enfoque de que este trabajo es acerca de ella -Joha-

---

<sup>27</sup> Esta declaración fue decisiva porque esclareció el proceso de preparación de los y las culturistas y la manera en que las otras personas son vistas como “no aptas” para llegar a competir.



considerando de principio que, como lo afirma Esteban (2004) el cuerpo de las mujeres es siempre sexualizado y, por lo tanto, en el recaen una serie de parámetros estigmatizantes.

Así que, lo que sucede en el fondo de esta discusión incurre sobre las problemáticas que sitúan al género en el centro de las discusiones de varios fenómenos sociales. Pero ¿cómo poder trasladar a las ciencias sociales las aristas que nos permiten situar al género?, ¿cómo diferenciar las reflexiones entre ambos géneros?, ¿es posible aportar a las construcciones teóricas y prácticas a través de la historia de vida de una culturista?... todas estas interrogantes se basan en lo que se ha considerado relevante para esta investigación y bajo las que pretendo desarrollar este capítulo.

### **Los hábitos en la práctica deportiva: entre el “ser” y el “deber ser”**

Una de las características relevantes cuando visité a las y los culturistas fue el tema de las rutinas que cumplen diariamente incluso los fines de semana; estas prácticas se naturalizan entre ellas y ellos mediante un proceso *inconsciente*, pero, desde una perspectiva externa se suelen mirar como parámetros de conductas que están *fuera de lo común* y, aunque esto está demás en este párrafo, me interesa especificar que el perfeccionamiento en el consumo de alimentos, suplementos y fármacos viene dado mediante la asimilación de esos comportamientos individuales y grupales.

En este sentido, cuando abordé el tema de sus rutinas y especialmente de cómo se sintió para ellas y ellos el cambio de estilo de vida y si, este proceso, fue aceptado o rechazado por la familia, cómo afectó a sus relaciones sociales y de pareja; lo que se evidencia es que, este cambio, que dieron es, en el interior de un proceso de mejoramiento personal, se trata, entonces, de un proyecto de autorrealización que poco a poco se convierte en un signo de la personalidad de cada uno de mis interlocutores. También, actúa como un tamiz que les facilita el proceso de selección de su círculo social; lo que expongo se fortalece a través de la siguiente cita:

Bueno en un inicio cuando recién empecé me gustaba ir solo realmente, como te digo así, estaba despechado, solo quería sacar la mente de eso, solo me ponía mis audífonos, escuchaba Tranzas y después poco a poco se metió a entrenar un amigo conmigo, ahí obviamente hay motivación, nos mandamos al carajo y ya, tú puedes; mi amigo se fue a Estados Unidos y después entré con mi primo a entrenar, estaba



chévere con él, él pasa trabajando en otro lado ahora entonces ya no pudo... ahora lo que estoy ya dos años con mi hermano menor y estamos los dos tacos desde ahora (Jorge. Entrevista personal. 21 de septiembre de 2019)

Desde esta óptica, la información que obtuve de las entrevistas a mis interlocutores se referirá a los contextos en los que me pareció relevante lo que observé durante el tiempo del trabajo etnográfico. Y, específicamente, esta cita ilustra el sentido de lo que he dicho porque en el caso de tres de mis informantes, se observó que llegaron a las competencias debido a que un día decidieron dedicarse a entrenar seriamente, lo que los distingue de quienes hallan un desfogue -tal como lo menciona mi interlocutor en la cita- a las desdichas de la vida de cada uno, ya que este es un rasgo común que comparten todos los sujetos de esta investigación y que, además, es común en la investigación de Mario Jordi Sánchez (2014) realizada en dos gimnasios en Madrid, cuando se enfoca en el culturismo femenino y menciona que ellas llegan a prepararse profesionalmente durante los entrenamientos y que, muchas veces, “los fierros” son quienes les han motivado para renacer, de alguna manera, esta práctica se entiende como un plan de autorrealización. (Sánchez, 2014, p.7).

Asimismo, en este sentido, comprendí que un paso importante en este período de las y los culturistas es validado mediante la adquisición del prestigio y de la fama que se les va otorgando a quienes sobresalen; y que es un rasgo significativo que, en el caso de las atletas, estos cuerpos femeninos, son validados por un jurado y por un público, mayoritariamente, masculino; que califica como ‘estético’ o ‘asimétrico’ mientras las atletas desfilan en la tarima el día del certamen o competencia y que, es en este día principalmente cuando ellas mismas, al quedar dentro de los primeros cinco puestos -generalmente de un total de doscientas competidoras- afianzan su plan de autorrealización.

En este sentido, en el caso de Joha, su victoria en el primer certamen de culturismo, significó la recuperación de su autoestima y de su belleza física, ya que hasta hace un año antes de que compita, estuvo en una relación en la que fue violentada física y emocionalmente y, como ella me contó, todo este sobrepeso emocional, se materializó en su apariencia, llegando a pesar casi 220 libras que, como es de esperar “le *aplastaron* su felicidad”. (Diario de campo. 17 de octubre de 2019)



## **Los cuatro parámetros: clasificación de los hábitos**

En una primera aproximación al tema de los hábitos que implica este estilo de vida del culturismo, me parece importante la clasificación que segmenta el día a día de mis interlocutores, citaré a Esteban (2004):

Esta regulación desde lo corporal alcanza su perfección en nuestros días a través de un doble juego, aparentemente contradictorio, de potenciación del consumo a muchos niveles, pero también de fomento del autocontrol y la disciplina. Consumo y control que se ejercen específicamente en relación a cuatro grandes áreas: alimentación, ejercicio físico y deporte, cuidado estético y sexualidad. (Esteban, 2004, pág. 68)

Seleccioné la clasificación que realiza esta autora porque esquematiza el nivel macro de los hábitos de los deportistas que para el caso de esta etnografía son valiosos porque comparten fundamentos en común con mis hallazgos en el trabajo de campo. Añado a esta clasificación que la llamaré -primaria- un despliegue o clasificación -secundaria- que tiene que ver con las fases de suplementación y administración de fármacos.

### **“Eres lo que comes”**

Sin duda alguna, todos hemos escuchado este refrán que suele retumbar en nuestra mente cada vez que nos ponemos a dieta y que hoy está presente a tiempo completo porque, a nivel general, el canón de nuestros días es mantenernos siguiendo una dieta baja en calorías; sin embargo, este patrón dista un tanto en las experiencias que me compartieron mis informantes mujeres y hombres.

En este tema, podría pensar en que las dificultades por controlar el apetito no afectaban de la misma manera a mis interlocutores que a quienes no entrenan metódicamente, ni siguen un estricto control de lo que comen, pero los resultados fueron distintos puesto que a medida que iba desarrollando la investigación, ellas y ellos me compartían lo que debían ingerir todos los días, también, es interesante el hecho de que lo que comen es diferente



dependiendo de lo que buscan, así, por ejemplo, se clasifican en tres momentos: época de carga<sup>28</sup>, época de descarga<sup>29</sup> y período de mantenimiento<sup>30</sup>.

Se destaca la participación de una de mis interlocutoras -Liz- quien se aproximó al mundo fitness a partir de su experiencia personal al atravesar un desorden alimenticio denominado Anorexia durante su adolescencia y que ocasionó una sensación de desencuentro con su apariencia física, como lo diría Le Breton (1990) una segmentación del cuerpo. Así, mientras Liz intentaba sobreponerse a esa inseguridad con su aspecto -a pesar de que estaba con algunos kilos por debajo de lo que se consideraba normal para su estatura y edad- se acercó al mundo del gimnasio con el fin de encontrarse a sí misma y mejorar su salud; actualmente Liz tiene veintisiete años y, curiosamente, es propietaria de un lugar de comida rápida y que, de hecho, esta fue una de las particularidades por las que captó mi atención para la investigación. Se fortalece lo que menciono a través de lo siguiente:

Yo comencé a entrenar a raíz de que tuve varios años con anorexia, fue un tiempo en el que quería dedicar un tiempo a mí misma y entré a un gimnasio, de hecho no sabía que existía, entré a hacer ejercicio para estar sana, según yo, para no engordar sino para mantenerme, así que entrenaba sin saber si lo hacía bien, después vi que sacaban eventos, comencé a investigar y como que me empezó a gustar, entonces comencé a conocer un poco más del deporte y a entrenar para competencias, comencé con la categoría de bikini en una edición de míster cuenca, ahora conocemos más del deporte y sabemos del proceso para llegar a un buen secado, a una buena puesta a punto depende de la comida especialmente. (Lis. Entrevista personal. 5 de enero de 2020).

Tal como se menciona en la cita de la entrevista, una de las motivaciones fundamentales que se mantiene en todos mis interlocutores es la situación por la que atraviesan previamente en la vida de cada uno y cuánto les motiva a inscribirse -muchas de

---

<sup>28</sup> La época de carga se caracteriza porque el o la culturista deberá incrementar su ingesta de calorías diarias para lograr incrementar, entrenando, acrecentar su masa muscular.

<sup>29</sup> La época de descarga se le denomina al momento en el que el entrenador le facilita al culturista un plan riguroso de alimentación que deberá obedecer sin reproches hasta el día de la competencia; generalmente esta fase se compone por dietas proteicas con una escasa ingesta de hidratos de carbono. También, cambia el número de repeticiones de cada serie de ejercicios del entrenamiento.

<sup>30</sup> En el período de mantenimiento, los culturistas deben respetar las porciones y el incremento paulatino de alimentos de acuerdo con las indicaciones del entrenador o, en el mejor de los casos, de un nutricionista.





las veces por primera vez- en un gimnasio que tenga sala de cardio también, y a esa circunstancia, se añade que, varios de ellas y ellos tuvieron desórdenes alimenticios<sup>31</sup>.

Basándome en lo que dije, afirmo que, para todos mis interlocutores ha sido un proceso de profundo aprendizaje el hecho de alcanzar a paliar la multiplicidad de deseos que tienen relacionados, generalmente, con la comida.

