

**V Jornadas de Sociología**  
**Universidad Nacional de La Plata**

*Mesa:* modos del cuerpo: prácticas, saberes y discursos

*Ponente:* Profesora Ma. Emilia Napolitano.

*E-mail:* [emi\\_napolitano@hotmail.com](mailto:emi_napolitano@hotmail.com).

*Teléfono:* 155993629.

## **"El reflejo del cuerpo en la Educación Física"**

### Introducción

Si bien el fitness no forma parte de los Contenidos Básicos Comunes (CBC) de la Educación Física escolar, podemos considerar que cualquier práctica que involucre a lo corporal es parte de la Educación Física (aunque sea no formal).

Ambas, cuando hacen referencia a lo corporal, comparten aquella concepción de aquel cuerpo que se refleja a través de un espejo. Un cuerpo ligado a lo biológico, que no puede escapar de los músculos, las articulaciones, los sistemas (metabólicos, energéticos, respiratorio, circulatorio, etc.), y los huesos. En este sentido, aparece como aquello que se ve constantemente y se puede entrenar "hasta conseguir el máximo rendimiento".

Por el contrario, desde una visión de la Educación Corporal<sup>1</sup>, sin dejar de lado este organismo, consideramos al cuerpo como una construcción social, el cual se representa a partir de lo simbólico: el lenguaje; y por el cual, se inserta en la cultura.

El escrito intenta analizar una práctica en la que el cuerpo parecería ser la "herramienta"<sup>2</sup> más importante. Dicha práctica se puede observar en todos los gimnasios de la ciudad de La Plata y es el: fitness.

Téngase en cuenta que para la realización del mismo, se han hecho observaciones no participantes en tres gimnasios de la ciudad de La Plata, y se han efectuado entrevistas a alumnas que acceden a clases de todo tipo; desde las clases más tradicionales: step, aeróbica y localizada; como, así también, las últimas tendencias en el ámbito del fitness como lo son: fight do, jump fit, body pump, body balance, ubound, pilates, spinning, indoor, power fit, body attack, x-55, top ride, entre otros.

---

<sup>1</sup> La expresión educación corporal, en este caso, es tomada en el sentido que le ha dado Ricardo Crisorio cuando propone reemplazar esa denominación, es decir, casi como un antónimo de Educación Física.

<sup>2</sup> Consideramos que cuando se ve al cuerpo solamente como un organismo, el cuerpo aparece como un "objeto cosificado"; como si fuera una máquina que actúa sincronizadamente.

## Las clases de fitness y la obsesión de un cuerpo que se mira constantemente en el espejo

Para la sociedad occidental la imagen aparece como una carta de presentación. Muchas personas se pasan horas frente al espejo observándose, pensando, amándose, denigrándose, buscándose. ¿Buscando qué?, un cuerpo que parecería ser aquel que se puede ver a través de un espejo.

Muchas veces la admiración está ligada a lo superficial, pero aquel sujeto que no conserva y no obtiene aquella superficialidad, es despreciado y sometido a durísimos prejuicios. Según D. Le Bretón (2002): *"La presentación física parece valer socialmente como una presentación moral. Un sistema implícito de clasificación es el fundamento de una especie de código moral de las apariencias que excluye toda inocencia en la apariencia. La puesta en escena de la apariencia deja librado al actor en la mirada evolutiva del otro y, especialmente, al prejuicio que lo fija de entrada en una categoría social o moral por su aspecto o por un detalle de la vestimenta, también por la forma de su cuerpo o de su cara. Preferentemente, los estereotipos se establecen sobre la base de apariencias físicas y se transforman rápidamente en estigmas, en signos fatales de defectos morales o de pertenencias a una raza"*<sup>3</sup>.

Esta apariencia física, entonces, debe acompañarse de muchas horas en el gimnasio, utilizar productos de belleza, comprar la ropa que "está de moda", operarse, etc. Todas las empresas que comercializan el fitness, buscan, en algún punto, la insatisfacción de las personas; ya que gracias a esto, los sujetos se operan cada vez más, pasan horas y horas en un gimnasio (buscando la delgadez y la tonificación), gastan cada vez más dinero en ropas costosas, invierten en muchos más productos de belleza, etc. Hay un control cada vez más profundo sobre las personas, porque para lograr una "imagen corporal aceptable o normal"<sup>4</sup>, deben sumergirse a un poder en donde lo corporal es obsesivo, sometido, utilizado, transformado y perfeccionado por conseguir ese cuerpo que creen tener.

