



Universidad Nacional
de General Sarmiento

MAESTRÍA EN CIENCIAS SOCIALES

Acreditación de la CONEAU (224/11)

Tesis para Obtener el grado de
Magíster en Ciencias Sociales

*Haciendo fierros en el Boulevard: una aproximación etnográfica al interior
de los gimnasios porteños*

Lic. Alejandro Damián Rodríguez

Director: Dr. José Garriga Zucal

Junio de 2013



FORMULARIO "E" TESIS DE POSGRADO

Este formulario debe figurar con todos los datos completos a continuación de la portada del trabajo de Tesis. El ejemplar en papel que se entregue a la UByD debe estar firmado por las autoridades UNGS correspondientes.

Niveles de acceso al documento autorizados por el autor

El autor de la tesis puede elegir entre las siguientes posibilidades para autorizar a la UNGS a difundir el contenido de la tesis:

- a) Liberar el contenido de la tesis para acceso público.
- b) Liberar el contenido de la tesis solamente a la comunidad universitaria de la UNGS:
- c) Retener el contenido de la tesis por motivos de patentes, publicación y/o derechos de autor por un lapso de cinco años.

- a. Título completo del trabajo de Tesis:
Haciendo fierros en el Boulevard: una aproximación etnográfica al interior de los gimnasios porteños
- b. Presentado por (Apellido/s y Nombres completos del autor):
Rodríguez, Alejandro Damián
- c. E-mail del autor:
rodriguez_ad61@hotmail.com
- d. Estudiante del Posgrado (consignar el nombre completo del Posgrado):
Maestría en Ciencias Sociales UNGS-IDES
- e. Institución o Instituciones que dictaron el Posgrado (consignar los nombres desarrollados y completos):
Universidad Nacional de General Sarmiento e Instituto de Desarrollo Económico y Social
- f. Para recibir el título de (consignar completo):
 - a) Grado académico que se obtiene: **Magíster**
 - b) Nombre del grado académico: **Ciencias Sociales**
- g. Fecha de la defensa: / /
 Día mes año

- h. Director de la Tesis (Apellidos y Nombres): **José Garriga Zucal**
- i. Tutor de la Tesis (Apellidos y Nombres): -
- j. Colaboradores con el trabajo de Tesis: -
- k. Descripción física del trabajo de Tesis (cantidad total de páginas, imágenes, planos, videos, archivos digitales, etc.): 166 págs.
- l. Alcance geográfico y/o temporal de la Tesis: Ciudad de Buenos Aires, 2013
- m. Temas tratados en la Tesis (palabras claves): Deporte- Cuerpo- Masculinidades
- n. Resumen en español (hasta 1000 caracteres):

En las últimas tres décadas, los gimnasios de entrenamiento físico-deportivo-recreativo se multiplicaron por la Ciudad de Buenos Aires de manera exponencial. Observar qué es lo que ocurre en esos espacios, así como interactuar con quiénes los frecuentan ha sido el objetivo global de esta investigación. En términos más precisos, para "apuntalar" el estudio tuve que elegir solo uno de esos gimnasios como es el *Boulevard*, y analizarlo en profundidad. Allí me dediqué a estudiar el modo en que está estructurado el espacio, así como analicé las prácticas físicas de entrenamiento y presté atención a toda la "batería de consumos-inversiones" que quienes entrenan realizan sobre su cuerpo. Sin embargo, me concentré más que nada en estudiar a un grupo específico del lugar: los *ferreros*. Este grupo, compuesto por hombres muy jóvenes, parece querer extender su juventud masculina más allá del paso del tiempo y para lograrlo intentan cotidianamente *hacer fierros*. A partir de esa práctica, que se vuelve central en sus vidas, tratan de convertirse, transformando sus cuerpos y a sí mismos, en un tipo de hombre que construyeron mentalmente, que desean y cuyos rasgos principales se encarnan en el cuerpo.

