

Gênero e prática de atividade física de lazer

Gender and leisure-time physical activity

Rosana Salles-Costa ¹
Maria Luiza Heilborn ²
Guilherme Loureiro Werneck ^{2,3}
Eduardo Faerstein ²
Claudia S. Lopes ²

¹ Departamento de Nutrição Social e Aplicada, Instituto de Nutrição, Universidade Federal Rio de Janeiro. Av. Brigadeiro Trompowsky s/n, Bloco J, 2^o andar, Rio de Janeiro, RJ 21941-590, Brasil. rosana_salles@terra.com.br
² Instituto de Medicina Social, Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Rua São Francisco Xavier 524, 7^o andar, Bloco E, Rio de Janeiro, RJ 20550-012, Brasil.
³ Núcleo de Estudos de Saúde Coletiva, Universidade Federal do Rio de Janeiro. Av. Brigadeiro Trompowsky s/n, Rio de Janeiro, RJ 21941-590, Brasil.

Abstract *This article discusses the relationship between gender and the social construction of the body, specifically focusing on physical exercise during leisure time. The Pró-Saúde Project is a prospective study consisting of 4,030 employees of a university in Rio de Janeiro, in which we analyzed the answers on leisure-time physical activity (LTPA) by 3,740 participants. The results show a prevalence of males in LTPA. Age, schooling, and per capita family income were directly associated with exercise among women, as compared to per capita family among men. Men were more frequently involved in group sports and physical activities that required more strength than women, including football, tennis, volleyball, martial arts, jogging, and weight lifting. Women performed more individual physical activities and those demanding less strength, like walking, dance, gymnastics, and hydrogym. The results suggest that LTPA is a domain of daily life that is organized according to certain conventions, amongst which gender-related conceptions concerning the ideal body, where men and women display distinct behaviors in relation to physical exercise.*

Key words *Leisure Activities; Physical Activity; Sports; Behavior; Gender*

Resumo *Este artigo avalia a relação entre gênero e construção social do corpo, tendo como objeto de estudo a prática de atividades físicas realizadas no tempo destinado ao lazer. O Estudo Pró-Saúde é um estudo prospectivo composto por 4.030 funcionários de uma universidade localizada no Rio de Janeiro, no qual analisamos as respostas sobre atividade física de lazer (AFL) de 3.740 participantes. Os resultados encontrados demonstram um domínio masculino na prática de exercícios entre as mulheres e, entre os homens, a renda familiar per capita estiveram diretamente associadas à prática de exercícios entre as mulheres e, entre os homens, a renda familiar per capita. Os homens se engajaram mais em atividades físicas coletivas e de caráter competitivo e as mulheres em atividades individuais, que requerem do corpo menos força física. Os resultados encontrados sugerem que as atividades físicas praticadas no tempo destinado ao lazer representam um domínio da vida cotidiana organizado segundo determinadas convenções, entre elas as concepções acerca do ideal de corpo segundo o gênero, onde homens e mulheres apresentam comportamentos distintos no que se refere à prática de exercícios físicos.*

Palavras-chave *Atividades de Lazer; Atividade Física; Esportes; Comportamento; Gênero*

Introdução

O que hoje concebemos como prática de atividades físicas e como exercício esportivo ou de lazer tem relação com as modificações ocorridas nos processos civilizatórios. Nas sociedades da Europa Ocidental, entre o início da Idade Média e os tempos modernos, assistiu-se à elaboração e refinamentos do “saber viver” e das normas sociais, além do crescimento das pressões sociais sobre os indivíduos a fim de que eles exercessem, por eles próprios, um “domínio de si” estrito, uniforme, constante e moderado sobre suas emoções e seus comportamentos (Elias, 1994). Com estas transformações, ocorre o surgimento do esporte como um substituto simbólico de administração de conflitos que se dão na vida coletiva, como por exemplo as guerras. Nesse sentido, a esfera do esporte e de toda uma gama de usos sociais do corpo ligados a ela passa a deter a capacidade de representar identidades e diferentes posições sociais. Nações rivais, por exemplo, utilizam-se de práticas esportivas coletivas para se afirmarem (Dunning & Maguire, 1997), bem como a prática de atividades físicas passa a ser utilizada para expressar diferenças de *status* entre grupos. Elias (1994), destaca que os costumes evoluíram juntamente com as mudanças na sociedade, tornando evidente as associações entre a prática esportiva e o controle do corpo, como no caso do uso dos trajes de banho no século XIX.

