

# Representaciones sociales de cuerpo en cuatro hombres fisicoculturistas de la ciudad de Cali

Social representations of body in four male bodybuilders in the city of Cali

**VANESSA FLÓREZ RODRÍGUEZ**

Estudiante de décimo semestre. Facultad de Psicología  
Universidad de San Buenaventura Cali  
vita\_1105@hotmail.com

**JULIÁN DAVID GIRALDO CUÉLLAR**

Estudiante de décimo semestre. Facultad de Psicología  
Universidad de San Buenaventura Cali  
jdgc42@hotmail.com

**LILIANA BEDOYA TRUJILLO**

Docente. Facultad de Psicología  
Universidad de San Buenaventura Cali  
lbedoya@usbcali.edu.co

---

## Resumen

El presente estudio exploratorio descriptivo y de tipo cualitativo, tuvo como objetivo conocer y comprender las representaciones sociales del cuerpo de cuatro hombres fisicoculturistas de la ciudad de Cali. Se trabajó sobre tres categorías: relación del cuerpo como herramienta de trabajo, relación del cuerpo con el ejercicio y cuidado de sí, y el uso del cuerpo en las relaciones sociales, según la teoría planteada por Moscovici (1979).

Los resultados revelan cómo dentro del fisicoculturismo los cuatro sujetos han construido un conocimiento singular frente al cuerpo que guía su vida cotidiana, les permite instaurarse en el mundo laboral y erigir una relación con el otro. Tales aspectos forman parte del contenido de sus representaciones sociales de cuerpo, ya que el discurso de los participantes comparte la construcción del significado de la realidad y de su identidad a partir del cuerpo.

**Palabras clave:** cuerpo, representaciones sociales (RS), fisiculturismo, sentido común, identidad.

## Abstract

This descriptive exploratory study, qualitative, aimed to identify and understand the social representations of body builders who have four men in the city of Cali. We worked on three categories: body ratio as a working relationship of the body with exercise and self-care, and use of the body in social relations from the theory proposed by Moscovici (1979).

The results show in bodybuilding as the four subjects have managed to build a unique type of knowledge against the body, which guide their daily lives, allowing them to put in place in the workplace and build a relationship with the other. These aspects are part of the social representations content of their body, as the discourse of the participants shared meaning construction of reality and identity from the body.

**Keywords:** body, social representations (RS), bodybuilding, common sense, identity.

Fecha de postulación: 2013

Fecha de aceptación: 2014

## Introducción

A lo largo de la historia se han implantado diferentes cánones frente a la constitución física que han llevado al cuerpo a distintas transformaciones. De otro lado, el consumismo y la preocupación por una buena figura han traído consigo la proliferación no solo de cirugías estéticas, sino también de lugares especializados para ejercitarse bajo la consigna de llevar una vida saludable y conseguir un cuerpo en forma.

En los llamados gimnasios y centros de acondicionamiento físico, el cuerpo se posiciona como un valor de alta significancia. "El cuerpo refleja la puesta en acción de pasiones y sociabilidad" (Vigarello, 2005, p. 229); es decir, se muestran no solo los deseos individuales de estar en forma, sino también las demandas de la sociedad frente al cuerpo. Por ello, el interés

de esta investigación se centra en conocer las representaciones sociales de los sujetos que giran alrededor del fisiculturismo. Para ello se tuvo en cuenta la manera cómo, a partir de sus experiencias personales y sociales, han forjado una perspectiva diferente del cuerpo y por qué sus deseos particulares los han llevado a invertir gran tiempo de su vida en prácticas que se han perpetuado como un conocimiento elaborado socialmente y organizan la vida cotidiana de los sujetos al otorgarles una identidad (Araya, 2002).

El fisiculturismo es una actividad cuyos orígenes pueden remontarse a la Grecia clásica y en Colombia lleva más de cincuenta años de práctica. Pese a lo anterior, es un fenómeno poco estudiado y es el interés de esta investigación conocer el significado que el cuerpo brinda a quienes llevan a cabo esta disciplina

a partir de sus experiencias personales y en la interacción con el otro.

En la revisión bibliográfica se hizo evidente el poco interés investigativo que suscitan estas actividades relacionadas con el grupo social de los fisicoculturistas. Es un ámbito poco explorado desde la perspectiva cualitativa y desde el punto de vista subjetivo, razón por la cual urge abrir otros campos de investigación relacionados con una actividad en la cual si bien el cuerpo se ciñe a determinados cánones de belleza, también tiene otro tipo de interpretación y construcción.

De esta manera, el punto de investigación convergió en indagar la dimensión de cuerpo no como ente biológico, sino como dimensión subjetiva y social. Esta indagación se efectuó mediante la siguiente pregunta: ¿cuáles son las representaciones sociales de cuerpo que tienen cuatro hombres que practican fisicoculturismo en la ciudad de Cali?

## Representaciones sociales

Para pensar la pregunta problema acerca de los distintos valores, posiciones o percepciones que los fisicoculturistas han forjado acerca del cuerpo, fue necesario tener en cuenta la manera como la sociedad ha contribuido a estructurar esas posiciones y pensamientos. Por ello, se consideró importante abordar desde la perspectiva de la psicología social el concepto de representaciones sociales propuesto por Moscovici (1979) que rescata el valor de lo social, la importancia del otro como constructor de realidades y subjetividades, el alcance del sentido común en la construcción social y la trascendencia del lenguaje y la comunicación como herramientas que ayudan a transmitir el conocimiento que forja la realidad de los sujetos.

Moscovici (1979) define el concepto de representaciones sociales, que también comparten

autores como Araya (2002): "La representación social es un corpus organizado de conocimientos y una de las actividades psíquicas gracias a las cuales los hombres hacen inteligibles la realidad física y social, se integran en un grupo o en una relación cotidiana de intercambios, liberan los poderes de su imaginación" (p.18).