- o. Resumen en portugués (hasta 1000 caracteres):

Nas últimas três décadas, academias de fitness-desporto-recreativas multiplicado pela Ciudad de Buenos Aires exponencialmente. Observe o que acontece nesses espaços, bem como interagir com o freqüente, que tem

sido o objetivo geral desta pesquisa. Mais precisamente, a "sustentar" o estúdio tivesse que escolher apenas um desses ginásios, como o *Boulevard*, e analisá-lo em profundidade. Não estudei a maneira pela qual o espaço está estruturado, e analisados práticas de treinamento físico, e dar atenção a todos os "consumo-investimento" que aqueles que treinam realizado sobre o corpo dele. No entanto, eu me concentrei principalmente no estudo de um grupo específico do lugar: as *fierreros*. Este grupo, composto por homens muito jovens parece se estender além do jovens do sexo masculino com o tempo e fazer diariamente tentar ferros. A partir desta prática, que se torna central em suas vidas, tentando tornar-se, transformando seus corpos e eles próprios, em um tipo de homem que construiu mentalmente, eles querem e cujas principais características são incorporados no corpo.

p. Resumen en inglés (hasta 1000 caracteres):

In the last three decades, fitness-sports-recreational gyms multiplied in Ciudad de Buenos Aires exponentially. Observe what happens in those spaces, as well as interact with the people that frequent that places, has been the overall objective of this research. More precisely, to support this studio I had to choose just one of those gyms like *Boulevard*, and analyze it in depth. There I studied the way in which the space is structured, analyzed the physical training practices and paid attention to all the consumption-investment practices that those who train carried about on the body. However, I focused mostly on studying a specific group of the place: the *fierreros*. This group, composed of very young men, tries to extend their male youth over time and *hacer fierros* is the better way for achieve that. From this practice, which becomes central in their lives, they try to become, transforming their bodies and themselves, in a type of man who built mentally, they want and whose main features are embodied in the body.

q. Aprobado por (Apellidos y Nombres del Jurado):

Firma y aclaración de la firma del Presidente del Jurado:

Firma del autor de la tesis:

Índice de la obra

Agradecimientos	7
Introducción.....	9
¿Por qué sería necesaria una etnografía de un gimnasio?	9
La proliferación de los gimnasios porteños en el marco de una tendencia global.....	10
La construcción de un problema de investigación alrededor del cuerpo entrenado ...	13
Los gimnasios, los anabólicos y la vigorexia en el “ojo de la tormenta”.....	16
“Poner el cuerpo” como estrategia metodológica: el trabajo de campo.....	20
Algunas notas más sobre el trabajo de campo	25
El gimnasio Boulevard	28
La identidad encarnada en el cuerpo.....	30
Plan de la obra.....	32
Capítulo I. En el gimnasio. El dispositivo de entrenamiento del cuerpo entrenado	34
En virtud de ley: El acta de nacimiento del dispositivo de entrenamiento.....	35
Solo para cuerpos aptos: El saber médico se reserva el “derecho de admisión”	37
El saber entrenado y la regulación de la circulación interna a través de los espacios	39
La rutina de trabajo	43
Aeróbicos y anaeróbicos: la división sexual del entrenamiento en el gimnasio	45
El cuerpo de los símbolos.....	48
La casa de los espejos: me veo, te veo, nos vemos.....	51
El gimnasio, el dispositivo y el panóptico.....	53
Capítulo II. Hombres trabajando	57
Tiempo de entrenar: entre el trabajo y el ocio	60
La macrotemporalidad del trabajo herrero. Los cambios climáticos.....	64
La microtemporalidad del trabajo herrero. Las series y las repeticiones.....	69
Preparándose para el verano. Los objetivos del trabajo	71
Aprendiendo a trabajar las seis partes del cuerpo-hierro	75
El trabajo masculino y el trabajo femenino	78
Los saberes del trabajo	81
Trabajo por duplas: el compañero de entrenamiento.....	85
La jerarquía interna del Boulevard. Entre herreros y barriletes	90
Capítulo III. Un menú variado de consumo-inversión corporal.....	98
El modelo para armar: grosos pero marcados	102
¿Las cuatro comidas diarias?: O cómo alimentarse como un herrero	106
El suplemento de la dieta.....	109
“De eso no se habla”: el consumo de esteroides anabólicos	112
Anabólicos orales para los que no se “animan a ir más allá”	117
Inyectarse o no inyectarse. La sangre como frontera.....	119
Conclusiones.....	124
Aportes para una socioantropología del cuerpo entrenado	124
Haciéndose hombres	131
Anexo I. Los personajes	137
En el Boulevard	137
En el foro virtual	138
Anexo II. Glosario de términos	140
Anexo III. Imágenes.....	144