En este mismo análisis, la sensación constante de hambre que llegan a experimentar y naturalizar, sobretodo, cuando están preparándose para un certamen; a veces lo hacen simplemente para mantenerse en forma, pero su régimen varía dependiendo de si están alistándose para debutar o si están en mantenimiento o si buscan subir de peso para ganar masa muscular gracias a la ayuda del entrenamiento; ocasiona dificultades en su entorno, debido a la irritabilidad y a la deshidratación que, inevitablemente, experimentan en alguna fase de este severo proceso de domesticación y adiestramiento del cuerpo.

En esta óptica, los hábitos alimenticios, se convierten en una de las maneras en las que se diferencian de una persona que va a entrenar por entretenimiento, que no pretende llegar a las tarimas y estas distinciones son criticadas por los culturistas que entrenan en un régimen estrictamente disciplinado y constante.

En ocasiones excepcionales se ‘admite’ dentro del grupo de los culturistas a alguien que no entrena con igual o similar rigurosidad, también en mi diario de campo anoté varias situaciones que ilustran la desvalorización que asumen hacia grupos humanos que no consumen carne ni derivados de productos de origen animal -vegetarianos y veganos- que llegan a sufrir aislamiento en las dinámicas de los gimnasios que visité, sin embargo, esa reflexión no se desarrollará en este trabajo.

### **Sobre el ejercicio físico y el deporte**

Esta es la segunda arista dentro de los hábitos que desarrollan los culturistas. En este conjunto se desenvuelven las diferencias entre los niveles de entrenamiento de mis interlocutores en contraposición hacia aquellos sujetos que solamente van a divertirse o

---

<sup>31</sup> Estos desórdenes alimenticios están generalmente asociados con el padecimiento de Anorexia, Bulimia, Obesidad entre otros que, suelen desencadenar en hábitos de entrenamiento perjudiciales para la salud y que llegan a sufrir de Vigorexia.



conocer gente al gimnasio; no obstante, es importante considerar que este proceso suele ser, para muchos individuos, una decisión “inconsciente” ya que paulatinamente, optan por entrenar profesionalmente para llegar a competir.

Paralelamente, se construyen relaciones sociales de amistad entre quienes comparten los rangos de intensidad de cada entrenamiento, así, por ejemplo, los culturistas no se relacionan en un sentido afectivo -de pareja- con una persona que no entrene y que no se alimente de la misma manera y esto es catalogado de la misma manera en la que se podría ver en alguna religión -por ejemplo- se puede decir que construyen y comparte una identidad corporal ideal<sup>32</sup> basada en que el camino de ese plan de autorrealización debe ser fortalecido relacionándose con alguien “del mismo yugo” de las mismas prácticas y/o hábitos, porque de lo contrario, es difícil alcanzar un entendimiento mutuo y, especialmente, entender que -tal como un día me dijeron mis interlocutores- un culturista no se mezcla con gente normal del mundo común y corriente. (Diario de campo. 24 de enero de 2020).

El caso de una de mis interlocutoras -Joha- se mantiene en este sentido, al estar casada por tercera ocasión con un culturista, hace que ella establezca las diferencias entre estar con un hombre que no lo es -como en el caso de sus relaciones anteriores- en esta última ocasión, ella se enamoró de su entrenador, se casaron y juntos son los propietarios de un gimnasio. Pero, lo que es destacable es, precisamente, la diversidad de maneras de fortalecer esta identidad corporal ideal, que en palabras de Esteban (2004)

La imagen corporal y el cuerpo individual y social son fundamentales en la construcción de la propia identidad y pertenencia a los diferentes grupos. En nuestra sociedad, el sujeto está constituido por una entidad individual y cuyas fronteras se sitúan en la superficie del cuerpo y muchas de las identidades corporales ideales suelen venir definidas de antemano, envasadas y dispuestas para el público. (Esteban 2004, p.69).

---

<sup>32</sup> Cuando menciono a la identidad corporal ideal, me refiero específicamente al proceso de búsqueda de la forma de X que es la que guarda los parámetros de simetría en las y los atletas; mujeres y hombres buscan reproducir la manera en la que quieren verse hacia sí mismos, en el grupo y para el público, la encarnación de su ideal de belleza. También, al mencionar que no se relacionan, debo especificar que no es tajante mi aseveración, ya que bien podrían encontrarse parejas en las que uno de los dos individuos no sea culturista, pero no fue el caso de esta etnografía.



Como lo indica esta misma autora las identidades corporales ideales actúan de una forma evidentemente invisible pero que toman sentido en la realidad en cuanto los sujetos se agrupan de maneras específicas de acuerdo con su habitus cultural.

En mi investigación, las ‘franjas’ que se tejen entre los grupos de deportistas de otras disciplinas como la calistenia que hoy en día ha crecido vigorosamente y que es un grupo que critica fuertemente como entrenan y el proceso integral de preparación de los culturistas, especialmente por contribuir al consumo de sustancias químicas que son testeadas en animales, así, los que entrenan mediante el método de la calistenia utilizan la infraestructura de los espacios públicos de la ciudad para fortalecer los músculos.

Obviamente, se oponen a uso de anabólicos inyectables, generalmente son vegetarianos e incluso llegan a ser veganos y, simplemente, se han adherido a la práctica deportiva con el fin de hallarle un sentido distinto, a nivel grupal, al acto de entrenar el cuerpo; es más, en la calistenia se entrena en grupos desde tres hasta cinco o seis personas pero que, de la misma forma, comparten un conjunto de creencias a las que se ajusta su praxis.

Quienes conforman uno u otro grupo define también la intensidad y la manera en la que entrenan, lo que comen, como visten e incluso la manera de relacionarse con los demás; sin embargo, esto no es nada excepcional -considerando que cada disciplina deportiva mantiene estos patrones-. Pero, lo que es relevante es exponer qué tanto es *demasiado* para quienes no nos dedicamos al culturismo con las cualidades de competición.

En este sentido, en mi diario de campo de la visita del 15 de octubre de 2019 una de mis interlocutoras me comentó que su entrenamiento se basa en cumplir una rutina de dos veces al día de cinco a seis días por semana y cada día se hipertrofian grupos musculares distintos, también, el día que lo llaman como “libre o de descanso” significa que deben, por lo menos, realizar una hora de cualquier ejercicio cardiovascular -generalmente suelen dedicarse al ciclismo, correr, nadar o simplemente salir a caminar por la ciudad-.

Sin duda alguna, estas extenuantes rutinas son combinadas con largos períodos de sueño, por ejemplo, Joha, duerme más o menos diez horas luego de los entrenamientos más pesados como es, para ellas y ellos, el de glúteos y piernas.



## Cuidado estético

La famosa frase de “cómo te ven, te tratan” tienen amplias implicaciones en la actualidad y, aún más, en la industria de los deportes. Así, cobran fuerza desde la compra de ropa e implementos deportivos de marcas que son populares y reconocidas en cada deporte<sup>33</sup>, además por patrocinar o auspiciar varias competencias a nivel nacional e internacional.

Sin embargo, aunque podría desarrollar toda una sección con este enfoque de la moda de los deportistas, es más propio organizar unas aproximaciones con base en cómo se ven a sí mismos los culturistas y, también, como se los critica desde fuera por su apariencia, ya que para muchas personas no lucen saludables y, en parte, podría ser cierto, ya que muchos de ellos y ellas actúan de una forma contraria a lo que es sano -aquí se ubica específicamente el consumo de sustancias que, sin saber administrarlas adecuadamente, se automedican ocasionando infartos o la pérdida de uno de los riñones como ya lo mencioné en el primer capítulo.

Los culturistas hipertrofian su estructura corporal, mientras que en todos los deportes federados esto es discutible por los detalles de anti naturales que posee esta disciplina, además de que, como ya había mencionado -el culturismo aún no está federado precisamente porque deben su apariencia física a la gran cantidad de esteroides anabólicos y suplementos- y simplemente, el consumo de estas sustancias se categoriza como *dopping* dentro de los deportes federados.

Además, esta situación ha llevado a que el físico culturismo sea conocido como un espectáculo más que como un deporte, lo que genera cierta rivalidad entre los grupos de individuos que entrenan triatlón o ciclismo.

A menudo se les dice, más bien, modelos que deportistas de élite y, esta aseveración se fortalece mediante la investigación de Amy Scott (2011) cuando menciona que “el culturismo es un deporte de apariencia fundamentalmente, mantiene desafíos de los aspectos físicos como psicológicos que están relacionados con la autopercepción del cuerpo” (Scott,

---

<sup>33</sup> Entre los y las culturistas está de moda adquirir implementos deportivos de la marca Mr. Olympia que se refiere a la competencia de culturismo más famosa del mundo, desarrollada cada año en Las Vegas, Estados Unidos.



2011, p.72). Así, la estética que se persigue mediante el proceso de preparación de las y los culturistas adquiere, explícitamente, un significado que se materializa mediante el acto de perseguir una mejor apariencia física; pero, no siempre fue concebido de esta manera, ya que en el caso específico de las mujeres culturistas de las décadas de 1960 y 1970 se entendió el culturismo femenino como una asociación de la feminidad con la individualidad y la libertad.

Entendiendo que, este vínculo de lo femenino como fuente de libertad y autonomía, se nota cuando observamos que las primeras mujeres culturistas, no eran reconocidas como tal -como atletas- sino que, hasta cierto punto, disputaban su lugar -el territorio- debutando en circos que se presentaban, especialmente en Londres, en espectáculos que consistían en que ellas cargaran a sus esposos y a los amigos de él; lo que sin duda, simboliza una reivindicación de ellas ya que, como sabemos, en esa época aún recaía sobre la mujer varios roles socialmente asignados y normalizados que les impedía realizar otras actividades que no se incluyeran en el espacio doméstico y, claro, siempre bajo el mandato y la tutela del esposo o del padre.

Asimismo, es importante que este ejemplo sitúa la idea de mis interlocutoras cuando me hacen notar que el culturismo femenino es, a partir de esas épocas, un “símbolo feminista” por lo que, como mujeres, han atravesado en el entrenamiento y en el espectáculo que encarna esta disciplina deportiva y por la lucha personal que les permite materializar en sus cuerpos, y, en consecuencia, el hecho de alcanzar un buen lugar en los certámenes, le afianza el triunfo de ser una mujer libre y autónoma, además de fuerte y sexualmente apetecible.