Con esto se logra comprender que las representaciones sociales son procesos organizados de construcción del conocimiento que llevan a los sujetos a un entendimiento e interpretación claros acerca de su realidad sin olvidar el papel que desempeñan los otros, ya que con ellos se crean maneras de ver el mundo y formas de actuar en la sociedad de acuerdo con sus intereses. En esta vía, Moscovici (1979) brinda otro aporte de representaciones sociales: "Las representaciones sociales son conjuntos dinámicos, su característica es la producción de comportamientos y de relaciones con el medio, es una acción que modifica a ambos y no una reproducción de estos comportamientos o de estas relaciones, ni una reacción a un estímulo exterior dado" (p. 33).

Con esta definición, el autor expresa la importancia que revisten para el sujeto la interacción con el medio en la reproducción de determinados comportamientos y el distanciamiento de las representaciones sociales con respecto al conductismo, ya que no todos actuamos de igual manera ante un estímulo; más bien, nuestras respuestas están enfocadas a la clase de construcción que efectuamos sobre ellas según los otros y nuestro contexto.

Las definiciones presentadas brindaron, sin duda, un panorama amplio para el objeto de esta investigación, en la que se tomaron las representaciones sociales como un proceso o manera como las sociedades y los individuos crean un conocimiento del sentido común a partir de la interacción y significación con los otros. En este proceso se transmite información que permite la construcción de un

conocimiento susceptible de ser compartido grupalmente a fin de interpretar la realidad. Para ello fue necesario tener en cuenta las siguientes dimensiones:

- a. Actitud: es la mirada emocional negativa o positiva sobre una representación. Se reconoce por medio del lenguaje, trae consigo elementos afectivos, cognoscitivos y comportamentales y siempre está presente.
- b. Información: se relaciona con la organización de los conocimientos que posee un grupo con respecto a un objeto social.
- c. Campo de representación: idea de imagen o modelo social. Alude al contenido concreto y limitado de las proposiciones de un objeto preciso de la representación (Moscovici, 1979).

## Noción de cuerpo

A través de los tiempos, el cuerpo ha sido objeto de múltiples posicionamientos que van desde el religioso hasta el científico o cultural, en los cuales el cuerpo ha sido un referente bien de pecado o bien de perfección: fuerza, salud y belleza.

Medina (1996) hace un recuento de cómo el cuerpo ha tomado valor de acuerdo con la época. En los años sesenta, diversas manifestaciones contraculturales se cifraban en la búsqueda de la estética y la experiencia mental acompañadas de un estilo de vida acorde con ese objetivo. 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".

Por su parte, Pinilla y Lozano (1997) señalan cómo en Occidente el cuerpo deviene en una entidad de consumo que depende del cumplimiento de cánones de belleza específicos y concretos para ser aceptado, sin importar su sometimiento a estoicos regímenes de ejercicio, cirugías costosas y horas interminables en el gimnasio, en donde el acercamiento de cada ser humano con su cuerpo depende en gran medida de la cultura. Ella educa para el reconocimiento de ese cuerpo en cuanto a sus tradiciones y costumbres, razón por la cual el cuerpo ocupa un lugar privilegiado en su seno y brinda para la psicología un amplio panorama para comprender las representaciones sociales, ya que para este campo el cuerpo no solo se concibe como una entidad biológica, sino también en su relación con la mente.

Para la psicología social la importancia del cuerpo parte del valor que la cultura le brinda. Aquí, el Estado desempeña un papel fundamental al ser uno de los entes que difunde conceptos sobre la construcción de la corporalidad. En última instancia, el estudio del cuerpo se convierte en la instrumento mediante el cual se comprenden las dinámicas de una sociedad (Velásquez F., Vargas H., Vallejo C. y Quintero R, 2010).

El cuerpo se vuelve objeto de cánones de belleza agenciados por el sistema capitalista y legitimados por el Estado. Aliena al sujeto mediante una marcada individualización que lo lleva preocuparse por sí mismo y dejar de lado a los demás. En este punto, las idealizaciones del cuerpo se convierten en una meta.

## Objetivo general

Identificar las representaciones sociales de cuerpo de cuatro hombres que practican fisicoculturismo en la ciudad de Cali.

## Objetivos específicos

- Reconocer la relación del cuerpo como herramienta de trabajo.
- Conocer la relación con el ejercicio y cuidado de sí.
- Describir el uso del cuerpo en relaciones sociales.

## Aspectos metodológicos

Esta investigación se basó en un diseño exploratorio descriptivo y en una metodología cualitativa con enfoque procesal –acorde con lo planteado por Araya (2002)– para desarrollar investigaciones a partir de un concepto de representaciones sociales fundamentado en la recopilación del discurso que emerge de conversaciones, en las cuales se utiliza como técnica la entrevista. El enfoque es cualitativo y aborda lo hermenéutico para dar cuenta de las representaciones sociales y cómo a partir de lo social, de la comunicación y del lenguaje, se construye el sentido común en el que "el ser humano es visualizado como un productor de sentidos" (Araya, 2002, p. 50) y "privilegia el análisis de lo social, de la cultura y de las interacciones sociales" (p. 48), lo que permitió una mejor descripción del problema y un acercamiento más acorde con el conocimiento y las maneras de pensar y actuar que se forjan en el intercambio con los demás respecto al cuerpo.

Se llevó a cabo una selección intencional de los sujetos participantes fundamentada en los siguientes criterios:

- Fisicoculturistas practicantes.
- Haber participado en competencias en algún momento.

- Experiencia en la práctica de esta actividad.
- Haber trabajado en el ramo en los últimos seis años.

Participó un grupo de cuatro fisicoculturistas establecidos en distintos gimnasios de la ciudad de Cali y en la Liga Vallecaucana de Fisicoculturismo, con nivel de escolaridad correspondiente a educación superior y rango de edad entre los treinta y los treinta y ocho años.