De maneira geral, reconhece-se que as formas nitidamente modernas do esporte apareceram inicialmente na Inglaterra, o que Elias (1994), denomina como “*a transformação dos passatempos em esportes*”. Dunning & Maguire (1997), dividem estas transformações em duas grandes fases: (i) uma primeira no século XVIII, durante a qual as transformações da personalidade e dos hábitos das classes dominantes, em que predominavam os grandes proprietários de terra, ocorreram ao mesmo tempo que a “parlamentarização dos conflitos políticos”, o que levou esses grupos a adotar formas mais reguladas, mais controladas e civilizadas de caça, de corridas de cavalo, de boxe e de críquete; (ii) e uma segunda fase, no início do século XIX, quando observou-se a multiplicação dos ginásios e dos professores de ginástica, a crescente divulgação de manuais de medicina que chamavam a atenção para as vantagens físicas e morais dos exercícios, o surgimento de formas mais regulamentadas de atletismo e alpinismo, e sobretudo, o aparecimento de jogos de bola como o futebol, o *rugby*, o hóquei de grama e o tênis.

Entre as mulheres, as práticas esportivas surgiram no final do século XIX na Europa, principalmente as caminhadas, a prática de bicicleta e do tênis (Messner, 1995). Del Priore (2000:62), ressaltou que este comportamento era visto como “*uma novidade imoral, uma degenerescência e até mesmo pecado*”. Nesta época, contestava-se tudo que pudesse desviar o sexo feminino do papel de mãe dedicada exclusivamente ao lar. Os exercícios físicos prescritos pelos médicos para as mulheres tinham, como princípio básico, a manutenção da saúde e prevenção de doenças, particularmente voltados para a saúde reprodutiva, mas também para o embelezamento do corpo feminino (Vertinsky, 1990), diferente do que era proposto para os homens. Para o homem, a prática de exercícios físicos era vista como uma importante fonte de experiência da validação da masculinidade (Lima, 1995; Messner, 1995), e a ser percebida como uma barreira contra a feminilização. É claro que os homens também buscavam, por meio da prática de exercícios, o embelezamento de seu corpo, com o aumento de delineamento de seus músculos; contudo, estes sempre estiveram associados à idéia de força e domínio do corpo masculino (Malysse, 2002). Vertinsky (1990), resalta que o determinismo biológico, baseado nas diferenças biológicas entre homens e mulheres, era o suporte utilizado pelos profissionais da área médica para justificar as desigualdades das práticas de exercícios físicos, o que revela que a prática de atividades físicas não era neutra, mas sim revestida de valores e significados diferentes entre gêneros.

No Brasil, o esporte e a prática de exercícios físicos, responsáveis indiretos por tantas mudanças, foram introduzidos pelos imigrantes e por alguns representantes das oligarquias em contato com as modas européias. Em meados dos anos de 1850, período de grandes transformações econômicas, sociais e culturais no Brasil, surge a primeira lei sobre a educação física determinando a sua prática obrigatória como uma nova disciplina nos colégios do município da Corte (Castro, 2002). Segundo Schpun (1999) e Castro (2002), a prática desportiva era destinada a combater o ócio, pois o mesmo induzia as crianças a uma série de vícios, como a masturbação e o homossexualismo, que eram encarados como elementos nocivos ao desenvolvimento físico e moral das crianças. Os exercícios eram, então, prescritos pelos médicos de acordo com o gênero e a faixa etária dos alunos, compreendendo esta divisão como parte de um processo natural que envolvia o crescimento, o desenvolvimento e a formação sexual de jovens

saudáveis e “*livres de doenças e endemias que assolavam o Estado Imperial*” (Schpun, 1999: 50-51).

Apesar da relevância do tema, no Brasil são poucos os estudos populacionais abordando a temática da prática de atividade física de lazer (AFL) entre homens e mulheres; publicações recentes abordam principalmente suas associações com fatores sociodemográficos (Gomes et al., 2001; Oliveira, 2000; Salles-Costa et al., 2003). O presente artigo tem como objetivo proceder a análise do padrão de homens e mulheres com relação à prática de atividades físicas no tempo destinado ao lazer, analisando a frequência, as características dos indivíduos que se engajam em atividades físicas e os tipos de atividades físicas praticadas entre funcionários de uma universidade localizada no Estado do Rio de Janeiro.