Sin embargo, en esta etnografía es interesante cómo se desenrolla un doble sentido de este logro porque, desde esta perspectiva, los parámetros de la estética masculina y femenina se aceptan bajo las condiciones culturales occidentales que se han normalizado, entonces, “para las mujeres, solamente, el culturismo representa un cuerpo físico que es inconsistente con lo que, en general, el público y la gente acepta como femenino” (Daniels, 1992, p.77).

Entonces, el culturismo femenino se vincula directamente con la validez que le otorgan los jueces, generalmente siempre hombres, acerca de la perfección visual encarnada bajo la noción de belleza y simetría -evidentes al haber alcanzado la forma de X a través de



las jornadas de entrenamiento, alimentación estricta y períodos de suplementación y farmacología- y que son siempre enfocados más en los cuerpos de ellas que de ellos.

Lo que encontré en el proceso del trabajo de campo se sostiene sobre la idea de una valorización discriminatoria solo de unos cuerpos o de ciertas categorías estéticas, es decir, este proceso transgresor del culturismo falla en el caso de mis interlocutoras, ya que se evidencia esto cuando una de ellas pone énfasis en que la categoría de competición Bikini Fitness está creado para las mujeres que ella les cataloga como “flacas”, mientras que en el caso de la categoría Physique las que debutan son las verdaderas culturistas.

Sin embargo, este esquema que comparten todas mis interlocutoras es coherente con la visión heteronormativa de que solo ciertos cuerpos son femeninos y lo que hace es justamente fortalecer el proceso de instrumentalización y sexualización del cuerpo de ellas a través de los requerimientos que deben tener para el día de la competencia en el que el lápiz de labios, el cabello tinturado, las uñas largas y pintadas, las sandalias de tacones altos, el bronceado artificial o falso, son tan importantes como la definición muscular que prueba que han entrenado duro para debutar ese día.

Al mismo tiempo, prevalece -con base en como lucen- el asunto del estigma intra grupos que, ya son estereotipados por la sociedad -como es el caso de los culturistas- que precisamente son categorizados como “otra clase” de seres humanos y que, por verse físicamente, distintos a los demás, son considerados como *cerebros de pollo, huecos o escasos de inteligencia, superficiales, machonas* en el caso de ellas y, *maricones y/o metros sexuales* en referencia a ellos.

### **El “abdomen de lavadero”**

Basándome en lo que desarrollo en este segundo capítulo, una de las categorías sobresalientes en la búsqueda de este cuerpo perfecto o ideal se enfoca en lo que los culturistas denominan como ‘abdomen de lavadero’ que es la apariencia esperada o deseada del abdomen -entendido como un segmento del cuerpo ideal en todos los deportes y en certámenes de belleza-.



Es necesario especificar que la zona del abdomen genera un espacio en el cual, cada cuerpo, es categorizado como ‘flaco’ o ‘gordo’, lo que ocasiona que, una vez más se caiga en un binarismo o en un esquema radical con respecto a la apariencia física. Así que, una de las posibilidades de analizar la vida en el interior del gimnasio, es lo inquietante del uso o administración de varias sustancias químicas que les ayuda a acelerar el proceso de oxidación de la grasa y también, les proporciona mayor energía -rendimiento físico- para completar las extenuantes rutinas diarias de entrenamiento.

Una de las condiciones más evidentes es el proceso de adquisición y administración de sustancias inyectables -suplementos- que se comercializan de manera irregular, en el sentido de que son de fácil acceso y, a pesar de que requieren, no hacen una evaluación médica previa, ocasionando resultados irreversibles en muchos de los casos, ya que se someten a procedimientos invasivos a nivel metabólico tan solo por lograr quemar el exceso de grasa que, a pesar del entrenamiento y la ajustada alimentación, no se elimina a través del proceso de oxidación producto del metabolismo.

## **Sexualidad**

Cuando se habla de la sexualidad y del rol que cumple en la vida de los sujetos, es curioso cómo pueden desplegarse tantas ideas y acciones diferentes y, el mundo del culturismo, no es la excepción.

Uno de los parámetros que captó mi atención durante el proceso del trabajo de campo fue cuando tanto ellos como ellas me contaron sus vivencias sobre la frecuencia, por ejemplo, con la que tienen relaciones sexuales; a propósito de esta interrogante, me contaron que elaboran un cronograma o un calendario que les permite sortear las rutinas de los alimentos que ingieren, como también de los suplementos y fármacos que se administran -entendiendo que están en el contexto de preparación para una competencia- en el que el entrenador les proporciona la frecuencia semanal con la que pueden mantener relaciones sexuales.

Esta es una clara manera de adiestramiento de la fisiología del cuerpo que le distingue al culturismo y que recae más en los hombres que en las mujeres, debido a que los hombres



pierden una cantidad de proteínas significativa cuando eyaculan y también durante el desgaste físico que provoca el coito<sup>34</sup>.

También, en el caso de las mujeres y hombres, deben prácticamente, suprimir el sexo porque les desgasta los músculos de las piernas que son los que más peso soportan durante el entrenamiento de fuerza y de resistencia y, por lo tanto, son un enfoque esencial en el debut de la competencia.

Finalmente, es importante mencionar que cuando un hombre no rinde al máximo en la rutina del gimnasio, su entrenador siempre va a darse cuenta de que el día anterior mantuvo relaciones sexuales y le van a comenzar a gritar que es un “debilucho” o que es una “nena” porque, desde cierto ángulo, practicar sexo en un proceso tan riguroso es visto como un sinónimo de debilidad, es una falta de responsabilidad y de disciplina hacia la preparación, por lo que son objeto de burla, tanto de parte del entrenador como de los *partners* del ejercicio; por lo que les aproxima a lo femenino al estar menos fuertes que el día anterior.

### **Suplementación y farmacología**

Al ser el cuerpo el móvil que nos permite entrelazarnos con nuestro entorno y compartir relaciones que recaen, inclusive, en la categoría ‘inter especie’ o ‘inter sustancias’ es pertinente exponer las implicaciones que trae el consumo de los denominados Esteroides Anabolizantes Androgénicos -AAS- que son sustancias utilizadas tanto por hombres y mujeres culturistas; no obstante, me interesa enfatizar que, específicamente en el caso de ellas, se utilizan para alcanzar un desarrollo corporal apto que logre encajar en los parámetros que se califican en los certámenes de esta disciplina<sup>35</sup>.

Otro aspecto relevante es la apertura hacia la investigación interdisciplinar que, afortunadamente, nos brinda tanto la antropología como la medicina en esta investigación y que me permitió, aunque no con el detalle que me hubiese gustado, acceder para conocer más acerca de las consecuencias que traen a la salud de las y los culturistas el consumo irresponsable de los Esteroides Anabolizantes Androgénicos -AAS- cuya génesis se centra,

---

<sup>34</sup> Los hombres, sobretodo, no deben perder -en la eyaculación- el porcentaje de proteínas y testosterona que ingieren mediante los suplementos y los fármacos respectivamente.

<sup>35</sup> Desde este punto de vista, aún se mantiene como un tema tabú (estereotipo) porque los efectos son “masculinizantes”.





en gran medida, en la presión social del *mundo* del gimnasio hasta la insatisfacción permanente que, tanto ellas como ellos, sienten sobre su apariencia y que, por supuesto, se normaliza entre mis interlocutores.

Desde esta óptica, el consumo de las sustancias AAS es, irremediablemente, normal en los gimnasios de alto rendimiento o *ferreros*; además, las y los entrenadores deliberadamente comercializan y administran -en la presentación inyectable- a las y los atletas que persiguen alcanzar el nivel aceptado para poder competir, ya que es lo único que, “les permite alcanzar un máximo desarrollo de las capacidades físicas condicionales que son: fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad” (González, 1998, P.74) y, finalmente, optan por consumirlos, a veces, en cantidades tales que sufren malestares irreversibles o, como muchos, mueren con un infarto al miocardio. Para darle más sentido a lo que menciono, citaré lo siguiente:

Todo el mundo que hace tratamiento con esteroides anabólicos, la verdad, nadie hace con médico, solo hacen a nivel de gimnasios y culturistas y nadie sabe cómo funcionan, eso no es un mito, sino una verdad (...) sobretodo en los hombres se les acaba el libido y las mujeres también tienen muchas alteraciones hormonales: cambio de voz, les crece mucho pelo, les crecen los genitales, se les altera el período; y en los hombres, digamos que les da ginecomastia, o sea, les crece glándulas mamarias. Los esteroides se utilizan, básicamente, para masculinizar y bueno, con respecto a la sexualidad, digamos que hay mujeres que les crece los genitales y eso es muy controversial, pero la verdad es que a una mujer normal no le gusta eso y bueno, digamos que los hombres solo se dedican a hacer ejercicio porque pierden la libido completamente. (Santiago. Entrevista personal. 19 de noviembre de 2020)

A partir de la entrevista a dos médicos que, son especializados en cirugía plástica y liposucción, adquiere aún más rigor los malestares que padecen tanto ellas como ellos y lamentablemente, las AAS no son las únicas drogas que conforman en dopaje de las y los culturistas; otro medicamento que se administra y que se lo puede adquirir fácilmente en los círculos de los gimnasios especializados en tener salas de musculación o *ferreros* es la efedrina, a menudo empleada para regular los procesos febriles, a continuación, la siguiente cita:



La efedrina también ha sido una droga popular entre las culturistas, ya que ayuda a reducir la grasa corporal general pero no tiene efectos masculinizantes como las AAS (...) la efedrina está disponible legalmente y se comercializa ampliamente en los círculos del culturismo; los fabricantes a menudo patrocinan concursos y los productos de efedrina son a menudo promovidos en los gimnasios o insertados en productos de culturismo sin el conocimiento del consumidor. (Scott, 2011, p.10)

Como lo expone Amy Scott (2011) en su etnografía, se pone en evidencia -una vez más- la única razón por la que aún no se le considera al culturismo como uno de los deportes ‘limpios’ ocasionando que se lo ubique al margen del resto de deportes en los que no se sobrepasa los límites permitidos de consumo de ciertos suplementos, más que fármacos, puesto que el tema del dopping está penalizado.