La técnica utilizada para la recolección de la información fue la entrevista en profundidad, instrumento que permitió acceder a información relevante relacionada con el contenido de las representaciones sociales de los participantes. Se efectuaron dos entrevistas por cada participante las cuales fueron grabadas en audio, previo consentimiento del entrevistado.<sup>1</sup> También se recolectó información a través de la observación no estructurada de algunas sesiones de entrenamiento de los participantes y la asistencia a una competición de fisicoculturismo.

## Resultados

En los fisicoculturistas, las representaciones sociales de cuerpo atraviesan de manera importante sus contextos. El cuerpo deja de ser un objeto ajeno y se convierte en el principal elemento de construcción de sus realidades sociales y personales, como lo menciona Araya (2002). Lo que busca el estudio de las representaciones sociales es detectar tanto el contexto o grupo social como las ideologías, valores y normas que estructuran las personas respecto a un objeto social específico que posibilita la construcción de significados e identidad. De acuerdo con la información obtenida, se iden-

1. Las siguientes convenciones se utilizarán de aquí en adelante: E1: entrevistado uno (JG); E2: entrevistado dos (LF); E3: entrevistado tres (SM); E4: entrevistado cuatro (MC). 1 = primera entrevista; 2 = segunda entrevista.

tificaron tres categorías y cinco subcategorías que guiaron y organizaron los aspectos más relevantes del análisis. Estas son:

## El cuerpo como herramienta de trabajo

Esta primera categoría hizo posible la visualización entre los participantes de dos perspectivas frente al cuerpo como herramienta de trabajo. Por un lado, están quienes no consideran el cuerpo dentro del fisiculturismo como una vía directa para la obtención de ingresos, pero lo consideran como imagen y representación para insertarse en el mundo laboral. Por otro lado, se encuentran aquellos que ven en esta disciplina una fuente de ingresos y su cuerpo como el principal aliado en su búsqueda de sustento económico. Ambos casos llevan a inferir que el cuerpo es una herramienta importante en sus vidas laborales: "Las inserciones de las personas en diferentes categorías sociales y su adscripción a distintos grupos, constituyen fuentes de determinación que inciden con fuerza en la elaboración individual de la realidad social, y esto es, precisamente, lo que genera visiones compartidas de la realidad e interpretaciones similares de los acontecimientos" (Araya, 2002, p.14).

Al corriente de lo anterior, se entiende cómo al ingresar al mundo del fisiculturismo, los sujetos logran construir una identidad con el cuerpo que refleja su manera de ver la realidad y compartir pensamientos en relación con diferentes aspectos de su contexto. Así, "el conocimiento del sentido común es conocimiento social porque está socialmente elaborado" (Araya, 2002, p.11) y por ende, compartido, tal como se observó en las entrevistas al identificar, en el discurso, semejanzas en las diferentes percepciones del cuerpo cuando se lo asumía como la principal herramienta de trabajo: "Tengo la herramienta que es mi cuer-

po. Cuento con la disciplina y el poder mental. Voy a practicarlo de lleno y ser un profesional. Con mi imagen voy a crear mi propia empresa, ya que en Colombia no patrocinan este tipo de deportes. Por eso, opté por patrocinarme y crear mi propio negocio" (E4, p. 1).

Según esta concepción, los sujetos participantes reconocen el cuerpo como un instrumento fundamental para insertarse en la lógica del trabajo y llegar a ser un icono para la sociedad. De esta manera, venderían al público un servicio a través de su imagen.

Aunque existe una diferenciación en la manera de utilizar el cuerpo, tres de los participantes comparten la idea de que en el fisiculturismo el cuerpo como tal es una vía para generar ingresos, mas no un sustento económico: "La ventaja de ser dueño o instructor de gimnasio es que la gente te ve como un icono. Yo llevo diez años compitiendo y tengo el bagaje y el conocimiento. He aprendido y además he estudiado... la gente cree en uno, en el negocio" (E1, p. 3). "Yo no tengo planes hacia el futuro. Que yo viva de esto no, porque para eso se necesita mucha plata, un buen patrocinador, invertirle mucho... Aquí en Colombia no se vive del fisiculturismo; uno lo hace por amor al deporte. Son poquitas las personas que pueden decir que viven del fisiculturismo, dos o tres; pero de resto todo es por amor propio" (E3, p. 1).

Como se observa, todo apunta a que el cuerpo se plantea como una imagen para vender, pero no como una herramienta para producir.

Por otro lado, se tiene una concepción distinta en la que el cuerpo se convierte en la principal herramienta de sustento económico y en una imagen para ofrecer un servicio: "Por la vía del fisiculturismo pagué mi universidad y me he sustentado. Compré un computador portátil y un programa. Trabajaba muy ordenado con

mis clientes. Tenía un valor agregado y era un servicio muy bueno. Aquí nadie patrocina a nadie, entonces le toca a uno patrocinarse. Voy a trabajar más; voy a marcar la diferencia prestando mi servicios". (E4, p. 1).

Juicios de esta clase permiten contrarrestar muchas de las visiones que sobre la realidad social se tiene en la teoría de las representaciones sociales, cuando se menciona cómo las propiedades de las realidades pueden variar según los intereses específicos de cada sujeto. Así, "las realidades objetivas se convierten en realidades personales" (Araya, 2002, p. 14). Sin embargo, de lo anterior no se colige que los sujetos no posean un conocimiento común sobre el cuerpo como herramienta de trabajo. En efecto, lo tienen; pero lo utilizan de forma diferente de acuerdo con sus posiciones y experiencias particulares. Si bien todos ven el cuerpo como su principal herramienta para introducirse y mantenerse en el mercado laboral, no consideran que el fisicoculturismo sea un medio laboral estable, aunque en ese contexto logran encontrar otros escenarios como salida económica, entre ellos el entrenamiento personalizado, la venta de suplementos alimenticios, la administración de gimnasios o ser propietarios de ellos: "La mayoría de fisicoculturistas que estamos metidos en esto, si no tenemos un gimnasio, entrenamos a personas o vendemos proteínas. Si hiciéramos otra cosa y solo invirtiéramos dos o tres horas en esto no estaríamos en nada, no nos serviría, porque nuestro cuerpo es nuestra principal herramienta" (E2, p. 1).