Ejemplo de ficha de inscripción.....	144
Ejemplo de rutinas	144
Tipología de gimnasio: el Boulevard	147
Planta baja: <i>fierros</i> y <i>aeróbicos</i>	147
Planta alta: <i>aeróbicos</i> y <i>pilates</i>	148
Ejemplos de dietas	149
Ejemplos de planes.....	151
Hombre-músculo-máquina	152
Bibliografía.....	153
General	153
Documentos legales	161
Artículos en periódicos y revistas	162

Agradecimientos

Antes que nada debo indicar que esta investigación solo pudo completarse gracias a la beca de doctorado del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET); sin ese apoyo económico todo el trabajo, pero especialmente la última parte dedicada a la redacción del escrito final, hubiera sido mucho más difícil.

En segundo lugar debo agradecer a mi director de tesis, José Garriga Zucal. Él apoyó desde el inicio la idea de llevar adelante una investigación dedicada a interpretar lo que sucede “puertas adentro” de un gimnasio. Cuando en el año 2008 le presenté el “proyecto”, o sea, un compendio de interrogantes bastante confusos, creyó que en el fondo -seguramente muy en el fondo- era una buena idea. Lo mismo debo decir de mi actual director de tesis de doctorado, Sergio Visacovsky: cuando en 2010 le pedí que supervisara mis nuevas investigaciones también creyó en ellas. De ambos he aprendido mucho y sigo haciéndolo hoy.

También debo agradecer al Instituto de Desarrollo Económico y Social (IDES) y a la Universidad Nacional de General Sarmiento (UNGS). A ambas instituciones les debo mucho porque me supieron dar desinteresadamente un espacio de trabajo y de formación intelectual, un lugar para llevar adelante mis investigaciones y para realizar mis carreras de Maestría y Doctorado en Ciencias Sociales. Claro está que es mucho más de lo que les voy a poder devolver.

A todo el cuerpo de profesores de ambas instituciones también agradezco profundamente, porque de ellos recibo estímulo constante. Muy especialmente a Rosana Guber, Elizabeth “Shevy” Jelin y Ramiro Segura que leyeron algunos de mis materiales y me hicieron comentarios sumamente interesantes. No menos importantes han sido las devoluciones de Verónica Moreira a mis primeros escritos.

A los compañeros de las distintas cohortes de la Maestría y el Doctorado de la UNGS y el IDES, especialmente a las de 2009 y 2011 respectivamente, con quienes compartí horas de estudio, opiniones e intercambios durante los últimos años. A algunos de ellos me une una gran amistad.

A mis compañeras del Centro de Antropología Social del IDES, de quienes también aprendo a diario.

A los compañeros del grupo “sociobecker” de la Carrera de Sociología de la UBA, con quienes, con la excusa de juntarnos a discutir algunos textos de Howard

Becker los sábados a la mañana en un bar cercano a la facultad, terminamos armando un libro. Ellos también fueron de los que primero creyeron en este proyecto.

También agradezco a mis padres porque, a pesar de comprender bastante poco de qué se trata todo esto de hacer una investigación sobre el cuerpo y los gimnasios, siempre me apoyaron.

Y finalmente, a los “*fierreros*” de todos los gimnasios en los que entrené, pero especialmente a los del *Boulevard*. De igual manera agradezco a los “*fierreros*” del foro virtual de Internet, con quienes no compartí gimnasio, pero sí sus experiencias. Yo soy un poco parte de todos esos *fierreros* porque en mi experiencia personal y corporal con los *fierras* también se encarna mucho de las suyas. Especialmente agradecido a algunos como Néstor o Iván, quienes me demostraron con sus comentarios y críticas de varios de mis borradores e ideas preliminares que son, a la vez que “*fierreros que entrenan fuerte*”, agudos observadores de la realidad.

A todos, incluso a quienes estoy olvidando en este momento, gracias.

Introducción

Era un muchacho de unos veinte años, un rubio de aspecto corriente, ni alto ni bajo, ni gordo ni flaco, ni lindo ni feo. Se llamaba Ferdie Calvino. Lo que quería, le dijo a Mary, la recepcionista, después de llenar la ficha y pagar la matrícula, y lo que minutos después le repitió a Julio, el instructor de turno a esa hora, era perfeccionar su cuerpo de modo que provocara “miedo a los hombres y deseo a las mujeres”.