Basándome en lo que he dicho, es pertinente decir que una de las experiencias significativas durante el período del trabajo de campo fue un día que, como de costumbre en ese tiempo, me encontraba desarrollando una sesión de observación participativa en el gimnasio; me percaté de que uno de los sitios más concurridos era la ‘sala de masajes’.

Este me pareció un detalle relevante, así que le solicité a una de mis interlocutoras que me contara qué es lo que se hacía en aquella sala, qué tipo de masajes se ofrecían y que me describiera el aspecto del lugar al cual me había sido imposible ingresar hasta entonces<sup>36</sup>.

Sin embargo, para sorpresa mía, en esa ocasión ella me permitió acompañarle y experimentar el ambiente del sitio que para mí era ‘la sala misteriosa’. Cuando estuvimos dentro, pude oler el intenso aroma a hospital y a sustancias químicas -fármacos- que se mezclaban con el aroma a sudor, tan inconfundible en los gimnasios. Así como la presencia de culturistas mujeres y hombres que esperaban su turno para ‘el masaje’<sup>37</sup>.

Del total de mis interlocutores, tanto hombres como mujeres, todos y todas admitieron consumir durante el lapso de mi investigación de campo o haberlo realizado algunas veces como parte indispensable de la preparación para el concurso de culturismo; también, me llamó la atención que, entre los hombres esto está aceptado y normalizado, pero, para ellas

---

<sup>36</sup> Esta experiencia está registrada en mi diario de campo de la visita del día 18/11/2019.

<sup>37</sup> ‘El masaje’ resultó ser el eufemismo que emplean los culturistas para referirse a la inyección de AAS o al consumo de suplementos que son extremadamente invasivos para la fisiología normal del metabolismo. Solo una minoría se someten a los masajes reductores y drenajes linfáticos que son realizados, generalmente, por los entrenadores.



es diferente el impacto que genera, porque admitir que se inyectan o que consumen este tipo de suplementos, significa ubicarse en el interior de la etiqueta de *marimacho*.

En esta misma idea, se evidenció durante la investigación que, cuanto más AAS o efedrina ingiere un culturista adquiere prestigio e incluso fama, así como, el hecho de que haya ajustado su cuerpo a las extremas exigencias del nivel profesional de esta disciplina, le encierra bajo el estigma de que es un -hombre malo- y, por consiguiente, es muy fuerte y resistente.

Sin embargo, en el caso de las mujeres, se entiende de una manera distinta; en primera instancia debido a que una mujer que paulatinamente adquiere características masculinas y masculinizantes en su aspecto físico es, en sí misma, más que una razón para que se le catalogue como “poco o nada femenina” y, también, por el hecho de que una “verdadera dama” no debe ingerir o inyectarse drogas.

Al contrario, lo que pasa con los hombres culturistas, las mujeres que consumen exageradamente las sustancias AAS, automáticamente, se desprestigian.

### CAPÍTULO III

La última sección de este trabajo está destinada a evidenciar, mediante el levantamiento de la información, la bifurcación que se da en el interior de la práctica profesional del culturismo, al fluctuar entre una práctica de acatamiento de normas estéticas y otra praxis que mira al culturismo como una resistencia<sup>38</sup>, manteniendo el interés en el análisis del género.

Lógicamente, tal como cualquier proceso de investigación cualitativa, es natural que lo que expondré, bajo ninguna manera busca elevarse a la categoría de verdad absoluta -si acaso existiese esa posibilidad en las ciencias sociales- más bien, pretende aproximar al lector a lo que, en última instancia, quiso compartirme Joha y quienes conformaron el grupo de mis interlocutores, de quienes valoro cada momento que compartimos en el trabajo de campo y en la vida misma.

---

<sup>38</sup> En esta perspectiva se mantiene Joha, aunque, tras el trabajo de campo se llegan a diferentes perspectivas que se especificarán en las conclusiones de la tesis.



De la misma forma, me gustaría sintetizar que el contexto de esta etnografía pertenece a una realidad que, hoy, ya no está en las mismas circunstancias, debido a la pandemia de Covid-19 que, por supuesto, alteró el estilo de vida de todos los sujetos hacia sí mismos y con respecto a sus actividades cotidianas, así que, en consecuencia, el contexto de los deportes no ha quedado fuera.

Entonces, reitero que esta investigación representa el gran valor del quehacer científico enfocado en los fenómenos sociales y que, como ya lo mencioné, corresponde a un proceso dialógico, en el sentido en que no solo mis interlocutores fueron *observados*, sino que, yo también fui partícipe de ese proceso dialógico que la antropología, como quizás ninguna otra ciencia social, nos brinda mediante el método de la observación participante.

En esta sección, profundizaré el tema de cómo es entendido y construido el género en los espacios de entrenamiento y competencia de los culturistas, a partir de la experiencia compartida con Joha y enriquecida con los demás interlocutores.

Para desarrollar este capítulo de una manera comprensible, consideré que debería iniciar bajo el siguiente subtítulo:

### **Las peripecias: Entre la rebeldía del gimnasio y el estigma sobre la tarima**

Cuando decidí -como investigadora- inmiscuirme en un elemento a través del cual se accede a interesantes matices en el interior de los fenómenos culturales, como es el deporte y el juego<sup>39</sup>, noté que, de cierta manera, mi presencia en el gimnasio era bastante rara, especialmente, porque solía asistir vestida con ropa casual y no deportiva.

Sin duda, esta experiencia es valiosa en cuanto se comprende la infinita importancia que, en los espacios como un gimnasio- se le otorga a la dimensión estética de los sujetos y que, de manera más evidente, recae en las mujeres y en los sujetos sobre quienes se emite juicios de valor, clasificándolos dentro de la comunidad GLBTIQ.

---

<sup>39</sup> Aquí es importante especificar que la diferencia entre “deporte” y “juego” se concentra en la noción de competencia y/o competitividad. El juego mantiene ese desinterés, pero, en el deporte siempre se compete.



Lo primero que realicé fue, sin duda, procurar fortalecer mi vínculo de amistad con Joha<sup>40</sup> y, por supuesto, aproximarme más a su entorno -especialmente cuando está en el gimnasio cumpliendo el rol de dueña- destaco esto porque, con el paso de las visitas a los gimnasios, era notorio que este rol -tan representativo- de ser propietaria de un gimnasio *fierrero* le otorgaba más “poder” sobre las mujeres que asistían a este espacio para mucho más que hacer ejercicio; en este sentido, la cita:

Ahora que estás haciendo las entrevistas, seguramente vas a encontrar historias profundas como también otras que son por vanidad, por logro personal, pero estoy segura que la mayoría de deportistas de esto, de élite, tienen una historia de dolor; dicen que es el dolor el que nos mueve, dicen que hay dos situaciones por las que las personas cambiamos y nos movemos profundamente: o porque encontraste tanto placer, o porque encontraste tantísimo dolor; esa Johanna fue puliéndose, fue mejorando, y no tengo la cantidad exacta del número de mensajes que he recibido de mujeres que me dicen “Joha usted me ha cambiado la vida directa o indirectamente”, que se han animado a bailar a pesar de que vivimos en una sociedad que critica fuertemente la apariencia física. (Joha. Entrevista personal. 11 de enero de 2020)

El contenido de la cita, sin duda, permite aproximarse al hecho de que Joha permanece fortaleciendo la autoestima de muchas mujeres que asisten al gimnasio. A partir de la pandemia de Covid-19 este sitio se alteró en cuanto a que los usuarios ya no pudieron ir de manera presencial, no obstante, eso no impidió que Joha continúe desarrollando concursos y transmitiendo las rutinas de bailoterapia a través de la red social Facebook. Sin embargo, el trabajo de campo de esta investigación finalizó antes de la llegada de la pandemia a Ecuador.

Entonces, a partir de ese contexto, decidí llamar al culturismo, como “el mundo de las peripecias” por el entramado que sostienen y, hasta cierto punto, se oculta tras los letreros de cada gimnasio.

Se había delimitado, además, que uno de los componentes esenciales para desarrollar la metodología de este trabajo, tendría que basarse en asistir a las charlas de fortaleza emocional -que son populares en varios contextos de la vida actual- que impartía Joha; también, sería indispensable observar el programa de entrevistas que conducía Joha junto a

---

<sup>40</sup> Menciono este detalle porque para esta investigación tuve que retomar una amistad que había sido, hasta cierto punto olvidada, por mi salida del gimnasio para dedicarme a mis estudios.



otras chicas del gimnasio y que, cuyo objetivo se basaba en fortalecer -lo que ellas denominaban- la *feminidad*.

Pero, si se intentaba desarrollar esta serie de programas con una respectiva transmisión en vivo a través de Facebook Live, seguramente alcanzarían a tener muchos *likes* y aún más, sabiendo que los nombres de estos programas fueron “Reinas” y “Punto G”<sup>41</sup> y ese espacio en una red social del alcance de Facebook, sin duda fue interesante, para comprender en qué perspectivas se mantiene el feminismo en los entornos de este grupo social; cuáles iban a ser lo que Joha y las chicas denominaron como “nuestras experiencias de empoderamiento”.

### **La “rebeldía” del gimnasio**

Sin duda alguna, cuando pensaba en la posibilidad de que el gimnasio sea entendido como una posibilidad para el cambio, como un “espacio puente” (Del Valle, 2001) todo este contexto, afianzó, esa reflexión; no solo porque se materializó -a través de la ejecución de estos programas de Joha- la percepción de que en la realidad contemporánea, los debates sobre los feminismos han retomado cada vez más fuerza, además, de expandirse en ambientes que, desde la misma praxis de ciertos grupos feministas, ha venido relegado y, por lo tanto, invisibilizado y estigmatizado.