Para concluir, se encontró que para los sujetos participantes el cuerpo se consolida como una herramienta esencial para el sustento económico y la inserción laboral. Se observa también una posición frente a determinados escenarios laborales que se basa en la construcción del conocimiento del sentido común; es decir,

que a partir de su experiencia han logrado adaptar un significado al cuerpo dentro del contexto laboral que asume la imagen corporal como una herramienta para atraer y adquirir reconocimiento en el mercado de trabajo, elemento que forma parte del contenido de las representaciones sociales.

### Relación del cuerpo con el ejercicio y cuidado de sí

En esta categoría, la relación del cuerpo con el ejercicio está íntimamente relacionada con un estilo de vida en el que la disciplina mental y física es fundamental para obtener buenos resultados. En esta vía, la relación del cuerpo con el cuidado de sí se enmarca en dos aspectos: la autoestima, materializada en la construcción y simetría de un cuerpo que desempeña un papel fundamental en sus vidas y los hace sentirse seguros de sí mismos; y la salud, punto ambivalente, pues si bien es cierto que esta se persigue gracias a una buena alimentación y a una rutina diaria de ejercicios, también lo es el hecho de que el cuerpo ideal en esta actividad puede requerir el uso de esteroides anabólicos que pueden llevarlo a un punto que la naturaleza humana no permite y por ende, la salud puede verse afectada dada la presencia de efectos secundarios como enfermedades cardiovasculares y cánceres.

Tales aspectos entran a formar parte del contenido de las representaciones sociales de cuerpo porque las ideas y acciones que construyen y comparten a partir de las interacciones son elementos esenciales del sentido común y del conocimiento de su realidad.

Ahora bien, dentro de la categoría descrita se tienen las siguientes subcategorías:

#### *Estilo de vida*

Se encontró que las representaciones sociales de cuerpo de los participantes en el fisicocul-

turismo, son un objeto que les permite llevar un estilo de vida diferente al resto de la sociedad. Como lo menciona Moscovici (1979), a partir de determinados comportamientos y comunicaciones cada grupo construye un conocimiento singular que representa sus realidades y donde "lo no habitual se desliza hacia lo acostumbrado y lo extraordinario se hace frecuente" (Moscovici, 1979, p. 41). Este estilo de vida conduce a los participantes a adquirir una disciplina física y mental que en muchos casos los lleva a renunciar a cierto tipo de alimentación y a determinadas actividades sociales, todo en pro del óptimo rendimiento y la satisfacción de sí mismos:

*Si esto no es parte de tu vida, de tu alma y de tus cosas yo no te podría imaginar en un restaurante pidiendo una carne a medio asar, sin sal, ensalada y una jarra de agua. Si eso no va en vos, olvidate. Esto no es lo tuyo. Es un estilo de vida, una cultura que te tiene que correr en la sangre. Tenés que sacrificar familia y amigos para venir a entrenar, incluso si estás enfermo. Aprendés disciplina; aprendés amor propio; aprendés dignidad (E1, p. 1).*

El discurso de los participantes resalta no solo la disciplina física, sino también esa rigurosidad mental que se debe tener para exigirle al cuerpo e ir más allá. Los sujetos mentalizan sus metas y ponen en marcha su voluntad para alcanzar los resultados: "La experiencia es primero mental que física. Un campeón no se hace porque sea más fuerte o porque tenga más músculo, sino por su mente, porque la mente es la que logra que esa persona lleve su cuerpo a otro nivel, su entrenamiento un grado más arriba. Para esto hay que tener un control mental total; primero está la mente, luego ya vienen resultados con tu cuerpo". (E4, p. 2).

A partir del cuerpo, los sujetos forman un estilo de vida particular. En él dan prioridad a la disciplina mental y física para obtener beneficios corporales y las prácticas, que pueden parecer extrañas o de gran dificultad para otros grupos sociales, se convierten en algo común y

cotidiano. En este momento se da el anclaje: "A través del proceso de anclaje, la sociedad cambia el objeto social por un instrumento del que puede disponer, y este objeto se coloca en una escala de preferencia en las relaciones sociales existentes" (Moscovici, 1979, p. 121). Ello guía sus comportamientos y actitudes frente a la construcción de su cuerpo y sus suposiciones de cómo alcanzar una simetría perfecta se convierten en elementos concretos y naturales de su vida cotidiana, lo que Moscovici (1979) llama objetivación. El anclaje y la objetivación permiten a los sujetos desarrollar una dinámica para apropiarse del objeto de sus representaciones sociales (en este caso, el cuerpo) "[...] y guiar sus comportamientos. La representación objetivada, naturalizada y anclada, es utilizada para interpretar, orientar y justificar los comportamientos" (Araya, 2002, p. 37).

Pero además de cumplir con la tarea del anclaje y la objetivación, los sujetos tienden a apropiarse del objeto: "Representar un objeto es al mismo tiempo conferirle la categoría a un signo, conocerlo haciéndolo significativo. Lo dominamos de un modo particular y lo internalizamos, lo hacemos nuestro" (Moscovici, 1979, p. 42). Los sujetos posicionan su estilo de vida frente al cuerpo como "la mejor manera de vivir": "Un fisiculturista puede hacer cualquier cosa que se proponga en su vida, porque este estilo de vida no es fácil. Es un estilo de vida que se logra a través de tu cuerpo, tu fuerza o hacer dieta; es entrenar la mente, es un poder mental. Si una persona logra ser culturista y logra llevar su mente a los límites, logra cualquier meta que se proponga" (E4, p. 2).