César Aira. *La guerra de los gimnasios*, Buenos Aires, Emecé Editores, 1993.

¿Por qué sería necesaria una etnografía de un gimnasio?

El cuerpo se ha tornado tema de investigación para muchos pensadores del campo de las ciencias sociales; campo, claro está, definido en un sentido sumamente amplio. En esa corriente de pensamiento dedicada al estudio del cuerpo deberían ubicarse los trabajos pioneros de Marcel Mauss sobre las técnicas corporales (1979), o las investigaciones de Norbert Elias (1989 y 1992) respecto a las influencias mutuas entre civilización, cuerpo y deporte. A esos escritos, luego, también se sumaron los de Michel Foucault (1979, 2002a y 2002b). Sin embargo, y a pesar de esas contribuciones sustanciales, esa corriente de pensamiento dedicada a estudiar el cuerpo solo consiguió su autonomía recién a partir de las últimas décadas del siglo XX (Citro, 2010:9), cuando, al parecer, su objeto de estudio adquirió mayor relevancia entre las ciencias sociales.

Al mismo tiempo que los estudios sobre el cuerpo empezaron a delinear su autonomía disciplinar dentro del campo científico (Bourdieu, 1999), también las prácticas y representaciones corporales se fueron multiplicando y complejizando cada

vez más. Incluso, podría arriesgarse como hipótesis que la autonomía de esa corriente de estudios sobre el cuerpo es deudora de la complejidad cada vez mayor de los significados que residen sobre su objeto de estudio.

Recuperando la pregunta con que iniciamos esta Introducción, o sea, por qué sería necesario “etnografiar” un gimnasio, podemos responder de manera preliminar que analizar ese espacio tiene como meta actualizar la “agenda de los estudios del cuerpo” a la época actual. Asimismo, creemos que un estudio etnográfico anclado a ese lugar tiene mucho para ofrecer a la teoría social; como muestra nada mejor que el trabajo de Lööc Wacquant (2006), dedicado a la sala de boxeo de Woodlawn, en el “gueto negro” del South Side de Chicago. Aunque en aquel trabajo el autor abordó etnográficamente una comunidad de púgiles profesionales, lo cual coloca su investigación a cierta distancia de la nuestra, más centrada sobre un entrenamiento de tipo recreativo, también existen “puentes” que conectan ambos estudios. En primer lugar porque ambas investigaciones están centradas sobre espacios-gimnasios, en segundo término porque como sostiene Wacquant, en el gimnasio, y en prácticas que a priori podrían ser consideradas anodinas o carentes de sentido (2006:49), se inscriben significados fundamentales sobre la identidad de las personas, que tienen al cuerpo como espacio privilegiado de esa inscripción. En esta tesis daremos cuenta de esos significados, así como mostraremos el modo práctico en que son grabados en el cuerpo. También argumentaremos que al volver la mirada sobre el espacio-gimnasio es posible descubrir “marcas” que las personas construyen sobre sí en su cuerpo, y que esas “marcas”, encarnadas en la corporalidad, revelan una identidad específica.

La proliferación de los gimnasios porteños en el marco de una tendencia global

Al caminar por la Ciudad de Buenos Aires, ya sea por una avenida céntrica y transitada, o por una pequeña calle olvidada de un barrio cualquiera, es muy probable tener que pasar frente a la puerta de un gimnasio. Así sea la sucursal de una cadena de establecimientos; o un gimnasio-club de musculación, *fitness* y deportes; o uno exclusivo para mujeres; o un gimnasio público en una plaza; todos esos espacios de entrenamiento corporal pasaron desde hace ya bastante tiempo a integrar el paisaje de la mayoría de los barrios porteños.

Estos establecimientos han sido montados *ex nihilo*, en algunos casos, la mayoría de ellos, mientras que en otras ocasiones, los antiguos clubes sociales y deportivos barriales mutaron su forma, sumando a su oferta de actividades las nuevas demandas de los socios: básicamente, musculación y *fitness* grupal. Del mismo modo, algunos gimnasios de barrio, que antaño eran más bien reductos de levantadores de peso y fisicoculturistas, se remodelaron, ampliaron sus puertas al público en general y trataron de hacerle frente al desembarco de los nuevos competidores comerciales, especialmente a las sucursales de las cadenas de gimnasios que comenzaron a penetrar los barrios porteños a partir de comienzos de la década de 1990¹.