Y en este sentido, podemos agregar que, en palabras de Michel Foucault (1979): *"el dominio, la conciencia de su cuerpo no han podido ser adquiridos mas que por el efecto de la ocupación del cuerpo por el poder: la gimnasia, los ejercicios, el desarrollo muscular, la desnudez, la exaltación del cuerpo bello...todo está en la línea que conduce al deseo del propio cuerpo mediante el trabajo insistente, obstinado, meticuloso que el poder ha ejercido (...) sobre el cuerpo sano"*<sup>5</sup>. Así, aparece un cuerpo capaz de reivindicarse contra ese poder. Lo que antes se cubría, ahora se muestra. Es estimulado para estar desnudo, pero ese desnudo debe estar ligado a lo bello, lo bronceado, lo musculoso, a la delgadez. Entonces, vuelve a ponerse de manifiesto ese control (que nunca dejó de existir) sobre el cuerpo. Comienza a manifestarse una obsesión corporal cuyo fin único es: ser bello; por lo que para conseguirlo se "debería" asistir muchas horas por semana al gimnasio, mirarse constantemente en el espejo, pesarse, medirse, ponerse prótesis, etc.

Citando a Villar (1992), quién hace referencia a esta obsesión de lo corporal: *"En el trabajo para lograr la belleza y borrar los signos insoportables de la vejez y la muerte concurren, además del narcisismo, sentimientos opuestos: necesariamente debe haber deseos de muerte en quienes someten sus cuerpos a dietas feroces, a privaciones de todo tipo en nombre del hipotético hedonismo, a largas horas diarias de castigo en los aparatos de los gimnasios, a la violencia de la cirugía (...)"*<sup>6</sup>.

---

<sup>3</sup> Le Bretón D. (2002): La sociología del cuerpo. Ediciones Nueva Visión, Buenos Aires.

<sup>4</sup> El concepto de normalidad, trae aparejado cuestiones de poder; donde se ha identificado a las personas en relación a sus capacidades como "normal y anormal"; a través de la estadística (por ejemplo, a través de medidas estándar) y la psicología (por ejemplo, por el coeficiente mental). Cualquiera que no se encuentre dentro de los parámetros "normales" es despreciado, observado, denigrado, etc.

<sup>5</sup> Foucault, M. (1979): Microfísica del poder. Ediciones La Piqueta. España.

<sup>6</sup> Villar, E. (1992) "La dictadura de la belleza", en: Revista Página 30 n° julio '92. Editorial La Página, Buenos Aires.

Parecería que al cuerpo debe cuidárselo constantemente, curárselo, transformarlo, para que nunca se enferme. Entonces, se habla de enfermedades, de ejercitar el cuerpo, el equilibrio, el control motriz, de la postura, de la respiración, de respuestas fisiológicas, de un control del peso, de flexibilidad, etc. Por lo cual, habría que hacer todo lo posible para que este cuerpo esté sano y no se deteriore, y más aún, parecería que la medicina<sup>7</sup> con la ayuda del fitness (o cualquier actividad física) combatiría contra ese mal: la muerte.

Sin ir más lejos, dentro de los gimnasios<sup>8</sup>, y más específicamente en el sector de musculación y la sala de fitness, el lugar está rodeado de espejos. Cabe interrogarse: ¿cuál es el fin de los espejos? Si los espejos han sido instalados con el propósito de mirarse en el momento de realizar los movimientos (para realizarlos técnicamente "correctos"), entonces podemos pensar que muchas personas, más que detenerse en lograr una "buena postura", se detienen en analizar minuciosamente aquel cuerpo que observan.

Entonces, podemos pensar que muchos de los sujetos<sup>9</sup>, que acceden a distintos gimnasios de la ciudad de La Plata, analizan lo corporal constantemente. Pero este análisis, se convierte, muchas veces, en minucioso; ya que la mirada de lo corporal es fragmentada. Es decir, se mira y estudia cada parte del cuerpo por separado (muslos, glúteos, abdomen, cadera, brazos, etc.). Como si el cuerpo fuese un conjunto de piezas de un rompecabezas que se puede separar, ejercitar, cortar y adaptar cuando se desee.