Así, vemos cómo a través del discurso logran recopilar de manera breve ideas que comparan con sus colegas y les permiten afianzar sus comportamientos como positivos. Ello posibilita que a través de un código lingüístico similar "se comparta un mismo trasfondo de representaciones sociales" (Araya, 2002, p. 38).

## Autoestima

En este aspecto, se encontró que el fisicoculturismo forma parte del quehacer de su vida diaria. En él encuentran un espacio confortable que les da seguridad consigo mismos y respecto a su entorno social. En este sentido, sus representaciones sociales comparten un elemento en común como es la construcción de significados positivos en relación con su cuerpo, creando así "una visión compartida de la realidad y un marco referencial común" (Araya, 2002, p. 31):

*Uno cambia el cuerpo y ve que la parte fisiológica comienza a aumentar: los brazos, las piernas; uno ve que aumenta de peso. Entonces, yo pienso que ahí es cuando uno se empieza a motivar más y cómo se aumenta el ego. La autoestima sube automáticamente; ya no eres una persona del común (E3, p. 1).*

Si se consideran este relato y la frase repetida de los participantes "esto es por amor propio", cabe concluir que esta práctica conlleva una satisfacción y una constante admiración por parte de los demás. Este punto empuja a reflexionar sobre el rasgo narcisista que presenta su discurso. Su narcisismo es motivado por el placer de ser admirado en diferentes escenarios y por una necesidad creciente de atención (Trechera, 1996).

"Una representación social es una organización de imágenes y de lenguaje porque recorta y simboliza actos y situaciones que son y se convierten en comunes" (Moscovici, 1979, p. 16). A partir del cambio físico los sujetos, al insertarse, comparten la idea de cómo esto les permitió mejorar su autoestima y satisfacción personal:

*El cuerpo para mí representa disciplina, tenacidad y ante todo determinación. No es fácil, pero se puede. Recuerdo que desde que inicié, cada paso más que satisfacción por tener un trofeo en mi casa me generaba satisfacción personal de haber llegado donde estoy en estos momentos. Saber que sí se puede, con ganas y esfuerzo, representa para mí más que un perso-*

*na me admire, más que una chica lo vea, es mi satisfacción personal (E4, p. 2).*

Cabe agregar que una vez los sujetos se sienten mejor consigo mismos no quieren dejar un estilo de vida que toma gran valor para su existencia, toda vez que viven en una sociedad donde el cuerpo se torna importante y valioso. Se observa cómo las representaciones sociales que los motivaron a practicar el fisicoculturismo tienen un peso cultural importante, pues se exige seguir unos cánones de belleza determinados:

*La verdad, yo me inicié en el gimnasio porque era muy delgado y quería tener un cuerpo atlético. Viendo revistas me fui enterando del fisicoculturismo y me gustó, porque me parecía que era el arte de formar el cuerpo. No tengo una descripción para decir lo que se siente, pero lo formas tú, por medio de ejercicio y la alimentación. Así, vas formando ese muñeco de arcilla, pero en tu cuerpo (E4, p. 1).*

Como se puede entender, "se trata de la formación de otro tipo de conocimiento, adaptado a otras necesidades, que obedece a otros criterios, dentro de un contexto social preciso" (Moscovici, 1979, p. 16). Es decir, si bien existen demandas sociales en relación con un cierto tipo de constitución física, ellos establecen una serie de estrategias, rutinas y pensamientos que los ayuda a sobrepasar sus inconformidades. O sea, "[...] reelaboran los materiales hallados según su conveniencia y de acuerdo con sus medios" (Moscovici, 1979, p. 16).

## Salud

En este aspecto, se observó cómo la disciplina y el rigor del cuerpo no solo van encaminados hacia estructuradas formas de entrenamiento físico, sino también hacia una rutina que implica pautas alimenticias específicas y marca un estilo de vida saludable:

*Cambia todo en cuanto a la alimentación, porque antes de eso vos no te fijabas en nada, no medís una comida, no mirás una tabla de*

*contenido, sino lo que hay en la casa y te lo comes. Una vez estás en preparación, todo tiene que ser medido, pesado, a ciertas horas y estar superpendiente de cuántos carbohidratos tiene, cuántas proteínas tiene, si me va afectar o en qué me va a servir. Un gramo puede hacer la diferencia de un alimento a otro (E2, p. 1).*

En efecto, sus representaciones sociales de cuerpo no solo atraviesan una condición de rendimiento corporal, sino que también son un asunto de bienestar y salud, aunque esto se puede ver afectado por el uso excesivo de esteroides que, según tres participantes, en muchas ocasiones son necesarios para llevar el cuerpo a otro límite. Sin embargo, se aclara que el objetivo de esta investigación no es ahondar sobre el significado de usarlos o no en el ámbito del fisiculturismo, sino clarificar cómo este asunto es importantes para identificar aspectos claves de las representaciones sociales de cuerpo. Es decir, el uso de esteroides y anabólicos forma parte del contenido de sus representaciones sociales.

Al principio de las entrevistas, los participantes manifestaron una posición concreta frente al uso de esteroides como algo que traía consecuencias negativas para la salud:

*En cuanto a los esteroides, yo al principio los utilicé, pero después entendí el mal que hacen al cuerpo. Ahora hay muchas páginas que dicen cómo uno se debe aplicar los ciclos y les enseñan a las personas sin darse cuenta del mal que pueden hacer, porque el cuerpo tiene un tope. Yo creo que una de las cosas que me ayudó a entender eso es la carrera que estoy estudiando (E2, p. 1).*

En este punto se observa cómo "conocer socialmente una cosa es hablarla" (Moscovici, 1979, p. 164) y al hablarla se imprimen significados a través del lenguaje y la comunicación. Ello contribuye "como medio de elaboración de una representación de la realidad" (Moscovici, 1979, p. 171). Es decir, hablar de esteroides connota un significado que va más allá de usarlos o no. Significa adoptar una posición

que tiene sus consecuencias, pero se modera su uso con un buen asesoramiento:

*Eso es un tabú. Ahora ya todo el mundo sabe qué es eso. Yo creo que eso es necesario para todo deportista de alto rendimiento. Sería una mentira decir que en otros deportes no utilizan la ayuda de los esteroides o anabólicos. Todos los necesitamos para rendir más. Yo no creo que esto sea malo; solo se necesita un buen asesoramiento y hacerse un chequeo médico para saber qué deberías usar y cómo usarlo. Es mejor pegársele a una persona que ya lleve tiempo y te pueda asesorar; claro, uno tampoco debe abusar de esto porque tarde o temprano te lo cobra (E3, p. 2).*

Sin embargo, por otro lado tenemos al sujeto E2, quien ya no los utiliza debido a la experiencia vivida y al conocimiento de los efectos secundarios de los esteroides aportado por su formación académica como profesional del deporte:

*Yo en un inicio los usé. El primer año no había estudiado; no sabía nada. Ingresé a un gimnasio y el entrenador que me tocó me dijo: "vos tenés un biotipo grandísimo; hacete un ciclo". Por la ignorancia que tenía en el momento y por la falta de estudio accedí. El cambio fue bueno en un principio, pero también trajo repercusiones. Tenía problemas de rodillas, el corazón me iba a toda, me mareaba... Cuando empecé a estudiar y a ver qué era lo que me estaban metiendo (porque yo todo lo apuntaba), me dije: "¡Dios mío, qué hice!". Gracias a Dios estuve a tiempo y no tuve más problemas. Desde ahí la posición mía ha sido cero esteroides (E2, p. 2).*

Se ven así las diferentes posiciones frente al uso de esteroides y sus consecuencias. Los participantes son conscientes de cómo el uso de estas ayudas externas tiene un límite a partir del cual aparecen los efectos secundarios:

*Tengo claramente en mi mente que el cuerpo es temporal, porque somos seres humanos y, pues, tenemos una vida útil. En mi deporte, por ejemplo, el sistema hormonal y el cuerpo se desgastan. Llega un momento en que uno ve que no se va a poder mantener así toda la vida. Tal vez hasta los cincuenta o los sesenta se puede conservar bien una persona. De ahí para allá es muy difícil (E4, p. 2).*

Se advierte, entonces, cómo la reproducción de las representaciones sociales "[...] implica un reentramado de las estructuras, un remodelado de los elementos, una reconstrucción de lo dado en el contexto de los valores, las nociones y las reglas con las que se solidariza" (Moscovici, 1979, p. 17). Es decir, mediadas por su experiencia y valores, las representaciones sociales de cuerpo en relación con el ejercicio y cuidado de sí pasan por un restablecimiento de los cánones corporales establecidos socialmente. En estas, el cuerpo es llevado a otro nivel y para lograrlo se debe cumplir con una disciplina, algo que no todos los participantes están dispuestos a hacer.

Se observa cómo algunos participantes utilizan esteroides, lo cual, paradójicamente, va en contra del "estilo de vida saludable" que algunos defienden. Ello

*[...] en muchos casos es disfuncional y se vuelve en contra de la salud y la calidad de vida de quienes lo siguen; por lo que la cultura del culto al cuerpo se puede convertir, si no se ponen los medios oportunos para evitarlo, en una cultura contra el cuerpo (Garcés y Ramos, 2011, p. 66).*

## Uso del cuerpo en relaciones sociales

La sociedad no solo marca determinados cánones de belleza, sino que también afirma y brinda un reconocimiento social –positivo o negativo– en relación con el aspecto físico de las personas, según los estereotipos establecidos. Por tal razón, es importante tener en cuenta dos subcategorías: el reconocimiento social (aspecto positivo) y los prejuicios –según la mirada de los fisiculturistas– (aspecto negativo), que dan a conocer la importancia que toma el cuerpo de estos sujetos en la interacción social, la comunicación y el lenguaje. Veamos:

### Reconocimiento social

En relación con esta categoría, se encontró cómo el reconocimiento social que obtienen

los fisiculturistas con su cuerpo, lleva a cabo una ruptura con la experiencia física de su pasado. Desde el momento que comienzan a tener una construcción distinta sobre su cuerpo, se marca un punto de distinción entre las personas del común y se escala a una posición desde la cual se asumen como un grupo diferente y único:

*Cuando uno es fisiculturista tu cuerpo va a sobresalir en cualquier parte; se siente que es diferente. Tengo un amigo argentino que me decía que los culturistas son una raza diferente (risas); y tiene razón, porque somos personas que nos gusta sufrir, no porque vamos a llorar, sino porque sufrimos con sudor y esfuerzo para formar el cuerpo (E4, p. 2).*

Una vez construido su cuerpo simétricamente, los sujetos experimentan un posicionamiento diferente en su entorno, donde son admirados y reconocidos socialmente por su cuerpo:

*Lo que yo digo es que esto no es cuestión de chicanearia; es cuestión de sentirte vos consigo mismo... saber que sos alguien que llamas la atención por algo que vale la pena. Te soy sincero: una persona puede tener la mejor ropa del mundo, la mejor marca pero si es un gordo al exceso o un flaco al exceso es simplemente eso y no pasa de ahí... Un cuerpo bien formado, con una disciplina bien estricta, con un cuerpo bien atlético se puede poner una camiseta o un jean que no tiene etiquetas y lo van a ver como el modelo a seguir. Te ven y van a decir "¡Huy, esa viga, ve!" (E1, p. 1).*

Se resalta aquí el énfasis de Araya (2002) cuando cita a Moscovici, en el sentido de que al no existir una interacción sujeto-objeto sino a nivel de las construcciones de representaciones sociales, necesariamente intervienen los otros a quienes se llama *alter*. Es decir, el objeto siempre va estar relacionado en la interacción sujeto-objeto-alter, puntos importantes para una construcción de conocimientos y de significados frente al cuerpo.