Metodologia

Este trabalho está inserido no Estudo Pró-Saúde, um estudo de coorte cuja população-alvo foi composta por todos os funcionários técnico-administrativos de uma universidade localizada no Estado do Rio de Janeiro, e que tem como objetivo principal descrever perfis de morbidade física e mental, seus fatores de risco, práticas e cuidados relacionados à saúde, e investigar determinantes biológicos e socioculturais associados a esses perfis. Neste artigo, apresentamos os resultados da fase I deste estudo (linha de base do estudo de coorte), que constitui a população de referência avaliada no período de agosto a outubro de 1999. A população-alvo foi estimada em 4.614 adultos, de ambos os sexos, na faixa etária de 20 a 60 anos. Deste conjunto, 166 (3,6%) dos funcionários foram considerados ineligíveis (cedidos e/ou em licença sem vencimentos) e 418 (9,4%) não participaram, resultando na população do estudo composta por 4.030 funcionários. Dentre os que não participaram, 239 (57,2%) se recusaram a preencher o questionário; 57 (13,6%), se encontravam em licença médica; 33 (7,9%), em licença-maternidade e 89 (21,3%), não foram localizados.

No presente estudo, foram excluídos 197 indivíduos (66% de mulheres e 34% de homens) que praticaram AFL, mas cujas respostas foram inconsistentes ou apresentaram respostas incompletas para uma das perguntas. Também foram excluídos 93 indivíduos que ficaram impedidos de realizar alguma de suas atividades habituais durante o mesmo período da avaliação. Sendo assim, este estudo se baseia nas res-

postas de 3.740 pessoas, sendo 54,8% do sexo feminino.

As informações foram obtidas por meio de questionário autopreenchível, aplicado no local de trabalho com ajuda de equipe previamente treinada. Antes de sua aplicação, foram realizados pré-testes, seguidos por estudo piloto em um conjunto de indivíduos com características semelhantes às da população de estudo (Faerstein et al., 1999). Durante o estudo-piloto, foi realizado estudo de confiabilidade teste-reteste em uma amostra de 192 funcionários não efetivos da mesma universidade, sendo o reteste realizado duas semanas após a primeira aplicação do questionário. Para avaliar o grau de concordância entre as duas aferições, foi utilizado o estimador kappa (κ) e o kappa ponderado (κ^2) para as duas perguntas utilizadas para avaliar AFL. Nesta etapa, foi possível observar que as respostas fornecidas em relação à prática de AFL apresentaram concordância que variou de discreta a moderada, sendo maior para as atividades praticadas em ambientes de academias (musculação – $\kappa = 0,81$, IC95%: 0,41-1,00; dança – $\kappa = 0,81$, IC95%: 0,61-1,00) e de caráter competitivo (futebol – $\kappa = 0,88$, IC95%: 0,72-1,00; corrida – $\kappa = 0,82$, IC95%: 0,37-1,00). Os resultados detalhados do estudo de confiabilidade teste-reteste encontram-se publicados em outro artigo (Salles-Costa et al., 2003).

Neste estudo, AFL foi definida como qualquer atividade física praticada para melhorar a saúde e/ou a condição física, ou realizada com o objetivo estético ou de lazer, nas duas semanas anteriores à aplicação do questionário. Foram elaboradas duas perguntas com base em questionários utilizados em estudos populacionais no Brasil (Oliveira, 2000; Sichieri, 1998), e em outros países (Kriska & Caspersen, 1997). Com a primeira pergunta, avaliou-se quem realizava ou não alguma AFL e na segunda, entre aqueles que referiram praticar alguma AFL, avaliou-se o(s) tipo(s) de atividade(s) físicas(s) praticada(s). Detalhes sobre a pergunta utilizada para avaliar AFL no estudo encontram-se publicados em Salles-Costa et al. (2003).

Para avaliar as características de praticantes e não praticantes de AFL na população de estudo, foram utilizadas as seguintes variáveis sociodemográficas: idade (anos completos), escolaridade (ensino fundamental ou menos, ensino médio e universitário ou mais), situação conjugal (casado/a ou vivendo em união, separado/a, divorciado/a ou viúvo/a e solteiro/a), renda familiar *per capita* (razão entre o valor da renda familiar líquida do mês anterior à aplicação do questionário e o número de pes-

soas que dependiam desta renda), a condição de ter ou não pelo menos um filho (biológico ou adotivo) e ter ou não empregada doméstica no domicílio.

Estimou-se a distribuição porcentual das características sociodemográficas entre praticantes e não praticantes de AFL de acordo com o sexo, utilizando-se o teste qui-quadrado para verificar a significância estatística entre os grupos, considerando o nível de significância de 5%. Para a comparação entre gêneros, foi estimada a razão de prevalência (RP) e seus respectivos intervalos de confiança (IC95%), tendo as mulheres como categoria de referência. Os procedimentos de análise foram realizados no programa Stata versão 6.0.

Resultados

Na população de estudo, a inatividade física no tempo destinado ao lazer foi altamente prevalente, sendo maior entre as mulheres, uma vez que apenas 40,8% das entrevistadas referiram alguma prática de exercícios físicos, enquanto que entre os homens, este porcentual atingiu cerca de 52% ($p < 0,001$).