Cada pieza del rompecabezas se estudia una y otra vez, y queda desdibujado el cuerpo por tres motivos:

1. Al concebir al cuerpo como un conjunto de sistemas, huesos, músculos y articulaciones.
2. Al ejercitarse por partes (piernas, glúteos, abdomen, brazos, etc.)
3. La obsesión por ser aquello que existe en el ideal del mundo occidente: la obsesión por un cuerpo con medidas irreales como los son: 90 centímetros de busto, 60 centímetros de cintura y 90 centímetros de cadera.

Frente a éstas problemáticas del fitness, sólo se podría esperar que el cuerpo, en los gimnasios, sea entrenado, medido, cortado, operado, fragmentado, usado, manipulado, observado, denigrado, etc.

En este caso María Inés Landa, dice: *"Las técnicas corporales que promueve el Fitness operan a través de estímulos que estresan los procesos orgánicos (lo interior), los cuales moldean e inciden en/sobre la apariencia (exterioridad) del agente "practicante". Ésta exterioridad (apariencia) está a su vez regulada por un orden, por un "ideal", es decir, el conjunto de apreciaciones y procesos de evaluación que miden y ponderan la eficiencia/efectividad de las técnicas utilizadas. Para ello recurren a un patrón estético-ético: la imagen de un "cuerpo", activo, vital, firme y flexible. Tanto el agente que entrena, como el sujeto que prescribe, inscriben sus prácticas en dichas dimensiones. Son éstas las que otorgan legitimidad a los parámetros, concebidos en términos de éxito o fracaso, que regulan la intervención del cuerpo y los alcances de su transformación"*<sup>10</sup>.

---

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

<sup>8</sup> Se han realizado observaciones no participantes en muchos gimnasios de la ciudad de La Plata, donde se ha hecho investigaciones en cuanto a las estructuras edilicias de los gimnasios.

<sup>9</sup> En un estudio futuro, de podría analizar éstas cuestiones de sujeto/ alumno, cliente/ consumista, alumno/ usuario, etc.

<sup>10</sup> Landa M. I: *"Cuerpos Rentables: un análisis de la práctica del Fitness"*. En Crisorio, Ricardo, Giles, Marcelo (comp), en Educación Física - De la Gimnástica a la Educación Corporal. La Plata: Editoriales Al Margen.

Siguiendo con esta obsesión de lo corporal, se expondrán algunos fragmentos de entrevistas<sup>11</sup> que se han realizado a diferentes alumnas en distintos gimnasios de la ciudad de La Plata.

Cuando se les preguntó a las alumnas de distintos gimnasios cuál era el imaginario social que ellas creían que circulaba sobre el cuerpo, sus respuestas fueron todas en relación a un ideal: a estar flacas, esbeltas y musculosas por demás. Una de las alumnas dijo: *"hay una imagen de fantasía, distorsionada"*; otra, haciendo referencia a la misma pregunta expresó: *"hoy en día se privilegian los cuerpos estilizados porque se asocian con los ideales de belleza y juventud"*; y por último, otro de los comentarios fue: *"y...el imaginario circula en todos los medios. Supongo que nadie está de acuerdo"*. Las alumnas mostraron disconformidad, pero cuando se indagó sobre qué partes del cuerpo modificarían, las respuestas estuvieron en relación: a los glúteos, el abdomen, las piernas, la cadera, la flacidez y la gordura. Por lo que se podría pensar que ese imaginario ideal aparece en todo momento, por más que las personas no estén de acuerdo con un cuerpo 90-60-90 (noventa centímetros de busto, sesenta centímetros de cintura y noventa centímetros de cadera), buscan tener el abdomen plano, las piernas estilizadas y musculosas, el cuerpo delgado, los glúteos tonificados, etc. En las clases mismas, se pudo observar esta obsesión por tonificar el cuerpo al extremo e intentar bajar de peso.