Por otro lado, los discursos hasta aquí analizados, dan cuenta del posicionamiento del cuerpo en el régimen del mercado. Allí, este

se convierte en un elemento que atraviesa maneras de ver, entender y actuar en un mundo globalizado, en el cual

*[...] se toma al cuerpo como su objetivo y se le imponen unas normas. Y este tipo de prácticas, de atención y culto al cuerpo, se ha entendido como una nueva forma de consumo, paradójicamente llamado consumo cultural" (Sossa, 2011, p. 568).*

En este contexto, la apariencia física que construye el sujeto "es signo y mensaje que habla de su propietario" (p. 570). Es una instancia que muestra la subjetividad del otro y por lo tanto otorga poder en la sociedad. "El cuerpo, como construcción cultural, en esta época hay que manipularlo para venderlo. Es un objeto palpable que posee influencia y por lo tanto se lo comercializa" (p. 569).

### Prejuicios

Es importante reparar cómo a partir de determinadas construcciones que los grupos forman sobre sus realidades, se infieren las observaciones, críticas o comentarios que los alter hacen. Igualmente, influyen también en ese entramado las representaciones sociales. Por ello, en esta investigación se resaltaron aquellos juicios que los participantes escucharon y se les ha impuesto por pertenecer a un grupo que marca la diferencia a partir de su cuerpo, censuras que, según ellos, surgen del desconocimiento de su disciplina: "La sociedad normalmente ve a un fisicoculturista y lo primero que piensan es que se chuzo, que se mantiene pegado de la farmacia o mantiene con una jeringa en la mano" (E2, p. 1). "Este es un deporte que se presta para muchas hipocresías. Todo el mundo te ve y dicen: ah, eso es puro esteroide, esos son drogas; ese man tan musculoso ¡qué pereza!" (E1, p. 1).

Aquí se evidencia el punto de vista de los sujetos acerca de lo que para su entorno son su profesión y sus logros corporales. No siempre son reconocidos por su disciplina, sino critica-

dos por desconocimiento o porque predominan tabúes. En este sentido, cuando la sociedad se anticipa a una acción, es decir, juzga sus prácticas y su cuerpo sin conocimiento, logra que "la presión ejercida por la sociedad y los límites que esta intenta asignar a sus miembros, hacen que las inferencias sean más pregnantes que los otros enunciados de un razonamiento" (Moscovici, 1979, p. 185). Los comentarios e ideas que tienen los alter priman a la hora de encasillar el estilo de vida de los fisicoculturistas, quienes ponen un marcado énfasis en la construcción de su cuerpo, pero son vistos –según los participantes– como individuos que solo lo logran a partir del uso de esteroides.

Por otro lado, se vislumbra cómo dentro de sus representaciones sociales de cuerpo, los fisicoculturistas logran identificar aquellos prejuicios con los que la sociedad los signa. Así, "[...] los individuos, en su vida cotidiana no son únicamente máquinas pasivas que obedecen a aparatos, registran mensajes y reaccionan a los estímulos exteriores" (Moscovici, 1979, p. 37). Además, hacen una interpretación de ello:

*Yo pienso que es como la manifestación de la propia frustración de aquellas personas que no pueden ser esto; porque, quién no ha querido tener una bonita figura, quién no lo ha intentado. Más prejuicios que son ofensivos, como que los fisicoculturistas son homosexuales. Además, si lo fuéramos, ¿qué pasa? Otro prejuicio es que tenemos el pene chiquito... Yo entré a estudiar por otro de los prejuicios que existen: que los fisicoculturistas son cabezas huecas, son brutos (E4, p. 1).*

Estos prejuicios cumplen el papel de ser actitudes frente a lo que ellos consideran que la sociedad opina de su posición frente al cuerpo. Aquí se debe tener en cuenta la actitud como una de las dimensiones de las representaciones sociales cuya función es dar una mirada emocional (negativa o positiva) sobre una representación. Este valor se puede reconocer a través del lenguaje, como logran hacerlo los sujetos al rescatar los prejuicios y el recono-

cimiento social que han obtenido a partir de su experiencia (Araya, 2002):

*Al comienzo empecé a entrenar con mi mejor amigo. Íbamos siempre juntos y muchos de los amigos del barrio se burlaban. Decían –¡llegaron los acuerpados!–, pero ya meses más tarde cuando vieron que tuvimos resultados, querían ir con nosotros a entrenar. Eso ya era reconocimiento (E4, p. 1).*

Con este relato se sintetiza cómo los sujetos no solo identifican el factor negativo de los prejuicios, sino también el positivo del reconocimiento social una vez insertados en el fisicoculturismo y en la transformación de su cuerpo.

## Discusión y conclusiones

De acuerdo con el análisis de los resultados, las representaciones sociales de cuerpo de los participantes en la investigación están mediadas por las tres dimensiones que propone Moscovici (1979): la información, la actitud y el campo de representación. La información hace alusión a la organización del conocimiento de los sujetos acerca del cuerpo. En ella identifican cómo moldearlo y construirlo de acuerdo con sus preferencias. La actitud es la dimensión más evidente, ya que representa una posición –positiva en este caso– hacia el objeto cuerpo. En esta dimensión, 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 sus representaciones sociales de cuerpo (Moscovici, 1979). Sobre la base de lo anterior, se observó cómo las representaciones sociales de cuerpo en los cuatro sujetos se instauran como un medio de interacción con el otro y consigo mismo desde el primer momento. 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; sin embargo, una vez inician esta práctica y se sumergen en ella, los sujetos instauran otro tipo de demandas frente al físico. Así, los cánones son restablecidos, se tiene otra mirada de la realidad en la que el cuerpo es llevado a otro nivel corporal y se estructura un nuevo conocimiento que se comparte dentro de esta población. Este conocimiento es útil para explicar y darles sentido a las vivencias ordinarias que los envuelven, familiarizan y los relaciona frente a una visión diferente del cuerpo (Moscovici, 1979).