Analisando a distribuição das variáveis sociodemográficas estudadas, observou-se uma tendência da maior prática de AFL entre as mulheres mais velhas, com maior escolaridade e com maior renda familiar *per capita* (Tabela 1). Entre os homens, a renda familiar *per capita* também associou-se significativa e positivamente com a prática de AFL (Tabela 2). Em ambos os gêneros, ter pelo menos uma empregada doméstica no domicílio favoreceu a prática de AFL, principalmente entre os homens (61,4%).

Na Tabela 3 observamos os tipos de atividades físicas entre os funcionários que referiram praticar algum tipo de atividade física no tempo destinado ao lazer. Quando analisamos os percentuais das atividades físicas praticadas, a caminhada foi a mais referida entre homens e mulheres. Deve ser destacado o porcentual elevado da prática de futebol entre homens, de ginástica entre as mulheres e da caminhada, em ambos os gêneros. Pode-se observar também que a prática de futebol, corrida, tênis, vôlei, lutas e musculação foi significativamente mais prevalente entre os homens; por outro lado, a prática de caminhada, ginástica, dança e de hidroginástica foi significativamente mais prevalente entre as mulheres.

Discussão

Inicialmente, deve-se ressaltar que todos os resultados apresentados neste estudo comparam as diferenças encontradas entre sexos. Entretanto, para compreender as relações de homens e mulheres e a prática de atividades físicas no tempo de lazer, utilizamos o conceito de gênero na interpretação dos resultados. Ao considerarmos a perspectiva de gênero nas investigações sobre saúde, estamos enfatizando os aspectos relacionais e culturais como referência a qualquer construção social que tenha a ver com a distinção masculino/feminino, incluindo as construções que separam corpos “femininos” de corpos “masculinos” (Heilborn & Sorj, 1998). Ou seja, utilizar gênero no campo da saúde não se restringe ao modelo tradicional de divisão de sexos (homens/mulheres), mas procura identificar possíveis fatores relacionados à construção social do papel de homens e mulheres. A discussão sobre gênero reflete as diferenças entre sujeitos, que se desenvolvem como parte de certos sistemas sociais e simbólicos, dentro dos quais diferenças e hierarquias entre determinadas categorias sociais serão construídas (Vaistman, 1994).

No presente trabalho, observamos prevalência elevada de inatividade física de lazer na população estudada. De fato, a diminuição na prática de exercícios físicos tem sido observada em diversos países (Martinez-Gonzalez et al., 1999; Troiano et al., 2001), apesar de sua relevância para a manutenção da saúde e qualidade de vida devido à sua contribuição na redução das taxas de morbimortalidade por doenças cardiovasculares (Paffenbarger et al., 1978), diabetes, dislipidemias (Paffenbarger & Hale, 1975), como também no aumento da auto-estima e redução da depressão e do isolamento social (Gauvin & Spence, 1996). No Brasil, apesar da ausência de estudos de abrangência nacional para investigar o nível de AFL na população, os trabalhos realizados até então observaram uma tendência da inatividade física de lazer na nossa população (Cervato et al., 1997; Gigante et al., 1997).

Quanto à predominância masculina na prática de AFL, este padrão tem sido observado em outros estudos populacionais realizados em países desenvolvidos (Caspersen et al., 2000; Manios et al., 1999) e no Brasil (Gomes et al., 2001; Sichieri, 1998). No presente estudo, também observou-se que as mulheres referiram praticar significativamente menos atividades físicas no tempo destinado ao lazer do que os homens (Salles-Costa et al., 2003). Uma possível justificativa para este padrão consiste nas múl-

Tabela 1

Distribuição de prática de atividade física de lazer segundo características sócio-demográficas entre mulheres. Estudo Pró-Saúde, 1999.

Variáveis de estudo	Prática de atividade física de lazer				p-valor
	Sim		Não		
	n	%	n	%	
Idade (em anos)					p = 0,02
20-30	87	34,8	163	65,2	
31-40	333	39,3	514	60,7	
41-50	295	42,4	400	57,6	
> 51	121	47,1	136	52,9	
Escolaridade					p < 0,01
Ensino fundamental	149	38,7	236	61,3	
Ensino médio	227	37,1	439	65,9	
Universitário	451	46,1	527	53,9	
Situação conjugal					p = 0,90
Casado/união	432	40,8	627	59,2	
Separado/divorciado/viúvo	192	39,8	291	60,2	
Solteiro	175	39,9	264	60,1	
Renda familiar per capita (em Reais)					p < 0,01
Até 375	158	35,9	282	64,1	
376-625	165	31,7	355	68,3	
626-917	209	44,6	259	55,4	
918 ou +	254	49,7	257	50,3	
Filhos					p = 0,41
Sem filhos	240	41,7	335	58,3	
1 ou +	538	39,8	815	60,2	
Empregada doméstica					p = 0,02
Sem empregada	531	38,8	836	61,2	
1 ou +	296	44,7	366	55,3	