Desde la óptica de la “rebeldía del gimnasio” las consideraciones que las culturistas dieron a conocer mediante las entrevistas realizadas en los programas dirigidos por Joha y, luego, por el material obtenido a partir de mi trabajo de campo, abonan mi criterio para sostener que, el espacio y la praxis que se posibilita en los gimnasios en los que estuve, encarnan, sin duda alguna, el deseo de estas mujeres por ser consideradas parte de esta “lucha feminista” que desea alzar la voz frente a las injusticias enraizadas por las diferencias entre géneros.

Es pertinente mencionar el hecho de que, como lo desarrolla Butler (1999), el tema del deseo es indispensable para, de cierto modo, esbozar las condiciones en las cuales se enmarca esta práctica que cristaliza una lucha feminista más y que, bajo ningún concepto,

---

<sup>41</sup> Hoy se puede acceder fácilmente a las entrevistas de estas páginas a través de la red social Facebook.



busca una autodenominación de los parámetros de si tuvo o no el proceso de búsqueda y realización del cuerpo deseado.

Se debe recalcar que no porque a las culturistas les guste maquillarse y que, de hecho, deban hacerlo para adaptarse a aquello para poder participar y poder ser calificadas para las competencias; sino que, mas bien, buscan ellas mismas ser en otro cuerpo, encarnar esa voluntad de trastocar su apariencia física radicalmente, y si bien este tipo de prácticas -desafían- el determinismo biológico, hasta cierto punto, de manera inconsciente; en los casos como el de mi interlocutora Jhoa, es una decisión tomada aunque sin una proyección real de los resultados y de las consecuencias de ese cambio que, además, no es gradual.

También, a través de esta autora, se fortalece la idea de que las constantes variaciones de lo que se requiere modificar, se concentra, en un proceso de búsqueda en los que, de forma clara, lo menciona Butler (1999) cuando dice “el cuerpo que siempre ha sido considerado un signo cultural, limita los significados originarios que origina”. (Butler, 1999, p.159)

Así, el cuerpo, en tanto es entendido teóricamente como un signo cultural por Butler (1999), hace que se convierta en una necesidad imperante el hecho de que se estudie y analice las posibilidades de creer que, esa búsqueda de permanecer o de ser en otro cuerpo es, ciertamente, una de las posibilidades mediante las cuales se puede construir y abrir las posibilidades de mirarlo, independientemente, de ese clásico binarismo “masculino” y “femenino”, y de ese modo, comparto con lo dicho por esta autora, que mira y analiza el problema del género desde una concepción de que cada vez es más problemático categorizar o etiquetar un cuerpo bajo un género solo por como luce.

Esta perspectiva, me permite entender aquellas otras dimensiones que se tejen acerca del género, y que en mi rol de investigadora, me ha dado cierta accesibilidad dadas las condiciones paradigmáticas que, en el siglo XXI encierra la problemática del género que, en este trabajo, es compartido en el sentido de que, al igual que los culturistas no sienten una completa satisfacción con su apariencia física -con la forma original de su cuerpo-; tampoco los miembros de la comunidad GLBTIQ lo experimentan, además, lo que digo, se basa en lo que Butler (1999) menciona como un “contenido fantasmático de la identidad” (Butler, 1999, p.130) lo que significa, para explicarlo en otras palabras, que la práctica deportiva de los



físico culturistas representan un proceso de una búsqueda de identidad que se enmarca en “el falo”, en este sentido, Butler (1999) se vale de la psicología lacaniana a fin de desarrollar esta búsqueda, cuyo enfoque es el *falo* y, por tanto, la testosterona, lo masculino.

No obstante, el inconveniente que tienen ellas con respecto a otros grupos con quienes comparten este sentir, radica en que las culturistas, en cuanto a su praxis deportiva, se ubican como agentes que, más bien, ahondan esas distinciones -en el sentido de que son mal vistas por maquillarse excesivamente para las competencias, e incluso, para ir a entrenar, por vestirse y catalogarse como “apetecibles” o “llamativas” para los hombres, por buscar, a través del uso y abuso de los Esteroides Andróginos Anabolizantes o AAS un *proceso de masculinización* que, además, hasta cierto punto, es inconsciente- hasta el punto de considerar que la negación de su naturaleza de mujeres<sup>42</sup> es el paso principal para *empoderarse*.

De esta manera, cumplen la peripecia principal que es, justamente, negarse a su apariencia original; lo que desean es cambiar y, en muchas ocasiones, ese cambio, está permeado por estigmas sociales que les conduce a consumir deliberadamente -y abusar- de sustancias químicas, tales como los suplementos y, principalmente, los fármacos.

En consecuencia, una de las directrices principales está básicamente en que sufren trastornos psicológicos, como, por ejemplo, la vigorexia; y que, siendo estimuladas por la baja autoestima, optan por forzar la fisiología de su cuerpo y desarrollan conductas adictivas que les afecta a la salud, muchas ocasiones, con resultados irreversibles.

Durante las visitas a los gimnasios, evidencié que, tanto ellas como ellos se apoyan en los juicios de valor de los que, normalmente, son *objeto* y esto les “motiva” para conseguir una apariencia que, a decir de este grupo, se ajusta a los cánones occidentales.

Sin embargo, cuando conversábamos sobre las resistencias que ocasiona en la familia en el momento en el que les avisan que han optado por este estilo de vida, las reacciones fueron negativas en la vida de todas mis interlocutoras.

---

<sup>42</sup> En el sentido de que no les agrada tener celulitis, estrías y flacidez; se oponen, a que se les catalogue como “flacuchentas” y, como respuesta a esto, se inyectan o toman anabólicos que, al contener testosterona, provoca un mayor desarrollo de masa muscular que, obviamente, la fisiología de la mujer no funciona así.





Así, para Joha, esta decisión representa, hoy, un acto de rebeldía con causa; lo mismo le sucedió a Lis, quién está compitiendo actualmente de una manera más activa que Joha; lo que digo, se puede esclarecer en la siguiente cita:

Bueno, si había gente que me decía -tienes mucho músculo, tu espalda está muy grande- inclusive un cliente en mi local, me dice que a ella no le gusta el hecho de que yo entrene, que le conoce a una persona que es Miss Cuenca, que a ella eso le parece muy masculino, siendo categoría bikini; entonces, a mí, me decía que una mujer con una espalda muy grande le parece que ya es muy masculino, me decía que por qué entreno mucho y yo solo escuchaba y sonreía y ya como que esos comentarios no me afectan porque sé que, para llegar a donde hemos estado nosotros dos, es un camino muy largo, de mucha disciplina y es algo que a nosotros nos gusta, quizá cuando recién comenzaba sí me hubiera afectado un poco más, de hecho sí me afectó cuando mi familia vio cambios en mi cuerpo, mi tía me decía – no hagas tanto brazos, no hagas tanto espalda, que ya se te ha crecido mucho- entonces, al inicio como que sí me desbalanceaba, pero, ahora ya no me afecta, más han sido comentarios así de las propias mujeres que de los hombres, parece que a los hombres les gusta más ver a una mujer con músculos. (Lis y Bryan. Entrevista personal. 2 de febrero de 2020)

Partiendo de la cita, es evidente que, al comienzo de las carreras deportivas de mis interlocutoras, sufrieron de las ideas que recaían sobre sus cuerpos; esto es interesante porque, indiscutiblemente, está normalizado en la sociedad que se discuta mucho sobre la apariencia de las mujeres, mientras que a pocos les importa cómo lucen los hombres.

Lo que menciono es relevante, porque, recordando el tema de los estigmas que se generan en el interior de los grupos y los formatos a los que mis interlocutoras deben ajustarse para ser aceptadas y catalogadas como mujeres culturistas; sale a la luz que los esquemas de aquella rebeldía que, para cierto grupo, representa el gimnasio, no es un sentir general.

En este sentido, la siguiente cita muestra, a través de lo que me compartió Lis y Joha, las maneras en las que se tratan entre ellas, prestando atención, especialmente, en la rivalidad que, tristemente, siempre caracteriza a las mujeres:

En el deporte siempre ha existido bastante hipocresía, porque por un lado te dicen - wow ve cómo estás, estás bien, has mejorado- se dan la vuelta y dicen -ah es que esta está mal- y así hipocresía y en las competencias se nota demasiado e incluso en el gimnasio, por el hecho mismo de la competitividad, entonces, también depende de los gustos de la persona; por ejemplo, un físico culturista obviamente, de hecho yo misma me he burlado de los calistenia, porque son muy delgados, porque a mí me encantan los culturistas y me gustan los músculos en mí misma y yo jamás (me dice



refiriéndose a Bryan cuando él le dice que va a competir en men's physic) y yo le digo -te voy a matar si compites en esa categoría- porque no me gusta, pienso que son chicos que no comen lo que es para tener cuadros, que son desnutridos, y de ahí, la hipocresía siempre hay entre hombres más que entre mujeres, siempre te van a decir estás mal, te quedan viendo, eso hay tanto en el gimnasio como en las competencias y hasta en el público, porque a veces van solo por criticar y te dicen -ah es que ve cómo está, le falta esto y lo otro, está mal pintada. (Lis y Bryan. Entrevista personal. 2 de febrero de 2020)

De esta manera, se mantiene lo que sería la diversidad de maneras que tienen ellas para experimentar este deporte que, precisamente, se mantiene en un sitio periférico con respecto a otros; también es importante destacar el rol que, a pesar de todo, prevalece en ellas más que en los hombres, ya que, como se ha desarrollado a lo largo de los anteriores capítulos, son patentes, además, en la práctica diaria de los médicos.

### **Las peripecias: el estigma sobre la tarima**

Indiscutiblemente, no siempre que una culturista se prepara, significa inmediatamente que está lista para presentarse a una competencia; de alguna manera, se trata de especificar que tanto las condiciones psicológicas y físicas en las que se encuentran ellas en el momento de *secarse*<sup>43</sup> determina si están aptas o no para debutar en un certamen de físico culturismo.