Una vez organizado este conocimiento tanto psíquicamente como físicamente, los sujetos lo ponen en marcha a partir de un estilo de vida en el que los resultados dependerán de la exigencia, la dedicación y la voluntad respecto del ejercicio físico, la alimentación, el descanso o el distanciamiento de eventos sociales que impliquen consumo de licor o trasnocho, lo cual iría en contra de la construcción corporal que ellos desean. El cuerpo, entonces, debe estar alejado de esos hábitos si se quiere adquirir esa figura simétrica y voluminosa que no solo es expuesta en las competencias, sino también en sus contextos sociales y les brinda reconocimiento social y sentimientos de seguridad al ser admirados por su apariencia física. Se sienten únicos gracias a la disciplina física y mental con la que ejercen una práctica que, según ellos, no está destinada para todo el mundo.

Los sujetos consideran que por llevar este estilo de vida en muchas ocasiones la sociedad no solo los admira, sino que, contrariamente, también aplica una actitud negativa que ellos reconocen a través del lenguaje y que nace de una interpretación equivocada y un desconocimiento de sus prácticas. Entre estas críticas cabe mencionar el uso de esteroides anabólicos, frente a lo cual los sujetos participantes manifestaron diversas opiniones que dependían de la reelaboración de su sistema

de valores. Por un lado, estaban quienes consideraban su uso como una posibilidad de ir más allá de la fisionomía corporal y por el otro, quienes no apoyan su consumo debido a los efectos colaterales. De esta manera, el cuerpo se deviene en un objeto atravesado por enfoques y experiencias adquiridas mediante la relación con otros que, a su vez, cumplen la función de apoyar la construcción de conocimiento frente a las representaciones sociales.

Asimismo, se puede inferir que los sujetos participantes son conscientes de que el cuerpo, como entidad biológica, tiene un periodo de vida útil dentro del fisicoculturismo. Por ende, buscan otros medios de salida económica como la educación superior, para llevar a cabo sus proyectos, entre ellos la administración de gimnasios, el entrenamiento personalizado o la venta de suplementos alimenticios y maquinaria deportiva, algo que logran concretar gracias a su trayectoria y al reconocimiento social que les brinda su imagen corporal, principal herramienta para promocionar e instaurarse en el mercado laboral.

De esta manera, se pudo notar cómo las representaciones sociales de cuerpo en los cuatro sujetos se refleja en dos aspectos comunes de sus realidades, a saber, el cuerpo –en primer lugar– como una entidad subjetiva en la que logran apropiarse de manera distinta y a nivel personal de su aspecto físico, y en segundo lugar, como una entidad social en la cual las demandas y cánones de belleza van más allá del marco que el contexto establece. Así, una vez se obtiene el cuerpo deseado, los sujetos no dan vuelta atrás, porque el nivel alcanzado les brinda una posición y un reconocimiento social particular y así tanto lo subjetivo como lo social se entrelazan en su discurso y en acciones que promueven una identidad estructurada a partir del fisicoculturismo. Esto les ha permitido percibirse a sí mismos como diferentes y únicos, pues consideran que desa-

rollan una fuerza mental que los faculta para conseguir cualquier objetivo. A partir de este punto, se desprende su singularidad frente a la manera de ver, comunicar e interpretar la realidad donde el cuerpo, al brindarles poder y seguridad, les facilita un posicionamiento distinto frente al otro gracias al cual obtienen reconocimiento social y admiración.

Finalmente, para la psicología social es importante seguir explorando esta temática desde la perspectiva de cómo el discurso que se construye sobre el cuerpo se convierte en una práctica social que genera determinadas formas de relación e identidad a nivel individual y colectivo. Todo ello en un contexto social que demanda e impone unos cánones corporales y unas estéticas alrededor del cuerpo, que si bien no es un fenómeno nuevo, es un hecho que se ha ido posicionando con mayor fuerza en los últimos años, ligado a patrones de consumo agenciados por la globalización.

## Bibliografía

- ARAYA, S. (2002). "Las representaciones sociales: ejes teóricos para su discusión". En: *Cuaderno de Ciencias Sociales*, No. 127. San José de Costa Rica: Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, pp. 5,83.
- ARBINAGA, F., y CARACEL, J. (2008). "Imagen corporal en varones fisicoculturistas". En: *Acta Colombiana de Psicología*, 11(01). pp. 75, 88.
- GARCÉS, J., y RAMOS, M. (2011). *Estética corporal, imagen y consumo en Castilla-La Mancha*. Universidad de Castilla-La Mancha .
- MEDINA, F (1996). "El cuerpo en la posmodernidad: la salud, el ejercicio físico y el cuerpo perfecto". En: *Signo y Pensamiento*. 28 (XV), pp. 99,120.
- MOSCOVICI, S. (1979). *El psicoanálisis, su imagen y su público*. Buenos Aires: Anesa-Huemul.

- ONNETO, L. (2007). "De las representaciones discursivas al orden del discurso: una perspectiva discursiva de la intervención del trabajo social". En: *Palabra*(08), pp. 27,41.
- PINILLA M. y LOZANO M. (1997). "¿Cuerpo sentido, cuerpo expresado, o cuerpo olvidado?" En: *Alegría de enseñar* N° 32, pp. 52,57.
- RAICH María R. (2004). "Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal". En: *Avances en psicología latinoamericana*. V. 22, pp. 15,27.
- TRECHERA, J. L. (1996). *El narcisismo: epidemia de nuestro tiempo*. Envío digital.
- VELÁSQUEZ, A.; VARGAS, A.; VALLEJO, L. y QUINTERO, L. (2010). "Algunas consideraciones sobre el estudio del cuerpo desde la psicología social". En: *Revista Electrónica de Psicología Social*(20), pp. 2,8.
- VIGARELLO, G. (2005). "Ejercitarse y jugar" . En: VIGARELLO, G. *Historia del cuerpo: del Renacimiento a la Ilustración* (Vol. 1). Madrid: Taurus.