De todos estos cambios en la geografía porteña han dado cuenta, con bastante nivel de detalle, los principales periódicos nacionales (La Nación, 09-01-2005; Clarín, 03-08-2007; La Nación, 04-03-2007; La Razón, 03-09-2007; La Nación, 03-05-2009; entre otros), así como la principal publicación argentina de *fitness* (*Mercado Fitness*). Sin embargo, a partir de esos materiales no es posible cifrar la cantidad total de gimnasios existentes en la Ciudad de Buenos Aires. Respecto a esto último, en un informe del año 2005², la investigadora Cristina Irigoyen-Coll ya advertía sobre los problemas que le ocasionaba, para desarrollar un estudio sobre consumo de esteroides y percepción del riesgo entre usuarios, el hecho de no contar con una base de datos unificada de todos los gimnasios de la Ciudad.

Para suplir esta falencia de datos hemos intentado dos estrategias diferentes. En primer lugar recurrimos a la información existente en los ya mencionados periódicos nacionales. Por ejemplo, en uno de esos diarios (La Nación; 09-01-2005), y también en el año 2005, se indicaba que ya existían casi tres mil gimnasios en todo el territorio argentino. Si bien esa cifra nos da una idea aproximada del fenómeno en términos nacionales, poco nos dice respecto a la situación específica de la Ciudad de Buenos Aires. Para acercarnos al fenómeno en términos estrictamente porteños, tuvimos, y como parte de la segunda estrategia, que construir información primaria. Para tal fin realizamos un relevamiento de gimnasios existentes (Rodríguez, 2011), construido a partir de información recogida en portales de Internet donde se aglutinan estos establecimientos con intereses comerciales. En base a esa pesquisa propia es posible

¹ A principios de esa década incluso, había desembarcado en la Ciudad el reconocido *Gold's Gym*, cuya casa matriz está en California pero que posee sucursales en todo el mundo. Unos pocos años después de abierta, la filial porteña cerró sus puertas para siempre.

² Esa investigación contó con el apoyo de la Secretaría de Programación para la Prevención de la Drogadicción y la Lucha contra el Narcotráfico (SEDRONAR).

indicar que alrededor de quinientos gimnasios han abierto sus puertas en la Ciudad de Buenos Aires.

El crecimiento de esta industria dedicada enteramente al entrenamiento del cuerpo debe ser enmarcado de forma global ya que, aunque con particularidades propias a cada caso, atañe a las principales ciudades del mundo. Por lejos, las de los Estados Unidos -país de origen de las cadenas de gimnasios globales más importantes y principal mercado de consumo de estas actividades- son el exponente más visible de este proceso de mundialización-gimnasio: Venice Beach, en California -la meca del fisicoculturismo mundial (Klein, 1986 y 1993)-, y Miami conforman los dos casos más emblemáticos de ciudades que han visto proliferar gimnasios por doquier. De igual modo, otras ciudades del mundo dan cuenta del mismo proceso expansivo. Así puede observarse en muchos trabajos socioantropológicos que, aunque con objetivos de investigación disímiles, dan cuenta del fenómeno en ciudades tan distintas como Manchester (Crossley, 2005), Río de Janeiro (Sabino, 2000, 2005 y 2007, Sabino y Luz, 2007, Dos Santos y Salles, 2009), Salvador de Bahía (Iriart y De Andrade 2002, Iriart, Chaves y Ghignone de Orleáns 2009), entre otras. Asimismo, si prestamos atención ya no a las investigaciones socioantropológicas, sino a los informes de la industria del *fitness*, observamos que la proliferación del fenómeno es realmente global: en todas las grandes ciudades del Caribe y de Centroamérica, de toda Sudamérica, de Europa, y de países como la India se han instalado gimnasios desde las últimas décadas del siglo XX y hasta la actualidad (*Mercado Fitness*, ediciones varias, 2003-2012).