En el proceso de la competencia, culmina un logro personal de ellas y ellos; sin embargo, específicamente, sobre las culturistas recae, si se quiere, el dolor superado; esa tristeza y/o maltrato que ha muerto en los fierros del gimnasio.

Entonces, en este momento es en donde le sitúo como un ritual al momento de la competencia y, lo que menciono, se hace patente en lo siguiente:

Te cuento que cuando estuve en el back stage me di cuenta de que todas eran chiquitinas, jovencitas de 18 y 20 años y que no había nadie de mi edad, de hecho, yo fui la primera en Cuenca en competir a los 37 años y, el día de la competencia, fue cuando abrí los ojos y dije ¡wow realmente me preparé para la competencia! y en la competencia que tuvimos en Guayaquil me di cuenta de que, realmente, estaba lista para salir de ese rollo emocional. A nivel emocional fue una experiencia totalmente

---

<sup>43</sup> Se le denomina “proceso de secado” al momento en el que los culturistas tienen prohibido comer frutas, vegetales y verduras, y tampoco se les deja beber jugos y agua; sino que, tienen que comer chocolate, leche condensada, un pastel completo para generar lo que ellos llaman “un shock metabólico” que es lo que les ayuda a quemar los “gorditos” que no han desaparecido a pesar de las rutinas de entrenamiento diario y de la dieta que siguen de manera exhaustiva.



positiva porque cada dolor que tenía durante el entrenamiento, me hacía pasar una etapa más de dolor, porque te cuento que ese matrimonio pasó muchísimo dolor profundo, no era solamente el hecho de que el matrimonio estaba cayendo, sino que había una traición, era el hecho de que, me cambiaron, y mi autoestima estaba en el piso y, aparte de eso, tener dos jóvenes que en ese momento estaban adolescentes y un niño pequeño de cuatro años y mi único ingreso era la bailo, no tenía ningún otro ingreso económico y en ese tiempo, mi entrenador fue una parte vital porque él me hacía repetir y yo lloraba entrenando, me hacía gritar que soy una mujer fuerte, me hizo repetir tantas veces hasta que me creí y me creí que podía salir de eso, me creí que podía tener mi casa y me creí que podía mejorar mi situación financiera y me creí fuerte como para dejar la dependencia emocional y empecé a creer en mi gracias a que sentía que era fuerte físicamente. (Joha. Entrevista personal. 12 de marzo de 2020)

Tal como me contó Joha en esta entrevista, se comparte este patrón del dolor mediante el cual las y los culturistas -más en el caso de ellas- es superado a través del acto de relacionarse con las pesas diariamente durante un tiempo determinado y, siempre, manteniéndose pendientes de todas las exigencias que este proceso lo requiere, en este sentido Gooldin (2008) se refiere a este proceso como una moralidad encarnada en la que el dolor, el ahínco y el sudor actúan como operadores de prestigio a nivel individual y grupal. (Gooldin, 2008, p.148)

También, es interesante la manera en la que se les cataloga a ellas ya en el día del certamen, para ejemplificar esto, mi interlocutor mencionó que “en ese instante no se le ve la hermosura a nadie, todos ven el cuerpo de todos, nadie presta atención a la cara (...) en los hombres el rostro pasa a un segundo plano, en las mujeres no obviamente y de hecho uno de los parámetros es la feminidad, la belleza” (Bryan. Entrevista personal. 5 de enero de 2020) como se evidencia, el rostro es un símbolo de feminidad solo en el caso de ellas, de hecho, es indispensable en el momento de situarle como “femenina” o “masculinizada”.

Sin embargo, el hecho de que exista una clasificación en el interior de esta disciplina, ya que, por una parte, algunas de ellas están ubicadas como “femeninas”, mientras que, otro grupo, es agrupado bajo la denominación de “masculinizadas”.

Ya a esta altura de la investigación, me enfoqué en hallar la lógica a esta distinción y, precisamente, se basa en los procedimientos de suplementación y farmacología a los que ellas, sin duda, no escapan.



## Las “revelaciones” en el gimnasio versus los secretos médicos

Para continuar con lo expuesto, como ya se sabe, tanto ellas como ellos consumen esteroides andróginos anabolizantes o AAS -por lo menos alguna ocasión durante sus períodos de entrenamiento- motivo por el que se sienten, como grupo, fuertemente criticados y encasillados, inclusive como *anormales* u *obsesionados*.

En este aspecto, existen dos cuestiones trascendentales: lo primero es que este grupo mantiene ciertos hábitos de consumo de AAS que, supuestamente, se ubican debajo de las tradiciones del físico culturismo -especialmente, del practicado por hombres- y, en segunda instancia, está el hecho de que mediante las entrevistas que realicé a dos cirujanos plásticos, cuyos pacientes son, un gran grupo de culturistas -hombres y mujeres- quienes están anonimizados en este trabajo.

Entonces, mientras Bryan me comentaba acerca del proceso de *secado* al que todo culturista debe someterse para llegar al día de la competencia; me comentó lo siguiente con respecto a la falta de cuidado con el que consumen, específicamente, los fármacos:

Es triste, porque hay personas que llegan sin ningún conocimiento, yo he visto que cualquier competidor, por ganarse dinero o la fama de sacar gente a competir, por ejemplo, una chica que está bien, pero, llega al gimnasio sin tocar una pesa; entonces, medio le moldea algo con las pesas y quiere sacar a competir y quiere rebasar ese límite para que la chica salga bien para que le digan que él es el entrenador y le mete tantas sustancias que como usted dice, sí sale bien en la competencia, pero ya después vienen las consecuencias de las drogas o de los fármacos, hay diuréticos y quemadores de grasa o aceleradores metabólicos o los anabólicos. (Bryan. Entrevista personal. 12 de enero de 2020)

Este contenido contrasta -hasta cierto punto- con la información que me proporcionó uno de los médicos cuando me explica que en su trayectoria como cirujano y propietario de una prestigiosa clínica estética en Cali – Colombia.

Especialmente, cuando llegan ellas a la consulta, el principal efecto nocivo del uso irresponsable de los AAS se basa en que crece el tamaño de la vagina, también padecen de un engrosamiento en el tono de la voz y en la estructura muscular del rostro -especialmente de la mandíbula- y que, lo que les causa un malestar intenso es que pierden el apetito sexual; sobretodo, entendiendo que cuanto más de estas sustancias -que son fisiológica y



psicológicamente adictivas por los resultados que se obtienen a corto plazo- disminuye a la misma rapidez su libido (Diario de campo. 22 de febrero de 2020). En este sentido, lo que registré durante esta entrevista, se fortalece con lo que me contó Joha:

Con respecto a las parejas, existen físico culturistas que están solos y solas, como existen parejas en las que si ella está gorda y él también porque si la esposa está gorda y el esposo está en un muy buen estado físico esa pareja no va a equilibrar, eso aplica en lo económico, en lo físico, en lo emocional, en lo espiritual; es como cuando empiezas a crecer y la otra persona se detiene, en tu campo energético no entra, tu energía ya no se comparte con la de él y en el fisicoculturismo es igual porque se come a horas y si tú estás con una pareja que no entiende eso, que no entiende que no puedes comer ciertas cosas, al menos cuando estás enfocada en una competencia, esa relación no va por ningún lado, porque tienes que dormir lo suficiente, tienes que entrenar a unas horas específicas y te vuelves a ti; una de las mejores maneras para regresar a ti es a través del deporte y aparte de todo eso, el deporte te ayuda muchísimo a ser disciplinado y yo creo que la disciplina es la base, porque dejas inclusive a tus amistades, el tiempo que estás entrenando eres solo tú, por eso a los físico culturistas les llaman los adonis, porque para llegar a un nivel así, eres tú contigo y solo contigo te vuelves egoísta, egocéntrico, te vuelves individualista (...) ahora de que los hombres se meten químicos, es tu cuerpo y con respecto a las mujeres pienso que todo lo que no está en equilibrio, tiene algo escondido; yo respeto mucho a las mujeres que se ponen cosas, pero detrás de eso hay mucho dolor no superado / yo apoyo a las chicas que quieren hacerse una cirugía estética si es para ti, estoy de acuerdo con las cirugías estéticas, pero no cuando lo quieres para buscar un novio (...) la cirugía estética te quita la grasa visual, lo que tú y los demás ven, pero el estilo de vida no te quita, tus problemas emocionales no te quitan, ni tu disciplina, ni tu manera de ser. (Joha. Entrevista personal. 11 de enero de 2020)

Entonces, el hecho de que las y los culturistas solamente puedan enamorarse entre ellos, se basa -a decir del médico- en que es obvio, puesto que solo así llegan a comprender y compartir la inapetencia sexual, además de los otros hábitos que comparten como los exhaustivos entrenamientos y el régimen alimenticio.

En este sentido, al direccionar estas experiencias de campo en esta etnografía, me permiten reflexionar y compartir lo que afirma Bordo (1990) cuando se refiere a la práctica del culturismo específicamente practicado por las mujeres:

El culturismo más competitivo no puede considerarse una forma de resistencia porque defiende las construcciones sociales de la feminidad (...) en el culturismo, estas formas feminizadas son símbolos de normas socialmente aceptables de feminidad. El culturismo, desde esta perspectiva, simplemente promueve los



estándares normativos de feminidad y de belleza. Mientras que algunas de las mujeres involucradas en el culturismo afirman que este deporte promueve la autoestima y el atractivo estético, es importante reconocer que, este ideal estético, se basa en lo que los hombres encuentran atractivo y no necesariamente en lo que estas mujeres hallan atractivo (...) las mujeres se ven obligadas a comprometer su sentido de sí mismas al cumplir con las extensiones de cabello obligatorias, el bronceado excesivo, consumo de AAS, dietas poco saludables e, incluso, cirugías plásticas. (Bordo, 1990, p.12)

En cuanto a las reflexiones acerca del género, esta cita de Bordo (1990) mantiene una estrecha relación con el sentido de la búsqueda de un nuevo sentido de sí mismas que experimentan las culturistas y que, en el momento de la competencia, se sienten gratificadas y premiadas, hasta cierto punto, por haber logrado adaptar su cuerpo y rostro a los cánones que les son impuestos en el interior de la praxis del culturismo.