### La representación corporal según dos de las empresas más conocidas del fitness

Analizando profundamente esta problemática del cuerpo tonificado, esbelto, bronceado y atlético, encontramos dos de las empresas más conocidas en lo que respecta al fitness, ellas son: Radical Fitness y Body Systems. Estas empresas comercializan programas de entrenamientos<sup>12</sup> que son vendidos a todas partes del mundo. Cada gimnasio elige con qué marca será representado, de acuerdo a sus preferencias y a los objetivos que tenga el mismo.

Los diferentes programas atienden a las diferentes capacidades motoras: resistencia aeróbica, fuerza muscular, velocidad, movilidad articular y elongación.

Por un lado, la empresa Radical Fitness es una empresa Argentina fundada por sus actuales directores Nathaniel Leivas, Gabriela Leivas y Ulises Puiggrós, referentes del Fitness a nivel mundial por haber dedicado los últimos 17 años al mismo. Sus sistemas de entrenamiento apuntan a mejorar la salud y la calidad de vida de todas aquellas personas que los practiquen.

Según dicha empresa: *"El compromiso de Radical Fitness® es el de alentar y fomentar el desarrollo de una nueva raza de Instructores de Fitness, instructores pensantes y creativos, con habilidades de planificación, sensibilidad, calidez humana, profesionalismo y pasión por el entrenamiento que aporten al mercado del Fitness todo su potencial, brindando así un servicio serio, sólido y de primera calidad"*<sup>13</sup>.

Los programas de entrenamiento que ofrece esta empresa son:

---

<sup>11</sup> Las entrevistas fueron realizadas en tres gimnasios de la ciudad de La Plata a diferentes alumnas que realizan clases de Power Local, Pilates, Aéreo Local y Step Local. Algunas de las preguntas que se les han hecho fueron: ¿cuál es el imaginario social que crees que circula del cuerpo?, ¿estás conforme con tu cuerpo?, ¿qué entender por cuerpo?, ¿cambiarías alguna parte de tu cuerpo?, etc.

<sup>12</sup> Cuando se hace referencia a los programas de entrenamiento se habla de una práctica corporal ya establecida y diseñada (no se sabe por quién). Al acceder a este tipo de clases, el instructor o profesor, dispone de un CD también creado específicamente para dar la misma.

<sup>13</sup> [www.radicalfitness.net](http://www.radicalfitness.net)

- FIGHT-DO.
- POWER FIT.
- X-55.
- RITMIX.
- OXIGENO.
- TOP RIDE.
- KI MAX.
- U BOUND.
- RIT MIX.

Por otro lado, *Body Systems* opera actualmente en 14 países correspondientes a: América del Norte, América Central, América del sur, Oceanía, Asia y Europa. Pero hace diez años que está trabajando en nuestro país.

El propósito de dicha compañía es: "*Inspirar cambios positivos en la vida de las personas a través de experiencias de Fitness Grupal a toda hora y en cualquier lugar*"<sup>14</sup>.

Los programas de entrenamiento que promueve esta otra empresa son:

- BODY BALANCE.
- BODY ATTACK.
- BODY PUMP.
- POWER JUMP.
- POWER POOL.
- BODY JAM.
- BODY COMBAT.
- BODY VIVE.
- RMP.
- BODY STEP.

Ambas empresas, se encargan de crear cursos, actualizaciones, venta de indumentaria para gimnasia, de materiales didácticos y CD`S, videos o DVD (propios para cada clase y con diferentes ritmos).

En dichas compañías, se puede observar que siempre se muestran cuerpos musculosos, bronceados y esbeltos. Considero que hay una gran diferencia entre esos cuerpos que se visualizan en las páginas de Internet de las empresas, y los de muchos profesores, instructores y alumnos que realizan clases de Fitness.

Por otro lado, las clases grupales de éstos programas de entrenamientos, al impartirse simultáneamente para todos los que acceden a "esa hora y en ese lugar" podrían ser estandarizadas, porque el instructor<sup>15</sup> al dictar

---

<sup>14</sup> [www.bodysystems.org](http://www.bodysystems.org)

<sup>15</sup> Un instructor puede ser cualquier persona que decida realizar y pagar un programa de entrenamiento. Una vez finalizado un programa de entrenamiento y aprobado, se le exige un certificado, el cual avala la realización y aprobación del mismo. Téngase en cuenta que, la realización de un programa de entrenamiento (cualquiera sea la empresa que lo comercialice) consta de asistir solamente dos o tres días, dependiendo del tipo de programa que se quiera realizar. Los cursos son costoso, en comparación con la escasa teoría y práctica que ofrecen en los mismos.