Observação: Cada variável analisada apresentou dados ausentes que variaram de 0,5 a 3,0%, de forma que, os totais apresentam diferenças com relação à população final.

tiplas jornadas de trabalho das mulheres, que contribui para a limitação do tempo destinado ao lazer, como exemplificado por Aquino (1996). No seu estudo, a autora após avaliar questões referentes ao gênero, trabalho e hipertensão arterial, em estudo realizado entre trabalhadoras do setor de enfermagem na Cidade de Salvador (Bahia), observou que cerca da metade das mulheres acrescentava à sua jornada semanal de trabalho mais de 20 horas de trabalhos domésticos, utilizando cerca de 22 horas semanais com atividades de cuidado da casa e dos filhos.

Por outro lado, a menor frequência de prática de AFL entre as mulheres seria aparentemente, uma contradição, pois considera-se que a inserção da prática de exercícios físicos no universo feminino está associada à manuten-

ção de saúde e valorização dos cuidados com a imagem corporal (Lins, 1999; Messner, 1995). Boltanski (1979), ressalta que as mulheres apresentam uma percepção mais sensível do corpo, social e historicamente criada pelo processo de medicalização, o que as deixa mais atentas do que os homens às “sensações doentias”. É neste campo que a prática de atividades físicas no universo feminino ganha grande proporção por meio da busca do corpo delineado e controle do peso corporal, fenômeno observado, sobretudo, em sociedades mais desenvolvidas. Em comparação a qualquer outro período, as mulheres estão gastando muito mais tempo com o tratamento e a disciplina dos seus corpos, de modo que a prática de atividades físicas no tempo de lazer torna-se um “investi-

Tabela 2

Distribuição de prática de atividade física de lazer segundo características sócio-demográficas entre homens. Estudo Pró-Saúde, 1999.

Variáveis de estudo	Prática de atividade física de lazer				p-valor
	Sim		Não		
	n	%	n	%	
Idade (em anos)					p = 0,49
20-30	146	50,0	146	50,0	
31-40	375	46,2	322	53,8	
41-50	272	47,5	246	52,5	
> 51	89	51,6	95	48,4	
Escolaridade					p = 0,13
Ensino fundamental	225	48,4	240	51,6	
Ensino médio	339	52,7	304	47,3	
Universitário	211	54,6	259	45,4	
Situação conjugal					p = 0,36
Casado/união	584	51,1	560	48,9	
Separado/divorciado/viúvo	86	49,4	88	50,6	
Solteiro	180	55,1	174	44,9	
Renda familiar per capita (em Reais)					p = 0,01
Até 375	236	47,0	266	53,0	
376-625	211	50,7	205	49,3	
626-917	159	52,1	146	47,9	
918 ou +	213	58,5	151	41,5	
Filhos					p = 0,76
Sem filhos	253	52,1	233	47,9	
1 ou +	562	51,2	535	48,8	
Empregada doméstica					p < 0,01
Sem empregada	677	49,9	679	50,1	
1 ou +	196	61,4	123	38,6	

Observação: Cada variável analisada apresentou dados ausentes que variaram de 0,5 a 3,0%, de forma que, os totais apresentam diferenças com relação à população final.

mento social" ligado também às oportunidades de exibição do corpo em público e não apenas à promoção da saúde (Laberge, 1995).

Assim como observado por outros autores (Kriska & Caspersen, 1997), no presente trabalho encontramos associação entre as variáveis sociodemográficas e a prática de AFL, particularmente entre as mulheres. Neste sentido, cabe ressaltar que entre mulheres de classe social mais elevada, existe uma sofisticada rede de novos produtos e serviços que liberam parte de seu tempo nas tarefas domésticas diárias, o que pode explicar as associações observadas, uma vez que a renda familiar *per capita* foi altamente associada com a prática de AFL.