Entonces, dada la magnitud del fenómeno-gimnasio, y retomando lo que decíamos más arriba respecto a la necesidad de “actualizar” la agenda de los estudios sobre el cuerpo a los tiempos que corren, está claro que en ella el espacio-gimnasio no debiera faltar. Por el contrario, su investigación tendría que ser priorizada, ya que prestar atención a lo que sucede “puertas adentro” de estos establecimientos puede ofrecer pistas para entender varios cambios: la expansión de estos establecimientos en la Ciudad, la mayor cantidad de personas que cada día se acercan a entrenar allí, qué es lo que hacen las personas en estos lugares y qué motivaciones los impulsan a emprender modificaciones estructurales sobre la carne de sus cuerpos.

La construcción de un problema de investigación alrededor del cuerpo entrenado

El problema fundamental con el que nos topamos a la hora de rastrear los antecedentes temáticos de este trabajo fue la falta de investigaciones dedicadas por entero al análisis de los cuerpos entrenados en los gimnasios, así como a la manera en que esa actividad física parece estar contribuyendo a constituir una identidad personal. El segundo problema, aunque en relación con el primero, es qué aspecto del tema ha sido resaltado en esas pocas investigaciones, ya que generalmente priorizaron uno sólo y les restaron importancia a otros que son también centrales.

Estudiar lo que acontece dentro de un gimnasio implica ingresar en una zona de “indefiniciones” (¿el entrenamiento en el gimnasio es un deporte? o ¿es la vigorexia³ una enfermedad?) donde existen más preguntas que respuestas, al mismo tiempo que se libra una disputa entre saberes (el clínico médico, el de la educación física, el de las disciplinas como la sociología y la antropología) por el derecho a clasificar e imponer esas clasificaciones a los otros saberes doctos. Si tuviéramos que describir algunos de los aportes que se han hecho al tema, no podríamos dejar de referirnos a los trabajos socioantropológicos nacionales sobre deporte, esto aún a pesar de que la práctica corporal que abordamos a veces es catalogada como deporte y otras no⁴. Sin embargo, estas investigaciones fueron de las primeras que se concentraron en poner el ojo sobre prácticas corporales de entrenamiento, tema sobre el que versa esta tesis.

En ese campo de estudios, en clave antropológica, Eduardo Archetti ha sido pionero. Focalizado en el boxeo, el automovilismo y antes que nada en el fútbol, el autor conecta esas prácticas deportivas a una cuestión fundamental: la construcción de la masculinidad (2003). Para descubrir qué tipo de “hombres” se están construyendo entre los *fierros* del gimnasio, los aportes de ese autor nos resultaron importantes. Nutrido de los aportes de Archetti y con éste ya residiendo en el exterior, Alabarces guió el estudio del deporte en clave sociológica y se dedicó a analizar, junto a su equipo

³ Aunque no existe una definición unificada de vigorexia, en términos amplios se corresponde con un trastorno de la imagen que quienes lo padecen, en su mayoría hombres, tienen de su propio cuerpo. Así, el afectado tiende a verse débil y pequeño, aún siendo fuerte, grande y musculoso. Como consecuencia de esta distorsión del esquema corporal propio, el enfermo adopta hábitos de riesgo como exceso de ejercicio físico, conductas alimentarias trastornadas y uso de anabólicos (ver, por ejemplo, Pope, 2002).

⁴ Si el entrenamiento en el gimnasio constituye o no un deporte es una discusión de vieja data. El tipo de ejercitación física que allí se realiza es muy similar a la manera en que se entrena en fisiculturismo, y las respuestas respecto a si este último es o no un deporte también son controvertidas. Respecto a estas discusiones se puede consultar Klein (1986 y 1993) y Coakley (1982).

de trabajo, distintas expresiones del mismo, aunque también priorizaron mayormente el fútbol. Comprender la importancia del deporte en la conformación de identidades, analizar la construcción de estereotipos culturales nacionales a partir de las representaciones deportivas y estudiar el complejo fenómeno de la violencia en el fútbol (2004 y 2006) fueron sus objetivos prioritarios. Sin embargo, son solo los trabajos de algunos de los colaboradores de Alabarces los que nos resultan más útiles a nosotros.