Cuando se han "alcanzado los objetivos" se les hace entrega de: una coreografía explicada en un papel (que dependerá del programa que hayan elegido), un CD de música (que tiene las batidas musicales correspondientes para dicha actividad), y el certificado de aprobación y asistencia al curso. Con estos requisitos, cualquiera puede ser un instructor de cualquier curso que se desee. Por último, al instructor solamente le queda aprender la coreografía que se

la clase en forma grupal, podría no tener en cuenta las particularidades de las personas, el sexo, la edad, los hábitos, etc. Así, aparece el sujeto y su cuerpo como un objeto que se puede modelar. Es decir, todos hacemos lo mismo, todos nos ejercitamos de la misma forma, todos seguimos el mismo movimiento, todos saltamos a la vez, todos coordinamos iguales, todos tenemos las mismas posibilidades, la misma fuerza, resistencia, movilidad articular, flexibilidad, etc. A esto podríamos llamar: estandarización corporal.

A diferencia de los programas de entrenamientos, en las clases de "localizada, aeróbica y step"<sup>16</sup> el profesor no tiene que seguir una coreografía preestablecida, ni un CD de música determinado, porque se apela a la capacidad creativa del instructor; aunque también se cree una especie de estandarización de los cuerpos que asisten a las clases.

En muchas clases que se dictan en gimnasios de la ciudad de La Plata, parecería curioso que los instructores de cualquier programa de entrenamiento se ubiquen sobre la tarima<sup>17</sup> (construida a un metro del suelo aproximadamente, para que las alumnas puedan observar al instructor con mayor visibilidad), mirando hacia el espejo y a espaldas de sus alumnos, para realizar la práctica (hoy en día se está intentando cambiar esa modalidad, y se busca que el instructor esté realizando la coreografía mirando a sus alumnas y de espaldas al espejo). Por otro lado, los alumnos, deben encargarse de imitar, no preguntar, y realizar aquello que ven, en relación a:

1. Lo que hace el instructor.
2. Lo que hacen los compañeros. Muchos alumnos, como no alcanzan a ver al instructor, imitan lo que hacen sus compañeros. En muchos gimnasios todavía no se han construido dichas las tarimas, por lo que se le dificulta a las personas que acceden al gimnasio la realización de las clases.

Como si fuera poco, y en relación a las observaciones no participantes que se han realizado en clases de Fight do<sup>18</sup>, los instructores casi no se detienen para observar a sus alumnos, ni mucho menos para explicar

---

le ha impuesto con dicho CD de música, para luego realizarla por 4 (cuatro) meses en cualquier gimnasio de la ciudad; hasta que se realice otra actualización, y así se cambiará la coreografía.

<sup>16</sup> Las clases de localizada son clases en donde las mismas comienzan con una entrada en calor (de entre diez y quince minutos) con música y bailes o movimientos propios de la aeróbica (como la "V", el "step touch", los "toques", los "talones a la cola", las "rodillas arriba", etc.). Una vez finalizada la coreografía y siguiendo los tiempos del CD (se usan CD's preferentemente entre 140 y 150 batidas por minuto), comienzan a ejercitarse todos los grupos musculares del cuerpo, con diferentes pesos y métodos. La clase culmina con una relajación de cinco minutos, con música lenta, y los movimientos que se hacen de elongación y movilidad articular de los músculos implicados en la clase, se corresponden con las batidas de la música (120 batidas por minutos, aproximadamente).

Las clases de aeróbica, son clases totalmente bailadas, donde se utiliza un CD de música el cual la velocidad de ritmo se ubica entre 140 a 160 batidas por minuto para elevar la temperatura corporal progresivamente. Los movimientos que se realizan, algunos son similares a los de la "entrada en calor" o "acondicionamiento físico" de las clases de "localizada" (con algunas variantes).

Por último, en las clases de step, se utiliza un material rectangular (simulando a un escalón), en donde las alumnas deben subir y bajar del step con diferentes movimientos (el "básico", las "horacajada", los "giros", la "V", el "over", los "talones a la cola", las "rodillas arriba", los "mambos", etc.).