Quanto ao tipo de atividade física praticada, Elias (1994), enfatiza a idéia da competição

esportiva como um deslocamento de conflitos na vida coletiva para uma arena específica, marcada por uma simbolização do combate entre grupos ou indivíduos e por regras, previamente estabelecidas. Laberge (1995), ressaltava a presença de padrões de gênero no que se refere à prática esportiva por meio das relações entre posição social e múltiplas disposições de gênero no esporte, destacando que embora a prática de exercícios físicos e esportes tenha sido, historicamente, domínio masculino (Theberge, 1995), é reconhecida a posição social de algumas categorias de esportes tipicamente masculinas e, outras, femininas (Ross & Haynes, 1988). No nosso estudo observou-se que a participação masculina é maior entre atividades físicas coletivas, como o futebol, o vôlei e o

Tabela 3

Associação entre modalidades esportivas praticadas no tempo destinado ao lazer, entre gêneros. Estudo Pró-Saúde, 1999.

Tipo de atividades físicas de lazer	Homens		Mulheres		Razão de prevalência ¹ (IC95%)
	n	%	n	%	
Futebol	264	29,6	6	0,7	41,62 (18,63-92,99)
Tênis	24	2,7	4	0,5	5,69 (1,98-16,34)
Vôlei	35	3,9	6	0,7	5,52 (2,33-13,07)
Corrida	145	16,4	34	4,0	4,06 (2,83-5,83)
Lutas	26	2,9	8	1,0	3,09 (1,41-6,80)
Musculação	128	14,3	79	9,3	1,54 (1,18-2,00)
Bicicleta/natação	242	13,5	217	9,7	1,39 (1,17-1,65)
Caminhada	574	32,1	614	27,4	1,17 (1,06-1,28)
Ioga	119	13,6	136	16,3	0,83 (0,66-1,04)
Dança	79	8,9	105	12,4	0,71 (0,53-0,93)
Ginástica	149	16,7	205	24,3	0,68 (0,56-0,82)
Hidroginástica	2	0,2	26	3,1	0,07 (0,01-0,30)

¹ Razão de prevalência estimada considerando as mulheres como categoria de referência.

tênis; e de força muscular, como a corrida e a musculação. Já entre as mulheres, as atividades preferidas (a caminhada, a ginástica, a dança e a hidroginástica) foram aquelas praticadas individualmente (Tabela 3).

Merece destaque os resultados encontrados referentes à frequência das atividades desenvolvidas. A prática de futebol foi a atividade física mais realizada entre os homens, provavelmente por ser um esporte incentivado desde a infância entre os meninos brasileiros e considerado como um “esporte de massa” pela nossa população. Atualmente, outros esportes, como o vôlei e o tênis estão ganhando destaque na mídia nacional devido ao bom desempenho de atletas brasileiros no âmbito internacional; neste estudo, entretanto, a prevalência de praticantes destes esportes ainda é menor, quando comparada com os demais.

Entre as mulheres, a caminhada foi a atividade preferencialmente realizada, fato interessante se observarmos que esta atividade física era a mais incentivada pelos médicos no século XIX, considerada por eles como “a atividade física permitida para as mulheres” (Vertinsky, 1990). A autora ressalta diversos relatos de médicos ingleses que defendiam a prescrição de caminhadas para as mulheres por serem consideradas formas “naturais” de exercícios, principalmente por serem realizadas em ambientes abertos, propiciando uma melhora na capacidade respiratória, como também benefícios relacionados à saúde reprodutiva. O interessante é que, até os dias de hoje, a caminha-

da permanece como atividade de destaque nas campanhas realizadas para o incentivo à prática de atividades físicas na população.

A ginástica foi a segunda atividade física mais praticada entre as mulheres. A frequência relativa desta atividade foi significativamente maior neste grupo quando comparada com a dos homens, comportamento que tem sido observado nos últimos anos por meio do crescente aumento da clientela feminina nas salas de condicionamento físico (Poccielo, 1995). Malysse (2002), destaca que as mulheres buscam o delineamento de seu corpo pela produção de músculos, enaltecendo uma silhueta juvenil e *unissex*, o que demonstra uma mudança nas representações do corpo em nossa sociedade, ressaltando também que, no Brasil, as mulheres tidas como “fortes” ganham destaque na mídia. É possível observar alguns depoimentos de brasileiras que participam intensivamente de exercícios físicos em academias, confirmando que este comportamento representa uma forma de desejo de domínio sobre o próprio corpo, em busca da magreza e da construção de um corpo saudável, representando controle e disciplina (Maguire & Mansfield, 1998; Rail & Harvey, 1995; Vigarello, 1995). Neste sentido, cabe aqui ressaltar que o comportamento das mulheres em busca de uma silhueta definida e um corpo perfeito, reflete sua vulnerabilidade à influência da cultura da estética na nossa sociedade (Goldenberg, 2002).