No obstante, es importante comprender que las y los culturistas no cargan con el peso de la apariencia física de un mismo modo, debido a que el cumplimiento de esos ideales corporales hegemónicos en el caso de ellas se vive por parcelas, mientras que los hombres lo experimentan de forma holística. (Esteban, 2004, p.73)

Desde este punto de vista, se evidencia también la doble arista en el caso del ellas porque, sin duda, les permite empoderarse de su cuerpo al lograr moldearlo hasta lograr competir y, en segunda instancia, está presente la noción de cumplimiento que ya lo he mencionado a lo largo de las anteriores secciones.

Sin embargo, rescato el hecho de que el culturismo es una disciplina deportiva que les hace sentir poderosas al *masculinizarse* y también, al igual que los hombres, desarrollar tal cantidad de músculo y minimizar la tendencia de acumular grasa -debido a la testosterona contenida en las sustancias anabolizantes andróginas- pero, el gimnasio, continúa mirándose -desde las mujeres culturistas- como un espacio masculinizado y, desde esa perspectiva, les permite desarrollar su óptica del feminismo.

## CONCLUSIONES

Dificultades subjetivas. Peligro de la observación superficial. No «creer». No creer que se sabe porque se ha visto; evitar todo juicio moral. No asombrarse. No indignarse. Intentar vivir en la sociedad indígena. Elegir bien los testimonios. (...) Se buscará la objetividad tanto en la exposición como en la observación. Decir lo que se sabe, todo lo que se sabe y nada más que lo que se sabe.



Es difícil seguir al pie de la letra lo que menciona Mauss (1926) especialmente cuando se ha logrado compartir un tiempo de vida con quienes realicé esta tesis. Ellas y ellos, inmersos en las prácticas que llevaban a cabo en los gimnasios, posibilitó que mi perspectiva, tras el desarrollo de esta tesis me facilite comprender más acerca de ciertos entornos que son normalmente invisibilizados desde la academia.

En este sentido, mi primera conclusión tiene que ver con el hecho de que debe realizarse más investigación en los entornos deportivos porque son ámbitos que han pasado desapercibidos desde la perspectiva de la antropología.

En segundo lugar, es indispensable sujetarse al hecho de que las condiciones que delimitan los procesos de investigación deben ser indagados en base a otros aspectos que se concretan en los encuentros y desencuentros que, desde el quehacer académico, logra mantenerse e incluso perpetuarse; en este caso, el tema del género pretende ser una rama indispensable de estudio antropológico, especialmente, en virtud de lo que durante un gran tiempo ha sido estudiado y complejizado como en un consenso social.

En este sentido, cito lo siguiente: “no se trata de que el cuerpo no exista como materialidad, no se trata de negar la materia del cuerpo en pos de un constructivismo radical, simplemente, trata de insistir en que no hay un acceso directo a esta materialidad del cuerpo. Solo es posible el acceso a lo material, a través de la lente conformada por el imaginario social” (Della Ventura González, 2016, p.12). Así que, desde esta perspectiva, se mantiene lo que teoriza Butler (1999) con respecto a la dicotomía sexo – género, situándola como una construcción social de la que no puede escapar a un contexto específico, sino que, mas bien, se debe comprender su contexto a partir de la evolución de las olas del feminismo.

En este sentido, y centrándome en lo que se debe identificar en esta tesis que es la construcción del género; expongo en tercer lugar que, al ser el género, un terreno movedido cuando se trata de analizar las condiciones de interacción que diariamente experimentan los individuos pero que pasan desapercibidos en determinados entornos -como lo es el gimnasio- en este trabajo, me gustaría enfatizar en que, el aspecto del género inmerso en ciertas



dinámicas sociales, representa, un derrotero constante del que aún nos queda mucho por pensar, cuestionar e indagar.

Concluyo que todavía está mucho trabajo pendiente para la antropología porque debe investigar ciertos entornos de las actividades deportivas que, cada vez, incrementan su rol en las sociedades contemporáneas, en tanto que como lo dice Alabarces (2013) “ya no se consideran actividades periféricas para conocer la cultura, sino, centrales”. (Alabarces, 2013, p.11)

El espectro de la práctica deportiva del físico culturismo se construye con respecto a las cualidades que experimenta este grupo social y que, en una conexión con el enfoque de género, concluyo que, esta disciplina deportiva, a pesar de que, ya desde hace un tiempo atrás, se ubica como una característica esencial de las expresiones que se concentran en el siglo XXI y que, como tal, se entrecruza constantemente con otras disciplinas como la historia, que nos permite ubicarnos temporalmente, y si se desea, comparar con aquello que se va construyendo y deconstruyendo entorno al entendimiento social que tiene el cuerpo en la contemporaneidad en relación con sus anteriores lecturas que responden a otro contexto.

Sin embargo, nunca se podrá dejar a un lado el hecho de que el culturismo es una actividad cultural más, y por lo tanto, no puede ser invisibilizada como un tipo de resultado o respuesta a un contexto social específico; y con respecto al género, se desarrolla al igual que lo menciona Scott (2011) se mantiene como una categoría histórica.

A partir de mi trabajo etnográfico, concluyo que existen posibilidades para entender que la construcción del género desde las dinámicas sociales que surge desde el gimnasio, enmarca, una gama de circunstancias que, tal y como lo menciona Judith Butler (1999) se enfocan en una experiencia vital que quiere ser en otro cuerpo, en otro envase que materialice esas frustraciones o ese proyecto realizado de ser otro sujeto.

Tanto las mujeres como los hombres miran en el gimnasio un lugar, esencialmente masculinizado y, esta perspectiva ocasiona que ellas converjan en unos aspectos con ellos y diverjan en otros; sin embargo, esto es contra productivo a veces porque hace que prevalezcan los estigmas sociales que es uno de los parámetros mediante los cuales no se debe continuar normalizando aspectos como la negación de ciertos cuerpos en la





participación de los certámenes de físico culturismo, tal y como sucede con los concursos de belleza en el marco de lo que genera la elección de una reina y, especialmente, destaco mi visión crítica acerca de la prohibición de que los cuerpos GLBTIQ se inscriban y debuten en los concursos de esta disciplina deportiva.

Las mujeres ejercen un vínculo esencial en lo que tiene que ver con lo que se considera un “espacio puente para el cambio” (Del Valle, 2001). Mi conclusión, en este aspecto, es que, mediante el acto de involucrarse en los ámbitos deportivos, se posibilitan ciertas pautas - como la creación de más salas de musculación con máquinas más adecuadas para el cuerpo de las mujeres- para que los sistemas sexo genéricos sean más equitativos.

También este aspecto posibilita “liberar” esos deseos de ser otro (Butler, 1999) y tan solo por eso, es una actividad rebelde en cuanto a las construcciones de género. Es importante recalcar el hecho de que las condiciones de entrenamiento de ellas son igual de intensas que el de los varones y, este aspecto, actúa como un indicador de la incorporación de las prácticas de fuerza y resistencia física en el culturismo que se llevan a cabo, indistintamente de su género.

También, este trabajo nos permite recordar que, desde la antigüedad, han mutado las ideas acerca de la construcción o *moldeamiento* solo de aquellos tipos de cuerpo, tanto femeninos como masculinos; sin embargo, los planteamientos que se relacionan con determinados postulados teóricos, tienen que ver con las construcciones culturales por las que se mantienen vigentes ciertas nociones que, socialmente, son normalizadas y otras que, son estigmatizadas a pesar de que el tiempo ha transcurrido.

Una de las conclusiones más evidentes está en que el asunto de los límites del género tiene que ver más con ciertos enfoques determinantes del tema del deseo, que en lo pertinente a las condiciones trascendentales que tuvo el género originalmente.

En este sentido, se mantienen presentes las constantes simbologías por las que han atravesado las nociones o las insignias acerca de la distinción entre género y sexo -además de ser una dicotomía típica- que ha sido, parcialmente, desatendida durante décadas.



Una de las condiciones trascendentales de los estudios acerca del género, se relaciona con el deseo; no solo el que típicamente se lo relaciona con lo erótico, sino, con aquel proceso de búsqueda de lo que perseguimos -en esta ocasión, en un sentido estético- a través de las condiciones sociales dentro de las cuales, ubicamos una corporalidad específica que- a decir de Judith Butler (1999) tiene ciertas cualidades en cuanto no se permite que determinadas condiciones se empapen de otro tipo de normatividades.

Sin duda, queda mucho por investigar y estructuras mentales que mover; la antropología es una disciplina privilegiada porque permite acceder a una auténtica deconstrucción y, desde esa óptica, pensar en un mundo más asertivo, incluyente y empático y menos estigmatizante e instrumentalizador.

## **BIBLIOGRAFÍA / LINKOGRAFÍA**

Alabarces (2013). *Deporte y sociedad en América Latina: un campo reciente, una agenda en construcción*. Universidad de Buenos Aires, Argentina. Recuperado el 10/12/19 en PDF: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0185122515716437>

Bourdieu, P. (2007). *El sentido práctico*. Editorial Siglo XXI, Buenos Aires, Argentina.

Bordo, S. (1990). *Nervous Anorexic: Psychopathology as the crystallization of culture*. Northeastern University. Boston, USA.

Borja, K. (2016). *La lucha silenciosa de las mujeres en las ligas barriales de Quito-Ecuador*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Recuperado el 20/05/20 en PDF: <http://revistasacademicas.ucol.mx/index.php/generos/article/view/741/pdf>

Butler, J. (1999). *El género en disputa: el feminismo y la subversión de la identidad*. Editorial PAIDÓS, edición 2007. Barcelona, España.