También podemos decir, que se hacen combinaciones de las clases, como: el step local y el aéro-local.

<sup>17</sup> Actualmente en muchos gimnasios de La Plata, se han ubicado tarimas para que las clases sean dictadas por los instructores desde arriba de la tarima, para que todos los alumnos puedan visualizar a los movimientos que realiza el instructor. Si hacemos una comparación entre los gimnasios y el ámbito formal (la escuela), y más específicamente el aula, podemos notar que la tarima reemplazaría al escritorio, el espejo ubicado detrás de la tarima podría reemplazar al pizarrón y los steps o colchonetas, por ejemplo, podrían reemplazar a los bancos del aula.

<sup>18</sup> Según la empresa Radical Fitness: "FIGHT-DO® es el más Revolucionario Programa de Entrenamiento de Fitness de Combate.

Golpes, Patadas, bloqueos y saltos a la soga brindan una clase divertida y efectiva proporcionando un entrenamiento de combate muy simple, dinámico e intenso, que quema grasa y tonifica todo tu cuerpo, asegurando un gasto calórico

cómo se realizan los movimientos. Entonces, el alumno, queda librado al azar de la imitación "como pueda" de los ejercicios y los gestos. Seguramente no importa tanto el cuidado del cuerpo, sino, más bien, que las alumnas y alumnos se retiren de la clase pensando en la fuerza que hicieron (para lograr tonificar el cuerpo) y los ejercicios aeróbicos (para el descenso del peso). En un discurso, una alumna dejó entrevisto aquello que pensaba diciendo: *"está bueno que te duela durante el ejercicio y al otro día, porque eso significa que el músculo trabajó. Entonces el trabajo así tiene efecto"*.

El problema surge, cuando lo importante no pasa por ser aquello que se hace, cómo se hace, para qué, en qué momento, con cuánta carga, etc.; sino, por el resultado a corto plazo que los alumnos/as buscan de una clase de cualquier programa de entrenamiento. Entonces, los alumnos aumentan la cantidad de días y horas que acceden al gimnasio, el peso para la realización de los ejercicios (pesas de 1 kg., 2 kg., 3 kg., 5 kg., etc.), comienzan a pesarse obsesivamente y, a su vez, se miran frente al espejo con mayor regularidad; buscando un resultado inmediato.

### El cuerpo como construcción corporal vs. El cuerpo biológico (el del espejo)

En primer término, cabría definir qué se entiende por cuerpo. Según la Real Academia Española el cuerpo es entendido como: *"conjunto de los sistemas orgánicos que constituyen un ser vivo"*<sup>19</sup>. Por su parte, la Educación Física también entiende al cuerpo en este sentido.

Desde una concepción diferente: una Educación Corporal, encontramos al profesor Ricardo Crisorio: *"el cuerpo se construye (...); es decir, no se nace con un cuerpo. Existe un organismo, qué duda cabe, como existe un sistema nervioso, quién lo dudaría, y huesos, músculos y articulaciones. Pero nada de eso es el cuerpo, el cuerpo no pertenece a lo real"*. Y siguiendo los lineamientos del autor, también podemos decir que: *"el cuerpo, entonces, como realidad construida, desdibuja sus contornos individuales para aparecer como un cuerpo literalmente social del cual cada cuerpo singular es un ejemplo particularmente construido en la confluencia de significados privados y sociales, familiares, culturales, sencillos y complejos, presentes y pasados, cuya historia comienza antes del nacimiento y se prolonga incluso mas allá de la muerte"*<sup>20</sup>.

Gutiérrez Lozano, en su artículo sobre los aportes de Lacan en el psicoanálisis, cuando se refiere al cuerpo dice: *"El cuerpo no es una realidad primaria, no se nace con un cuerpo, sino que este se construye gracias al otorgamiento de un cuerpo simbólico (el lenguaje), que pre-existe al sujeto"*<sup>21</sup>. Es decir, el cuerpo siempre es dado por un otro que sobre-determina simbólicamente.

El cuerpo, tampoco es lo real, sino lo que se construye a partir de esa realidad. En este sentido, a partir del lenguaje, las personas van construyendo un mundo.