Uma importante limitação deste estudo se refere à possibilidade de extensão dos resulta-

dos para a população geral, uma vez que trata-se de um estudo seccional realizado em uma população específica de funcionários de uma universidade no Rio de Janeiro. As hipóteses levantadas neste trabalho poderão ser melhor investigadas por intermédio de estudos qualitativos que abordem a relação entre gênero e a prática de AFL como fenômeno social, de forma a evidenciar as nuances que envolvem as identidades de homens e mulheres frente à realização de exercícios físicos na nossa sociedade.

Em suma, os resultados encontrados sugerem que as atividades físicas praticadas no tem-

po destinado ao lazer, representam um domínio da vida cotidiana organizado segundo determinadas convenções, entre elas as concepções acerca do ideal de corpo segundo o gênero, onde homens e mulheres apresentam comportamentos distintos no que se refere à prática de exercícios físicos. Desta forma, destacamos o papel fundamental da literatura sobre gênero, abordando a construção social do corpo para avaliar as atitudes de homens e mulheres diante da prática de atividades físicas, uma vez que estas são também concebidas como fenômeno social.

Agradecimentos

O Estudo Pró-Saúde foi financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro (FAPERJ) e Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)/Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), sendo este trabalho realizado com apoio financeiro do IV Curso Regionalizado Sul/Sudeste/Centro-Oeste de Metodologia de Pesquisa em Gênero, Sexualidade e Saúde Reprodutiva. Os autores agradecem as sugestões apresentadas por Delaine Martins Costa (Coordenadora do Núcleo de Estudos Mulher e Políticas Públicas – IBAM) durante a elaboração deste trabalho.

Referências

- AQUINO, E. M. L., 1996. *Gênero, Trabalho e Hipertensão Arterial: Um Estudo de Trabalhadores de Enfermagem em Salvador, Bahia*. Tese de Doutorado, Salvador: Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia.
- BOLTANSKY, L., 1979. *As Classes Sociais e o Corpo*. Rio de Janeiro: Edições Graal.
- CASPERSEN, C. J.; PEREIRA, M. A. & CURRAN, K. M., 2000. Changes in physical activity patterns in the United States, by sex and cross-sectional age. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32:1601-1609.
- CASTRO, M. R., 2002. *As Teses da Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro: Marco Histórico dos Anos de 1850 no Conhecimento Biológico da Educação Física Brasileira*. Dissertação de Mestrado, Rio de Janeiro: Escola de Educação Física, Universidade Gama Filho.
- CERVATO, A. M.; MAZZILLI, R. N. & MARTINS, I. S., 1997. Dieta habitual e fatores de risco para doenças cardiovasculares. *Revista de Saúde Pública*, 31:227-235.
- DEL PRIORE, M., 2000. *Corpo a Corpo com a Mulher: Uma Pequena História das Transformações do Corpo Feminino no Brasil*. São Paulo: Editora Senac.
- DUNNING, E. & MAGUIRE, J., 1997. As relações entre os sexos no esporte. *Estudos Feministas*, 2:321-348.