Castells, M. (2010). *Globalización, identidad y Estado en América Latina*. Siglo XXI editores. México. Recuperado el 12/12/19 en PDF: [https://flacsoandes.edu.ec/sites/default/files/agora/files/1266426228.globalizacion\\_castells.pdf](https://flacsoandes.edu.ec/sites/default/files/agora/files/1266426228.globalizacion_castells.pdf)

Cortés Severino, C. (2017). *Resituando el diario/bitácora/sketch en la producción de conocimiento y sentido antropológico*. Revista Íconos, número 59. Quito, Ecuador. Recuperado el 2/02/19 en PDF: <https://revistas.flacsoandes.edu.ec/iconos/article/view/2612/1781>

Daniels, D. B. (1992). *Gender (Body) Verification (Building): Play and Culture*. University of Toronto. Canadá. Recuperado el 12/01/21 en: [https://www.thecanadianencyclopedia.ca/en/article/toronto?gclid=EAIaIQobChMIz\\_GozYy27wIVF2KGCh3ZmwOHEAAYASAAEgKCzPD\\_BwE](https://www.thecanadianencyclopedia.ca/en/article/toronto?gclid=EAIaIQobChMIz_GozYy27wIVF2KGCh3ZmwOHEAAYASAAEgKCzPD_BwE)

Delgado, C. (2014). *Regulación, representación y experiencia del cuerpo deportivo femenino: Tres formas de ver a las mujeres en el ring*. Revista del Laboratorio de



Etnología María Eugenia Bozzoli Vargas. Escuela de Antropología, Universidad de Costa Rica.  
Recuperado el 11/11/18 en PDF:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5577458>

Del Campo Tejedor, A. (2003). Investigar y deconstruir el estigma en barrios marginales: un estudio de caso. Universidad Pablo de Olavide. Sevilla, España.

\_\_\_\_\_ (2017). Maneras de pensar: del alma primitiva al giro ontológico. Imprenta general de la Universidad de Cuenca. Formas de lo humano ediciones, Cuenca, Ecuador.

Del Valle, T. (2001). Asociacionismo y redes de mujeres. ¿Espacios puente para el cambio? Anuario de hojas de Warmi, número 12, Madrid, España. Recuperado el 5/09/20 en PDF: <https://revistas.um.es/hojasdewarmi/article/view/166531>

Della Ventura González, F. (2016). Género, identidad y performatividad en Judith Butler. Sección de Filosofía, Facultad de humanidades de la Universidad de La Laguna. S.I. Recuperado el 2/06/21 en PDF:  
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/2642/GENERO,%20IDENTIDAD%20Y%20PERFORMATIVIDAD%20EN%20JUDITH%20BUTLER.pdf.txt;jsessionid=D91C6E902FE71FC70E6821D60CC774FB?sequence=2>

Díaz Cruz, R. (2006). La huella del cuerpo: tecnociencia, máquinas y el cuerpo fragmentado. Universidad Autónoma Metropolitana. Tópicos del Seminario, Puebla, México. Recuperado el 4/03/20 en PDF:  
<https://www.redalyc.org/pdf/594/59401606.pdf>

Esteban, M. (2004). Antropología del cuerpo: Género, itinerarios corporales, identidad y cambio. Serie general universitaria. Ediciones Bellaterra, Barcelona, España.

Ferrús Antón, B. (2005). ¡Que la fuerza te acompañe! Culturismo y cultura popular. Universidad autónoma de Barcelona, España.

Flórez, V. Giraldo, J. Bedoya, L. (2014). Representaciones sociales de cuerpo en cuatro hombres fisiculturistas de ciudad de Cali. Revista de Ciencias Humanas. Volumen N° 11. Universidad de San Buenaventura, Cali, Colombia.

Foucault, M. (1975). Historia de la sexualidad 1: La voluntad de saber. Siglo Veintiuno editores. Buenos Aires, Argentina.

Goffman, E. (1995). Estigma: la identidad deteriorada. Editorial Amorrortu. Buenos Aires, Argentina.

\_\_\_\_\_ (1997). La presentación de la persona en la vida cotidiana. Amorrortu Ediciones, Buenos Aires, Argentina.

Gooldin, S. (2008). Being Anorexic Hunger, Subjectivity and Embodied Morality. S.e. Buenos Aires, Argentina. Recuperado el 8/11/19 en PDF:  
<https://www.redalyc.org/pdf/139/13938788010.pdf>



- González, M. (1998). La Educación Física: fundamentación teórica y pedagógica. en VV.AA.: Fundamentos de Educación Física para enseñanza primaria, Volumen I. Barcelona, España. Recuperado el 12/01/21 en PDF: [Dialnet-LosContenidosDeLasCapacidadesCondicionalesEnLaEduc-3215949.pdf](#)
- Guber, R. (2001). La etnografía: método, campo y reflexividad. Grupo Editorial Norma, Buenos Aires, Argentina.
- Kornblit, A. (2007). Juventud y vida cotidiana. Editorial Biblos, Buenos Aires, Argentina.
- Le Breton, D. (1990). Antropología del cuerpo y modernidad. Segunda edición. Ediciones Nueva Visión, Buenos Aires, Argentina.
- \_\_\_\_\_ (2002). La sociología del cuerpo. Nueva Visión, Buenos Aires, Argentina.
- Mauss, M. (1926). Manual de etnografía. Colección de la biblioteca Paul-Émile-Estorbo de la Universidad de Quebec. Recuperado el 11/02/21 en PDF: <http://bibliotheque.uqac.quebec.ca/>
- Moretti, M. (2019). Pole dance y nuevas performatividades: del estereotipo a la transformación del pole como deporte. Estudio de caso de los polers en Quito. FLACSO Ecuador. Recuperado el 5/10/19 en PDF: <https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/xmlui/bitstream/handle/10469/15502/TFLACSO-2019MJMP.pdf?sequence=8&isAllowed=y>
- Moscovici, S. (1979). El psicoanálisis, su imagen y su público. Anesa-Huemul. Buenos Aires, Argentina. Recuperado el 10/12/19 en PDF: <http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co/bitstream/10819/5368/1/1804-4005-1-PB.pdf>
- Muratorio, B. (2005). Historia de vida de una mujer amazónica: intersección de autobiografía, etnografía e historia. Universidad de Columbia, Vancouver. FLACSO Ecuador. Quito. Recuperado el 11/11/20 en PDF: [https://www.researchgate.net/publication/26484020\\_Historia\\_de\\_vida\\_de\\_una\\_mujer\\_amazonica\\_interseccion\\_de\\_autobiografia\\_etnografia\\_e\\_historia\\_Temas](https://www.researchgate.net/publication/26484020_Historia_de_vida_de_una_mujer_amazonica_interseccion_de_autobiografia_etnografia_e_historia_Temas)
- Nietzsche, F. (2005). La genealogía de la moral. Nueva visión. Traducción de la versión original de 1887. Buenos Aires, Argentina.
- Rodríguez, A. (2010). Cállate y entrena. Sin dolor no hay ganancia: Corporalidad y prácticas ascéticas entre fisicoculturistas amateurs. Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad N° 3.
- Sabino, C. (2000). Las drogas de Apolo: consumo de anabólicos en las academias de musculación. Revista Archivos en movimiento N° 2. Brasil.
- Sachis, J. E. (2012). Hombre-máquina: el paradigma de los cuerpos disciplinados. III Coloquio de Filosofía de la Técnica. Francia. Recuperado el 18 /11/19 en:



[https://www.academia.edu/5232658/Hombre\\_m%C3%A1quina\\_el\\_paradigma\\_de\\_los\\_cuerpos\\_disciplinados](https://www.academia.edu/5232658/Hombre_m%C3%A1quina_el_paradigma_de_los_cuerpos_disciplinados)

Sánchez, M. J. (2014). El músculo negado: placer artesano y relaciones socio afectivas en el culturismo femenino. *Cuerpo, sexualidades y poder. Gazeta de Antropología*. Sevilla, España. Recuperado el 15/12/20 en PDF: <http://www.gazeta-antropologia.es/?p=4618>

Sánchez, A. J. (2018). *Fisicoculturismo: orígenes antropológicos y connotaciones filosóficas*. Universidad Complutense de Madrid, España.

Sossa Rojas, A. (2015). Entrenar hasta que duela. Significaciones culturales asociadas al dolor y el cansancio en la ejercitación en gimnasios. Pontificia Universidad Católica de Chile, Santiago. Recuperado el 20/04/20 en PDF: <https://www.researchgate.net/publication/320610016>

Scott, A. (2011). Pumping up the pomp: an exploration of femininity and female bodybuilding. *Vis e vis: Exploration in Anthropology*, vol. 11. Universidad de Toronto, Canadá. Recuperado el 12/07/20 en PDF: <https://vav.library.utoronto.ca/index.php/vav/article/view/14941/12786>

Tuan, Yi-Fu. (1974). *Topofilia: Un estudio de las percepciones, actitudes y valores sobre el entorno*. Ediciones Melusina. Madrid, España.

Vasilachis de Gialdino, I. (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. Editorial GEDISA, Barcelona, España.

Wacquant, L. (2000). *Entre las cuerdas: cuadernos de un aprendiz de boxeador*. Siglo veintiuno editores. Edición del 2006. Buenos Aires, Argentina.

## **RECURSOS DIGITALES**

Blog: Etnografía del culturismo. López, P., López, A., Orcero, R. & Gallego, M. 2010. URL: <http://www.slideshare.net/patripatrilg91/etnografia-del-culturismo>

Blog: Vulcana, une femme forte. URL: <https://scriipt.com/2020/12/vulcana-une-femme-forte>

## **FUENTES PERIÓDICAS**

Diario El Mercurio de Cuenca. Personaje del día: médica y fisicoculturista, sección 1C, 8 de septiembre de 2019. URL: <https://ww2.elmercurio.com.ec/2019/09/08/portada-impresion-del-8-septiembre-2019/>

## ANEXOS



Archivo propio. (2019). Competidora y Jhoa.



Archivo propio. (2019). Interlocutor



Archive propio. (2020). Interlocutores entrenando cardio.



Archivo propio. (2020). Lis entrenando.



Archivo propio. (2020). Pizarra del gimnasio.



Archivo propio. (2020). Programa de mi interlocutora.