Lo corporal ya no puede estudiarse a partir de un cadáver, de la inmovilidad, debe poder estudiarse en acción, en relación con situaciones. Es decir, hay que pensarlo en el conjunto de las situaciones que está inmerso.

---

de entre 600 y 800 calorías por sesión. FIGHT-DO®, una lucha imaginaria contra uno o varios oponentes combinando lo mejor del Box y las Artes Marciales".

<sup>19</sup> <http://buscon.rae.es/cuerpo>

<sup>20</sup> Crisorio, Ricardo (1998) *"Constructivismo, cuerpo y lenguaje"*. Revista Educación Física y Ciencia. Buenos Aires.

<sup>21</sup> Gutiérrez Lozano M. (1997): "El cuerpo como efecto (Los 40 años: un paso preeliminar)", Instituto del Campo Freudiano, Barcelona.

La creencia de los occidentales, es este cuerpo que se ve, y así, se lo estudia, como algo autónomo que se rige por su propia ley; que excluye al otro.

No se ha podido pensar así, que el cuerpo exceda esos límites carnales; que el cuerpo puede ser una construcción con otros.

Aquel cuerpo que se ve en el espejo, del que se hablaba en los anteriores párrafos, y el que creen tener las personas, no es en realidad el cuerpo. Más bien, el cuerpo, en su totalidad está desvirtuado. La imagen que refleja ese espejo, por ejemplo, es plana, no tiene volumen ni es tridimensional; por lo que no podemos pensar al cuerpo así. Según Lacan: *"la forma total del cuerpo, gracias a la cual el sujeto se adelanta en un espejismo a la maduración de su poder, no le es dada sino como Gestalt, es decir en una exterioridad donde sin duda esa forma es mas constituyente que constituida, pero donde sobre todo le aparece en un relieve de estatura coagula y bajo la simetría que la invierte, en posición turbulenta de movimientos con que se experimenta a sí mismo animándola"*<sup>22</sup>.

Para Lacan, el cuerpo es secundario y, además, el cuerpo verdadero es el simbólico, el del lenguaje.

Por lo tanto, el sujeto existe antes de tener un cuerpo, e incluso permanece después de no tenerlo: de la muerte, porque está sostenido por el significante, el lenguaje (Soler, 1999: 3).

Según Lacan, para armar un cuerpo, hace falta un organismo vivo y un significante. Esto lo explica a través del modelo teórico del estadio del espejo, en donde un niño se mira en el espejo y le pregunta a su madre si aquel que ve ahí es él, y su madre le contesta que si; según Lacan, ese es el momento de la introyección del yo. Pero en verdad, ese no es el "yo"; esa es la imagen en el espejo. Esta imagen es plana, no tiene volumen, y no es tridimensional.

El cuerpo es, en realidad, una construcción social. Una construcción que tiene dos lados:

- Lo que el sujeto puede creer de él mismo.
- Lo que los demás le devuelvan de él mismo.

Y entre estos dos actores, hay un sin fin de factores que atraviesan y permiten la formación de lo corporal; como lo son: historia, singularidades, sexo, significantes, relaciones, presente, etc.

El cuerpo, ligado a la imagen ficticia (la del espejo), tiene mucho más para decir. Ya no es al cual se lo observa, se lo mide, se lo transforma; porque el cuerpo se va transformando a medida que se va socializando. Y esta socialización se va realizando gracias al lenguaje.

El cuerpo está atravesado por lo simbólico, el lenguaje, y este lenguaje es el que le permite al cuerpo sumergirse en la cultura. El mismo, es el que le permite la comunicación con el otro, y a su vez, la identificación de los sujetos con distintas personas, prácticas, elecciones, etc. Según Marcelo Giles y Ricardo Crisorio: *"el cuerpo se construye en relación a otros y con otros portadores de lenguaje que inscriben con palabras las significaciones necesarias que habilitan la construcción del cuerpo"*<sup>23</sup>.

Aquel cuerpo de la anatomía y fisiología, parecería luchar contra este cuerpo de lo social; donde muchas veces emerge el primero, pero en otras tantas también aparece el segundo. Para la sociedad occidental, sólo

---

<sup>22</sup> Lacan J. (1949): *"El estadio del espejo como formador de la función del yo"*. Comunicación presentada en el XVI Congreso Internacional de Psicoanálisis. Zurich.