- ELIAS, N., 1994. *O Processo Civilizador*. v. 1. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- FAERSTEIN, E.; LOPES, C. S.; VALENTE, K.; SOLÉ-LÁ, M. A. & FERREIRA, M. B., 1999. Pré-testes de um questionário multidimensional autopreenchível: A experiência do Estudo Pró-Saúde. *Physis*, 9:117-130.
- GAUVIN, L. & SPENCE, J. C., 1996. Physical activity and psychological well-being: Knowledge base, current issues and caveats. *Nutrition Reviews*, 54:S53-S65.
- GIGANTE, D. P.; BARROS, F. C.; POST, C. L. A. & OLINTO, M. T. A., 1997. Prevalência de obesidade em adultos e seus fatores de risco. *Revista de Saúde Pública*, 31:236-246.
- GOLDENBERG, M. (org.), 2002. *Nu e Vestido: Dez Antropólogos Revelam a Cultura do Corpo Carioca*. Rio de Janeiro: Editora Record.
- GOMES, V. B.; SIQUEIRA, K. S. & SICHIERI, R., 2001. Atividade física em uma amostra probabilística do Município do Rio de Janeiro. *Cadernos de Saúde Pública*, 17:969-976.
- HEILBORN, M. L., 1995. Gênero: Uma breve introdução. In: *Gênero e Desenvolvimento Institucional em ONGs* (D. M. Costa & R. Neves, org.), pp. 9-14, Rio de Janeiro: Núcleo de Estudos Mulher e Políticas Públicas, Escola Nacional de Serviços Urbanos, Instituto Brasileiro de Administração Municipal/Madri: Instituto de la Mujer.
- KRISKA, A. M. & CASPERSEN, C. J., 1997. A collection of physical activity questionnaires for health-related research. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 29:S3-S205.
- LABERGE, S., 1995. Toward an integration of gender into Bourdieu's concept of cultural capital. *Sociology of Sport Journal*, 12:132-146.
- LIMA, R., 1995. "On the rocks": Corpo e gênero entre os escaladores do Paraná. *Cadernos Pagu*, 5:149-164.
- LINS, A. P. M., 1999. *Fatores Associados ao Sobrepeso em Mulheres de 20 a 59 Anos no Município do Rio de Janeiro*. Dissertação de Mestrado, Rio de Janeiro: Instituto Fernandes Figueira, Fundação Oswaldo Cruz.
- MAGUIRE, J. & MANSFIELD, L., 1998. "No-body's perfect": Women, aerobics, and the body beautiful. *Sociology of Sport Journal*, 15:109-137.
- MALYSSE, S., 2002. Em busca dos (H)alteres-ego: Olhares franceses nos bastidores da corpolatria carioca. In: *Nu e Vestido: Dez Antropólogos Revelam a Cultura do Corpo Carioca* (M. Goldenberg, org.), pp. 79-138, Rio de Janeiro: Editora Record.
- MANIOS, Y.; KAFATOS, A. & CODRINGTON, C., 1999. Gender differences in physical activity and physical fitness in young children in Crete. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 39:24-30.
- MARTINEZ-GONZALEZ, M. A.; MARTINEZ, J. A.; HU, F. B.; GIBNEY, M. J. & KEARNEY, J., 1999. Physical inactivity, sedentary lifestyle and obesity in the European Union. *International Journal of Obesity Related Metabolism Disorders*, 23:1192-1201.
- MESSNER, M., 1995. Masculinities and athletic careers. In: *Race, Class and Gender. An Anthology* (M. L. Andersen & P. H. Collins, ed.), pp. 165-179, 2nd Ed., New York: Wadsworth.
- OLIVEIRA, C. C. M., 2000. *Atividade Física de Lazer e sua Associação com Variáveis Demográficas e Outros Hábitos Relacionados à Saúde em Funcionários de Banco Estatal*. Dissertação de Mestrado, Rio de Janeiro: Escola Nacional de Saúde Pública, Fundação Oswaldo Cruz.
- PAFFENBARGER, R. S.; WING, A. L. & HYDE, R. T., 1978. Physical activity as an index of heart attack risk in college alumni. *American Journal of Epidemiology*, 108:161-175.
- PAFFENBARGER Jr., R. S. & HALE, W. E., 1975. Work activity and coronary heart disease. *New England Journal of Medicine*, 292:545-550.
- POCCIELO, C., 1995. Os desafios da leveza: As práticas corporais em mutação. In: *Políticas do Corpo* (D. B. Sant'Anna, org.), pp. 115-120, São Paulo: Estação Liberdade.
- RAIL, G. & HARVEY, J., 1995. Body at work: Michael Foucault and the sociology of sport. *Sociology of Sport Journal*, 12:164-179.
- ROSS, C. & HAYNES, D., 1988. Exercise and psychological well-being in the community. *American Journal of Epidemiology*, 127:762-771.
- SALLES-COSTA, R.; WERNECK, G. L.; LOPES, C. S. & FAERSTEIN, E., 2003. Associação entre fatores sociodemográficos e prática de atividade física de lazer no Estudo Pró-Saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, 19:1095-1105.
- SCHPUN, M. R., 1999. *Beleza em Jogo – Cultura Física e Comportamento em São Paulo nos Anos 20*. São Paulo: Editora Senac.
- SICHIERI, R., 1998. *Epidemiologia da Obesidade*. Rio de Janeiro: Eduerj.
- THEBERGE, N., 1995. Gender, sport and the construction of community: A case study from women's ice hockey. *Sociology of Sport Journal*, 12:389-402.
- TROIANO, R. P.; MACERA, C. A. & BALLARD-BARBASH, R., 2001. Be physically active each day. How can we know? *Journal of Nutrition*, 131:451S-460S.
- VAITSMAN, J., 1994. Hierarquia de gênero e iniquidade em saúde. *Physis*, 1:7-22.
- VERTINSKY, P., 1990. *The Eternally Wounded Women: Women, Doctors and Exercise in the Late Nineteenth Century*. New York: Manchester University Press.
- VIGARELLO, G., 1995. The life of the body in discipline and punish. *Sociology of Sport Journal*, 12:158-163.

Recebido em 4 de junho de 2003

Versão final reapresentada em 3 de outubro de 2003

Aprovado em 17 de outubro de 2003