<sup>23</sup> Crisorio R. y Giles M. (2008): *"Educación Corporal: Algunos problemas"*. Acta en las 1ras Jornadas de Cuerpo y Cultura. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad Nacional de La Plata.

se piensa y se cree en un cuerpo que se toca, que se ve, que se modifica y se cambia hasta buscar la "perfección".

En definitiva, consideran, tanto el fitness como la Educación Física, al cuerpo como un organismo. En ambas, seguramente, no importa tanto estar sano o en forma, sino parecerlo.

## **Bibliografía**

1. Boltanski L. (1972): Los usos sociales del cuerpo. Ediciones Periferia, Buenos Aires.
2. Crisorio R. y Giles M. (2008): "*Educación Corporal: Algunos problemas*". Acta en las 1ras Jornadas de Cuerpo y Cultura. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad Nacional de La Plata.
3. Crisorio, R. (2007): "*La teoría de la Educación Física: ¿fundamento de saber o instrumento de poder?*", en El cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones e instituciones sociales. Ediciones Funámbulos, Colombia, Medellín.
4. Crisorio, R. (2007): "*Educación Física e identidad: conocimiento, saber y verdad*, en Aproximaciones y pedagogías a la Educación Física. Un campo en construcción. Ediciones Funámbulos, Colombia, Medellín.
5. Crisorio, R. (1998): "*Constructivismo, cuerpo y lenguaje*". *Revista Educación Física y Ciencia*. Buenos Aires.
6. Crisorio, R.: "*Competencias y saber*". Anexos al informe del director. Universidad Nacional de La Plata.
7. De Carvalho, Yara María (1998): *El "mito" de la actividad física y salud*. Editorial Hucitec, Sao Paulo.
8. Foucault M. (1996): La vida de los hombres infames. Editorial Altamira, Buenos Aires.
9. Foucault M (1992): Microfísica del poder. Ediciones La Piqueta, Madrid.
10. Giles, M. y Crisorio R. (2008): "*Educación Física y Educación Corporal. Matrices corporales*". Jornadas de Cuerpo y cultura, Universidad Nacional de La Plata.
11. Giles, M (2007): "*Educación Física o Educación Corporal. ¿Qué práctica transmitimos?*", en el acta del 7mo Congreso Argentino y 2do Latinoamericano de Educación Física y Ciencia.
12. Giles M, (1997): "*De la realidad soñada a la realidad vivida. La historia de un sin fin*", inédito.
13. Gutiérrez Lozano M. (1997): "*El cuerpo como efecto (Los 40 años: un paso preliminar)*", Instituto del Campo Freudiano, Barcelona.
14. Lacan J. (1949): "*El estadio del espejo como formador de la función del yo*". Comunicación presentada en el XVI Congreso Internacional de Psicoanálisis. Zurich.
15. Landa M. I: "*Cuerpos Rentables: un análisis de la práctica del Fitness*". En Educación Física. De la Gimnástica a la Educación Corporal, Director: Ricardo Crisorio. La Plata, Al Margen / Facultad de Humanidades de la UNLP, Colección "Textos Básicos" (en prensa, fecha de publicación: julio de 2008).
16. Le Bretón D. (2002): La sociología del cuerpo. Ediciones Nueva Visión, Buenos Aires.
17. Le Bretón D. (1995): "*El camino de la sospecha: El cuerpo y la Modernidad*", en Antropología del cuerpo y la modernidad. Ediciones Nueva Visión, Buenos Aires.
18. Nievas F. (1999): El control social de los cuerpos. Editorial Fudeba, Buenos Aires.
19. Rockwell, E. (1980): *Antropología y educación. Problemas del concepto de cultura*. DIE, México.
20. Soler, C. (1999): "*El cuerpo en la enseñanza de Jacques Lacan*", en AA.VV. Estudios de psicósomática.
21. Vigarello G. (2001): Corregir el cuerpo. Historia de un poder pedagógico. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires.
22. Villar, E. (1992) "*La dictadura de la belleza*", en: *Revista Página 30*, N° julio 1992. Editorial La Página, Buenos Aires.
23. [www.radicalfitness.net/](http://www.radicalfitness.net/)
24. [www.bodysystems.org/](http://www.bodysystems.org/)