Uno de ellos, Garriga Zucal, sostiene, en un estudio etnográfico sobre una hinchada de fútbol, que el cuerpo de sus integrantes, “los pibes de la banda”, es parte de la forma en que ellos son y están en el mundo (2010:102): en otros términos, los “pibes muestran el lomo” porque es parte de su identidad “hecha carne”. Las representaciones del cuerpo de esos “pibes” están asociadas a la “grandeza” de las formas físicas. Asimismo, para ellos, no es importante si los excesos del cuerpo son de músculo o de grasa, por el contrario, estar “gordo” o “groso” no hace la diferencia. En cambio, lo que sí es realmente importante es que el cuerpo tenga “aguante” (Alabarces, 2004; Garriga 2007 y 2010, Moreira, 2005). Traemos el trabajo de este autor a la discusión porque, aun cuando está focalizado sobre un grupo de personas muy distinto al nuestro, él interpretó la importancia que el cuerpo tiene en la constitución de las identidades.

Bastante posteriormente y en una clave de análisis menos ligada a lo deportivo, varios autores hicieron sus contribuciones al estudio de lo que ocurre dentro de un gimnasio (Cartoccio, 2004, Gregorat, 2008 y Merino, 2008). En el primero de los trabajos mencionados, el autor analiza los efectos culturales de la proliferación de gimnasios en nuestro país, que comienza a partir de la década del '90. Es un trabajo de corte más bien teórico, sin embargo, el autor advierte sobre la necesidad de realizar una etnografía para alcanzar una interpretación más precisa del problema. En la segunda investigación, Gregorat tiene como objetivo indagar el perfil -o los perfiles- de las personas que frecuentan los gimnasios de la ciudad de Catamarca. Para ello, el autor aplicó una encuesta a 252 personas en los gimnasios, a su criterio, más representativos de la ciudad y utilizó el estadístico χ^2 para analizar los resultados. De ese análisis, el “interés estético” surgió como respuesta predominante. Aunque constituye una excelente propuesta para integrar variables sociodemográficas al análisis del espacio-gimnasio, algunos temas como el consumo de anabólicos y la vigorexia son difíciles de abordar mediante una estrategia basada en encuestas. En último término, Merino aborda etnográficamente un gimnasio de la ciudad de Córdoba para indagar las nuevas formas

de, en sus términos, “disciplinamiento corporal” valiéndose del concepto foucaultiano de anatomopolítica.

En un párrafo aparte, debido a que se trata de la investigación más integral sobre el espacio-gimnasio, debemos mencionar los aportes de Landa (2010). Desde una perspectiva que recupera bastante del pensamiento foucaultiano, pero también mucho de la teoría postestructuralista de Judith Butler (2002), así como los aportes de Boltanski y Chiapello (2002) sobre el nuevo espíritu del capitalismo, la autora se pregunta cuál es el cuerpo del *fitness* y explora las intersecciones entre éste y management, y entre cuerpo y empresa. A su parecer, entre estos pares conceptuales hay grandes conexiones, lo cual es una hipótesis muy interesante pero también controversial. Management y *fitness*, para Landa, parecen ser las dos caras de una misma moneda y parte de un proceso común de empresarización de la vida (2010). En tal proceso, el cuerpo producido al calor del entrenamiento físico se acumula como capital que puede rentabilizarse en el mercado laboral porque éste último requiere, cada vez más, “cuerpos *fitness*”: ágiles, proactivos y flexibles.

En el plano internacional la situación es algo diferente porque existe una gran cantidad de estudios mucho más profundos. Junto a Wacquant, a quién ya hemos referido en esta Introducción, Alan Klein debiera ser considerado pionero en este tipo de investigaciones centradas al interior de un gimnasio. En sus trabajos sobre la subcultura *bodybuilder*⁵ californiana, (Klein 1986 y 1993), el autor vincula el entrenamiento fisicoculturista del cuerpo con determinados valores morales. Según Klein, la “moralidad fisicoculturista” imperante en los gimnasios californianos se sostiene sobre tres valores-pilares: salud, individualismo y heterosexualidad. Como veremos más adelante, los *fierreros* porteños, aún sin ser fisicoculturistas de élite, tienen representaciones morales parecidas de su práctica, en las que pervive la idea de que su cuerpo resulta de la voluntad y del esfuerzo individual, del sacrificio físico.

En un contexto más cercano como Río de Janeiro, César Sabino (2000, 2005 y 2007) llevó adelante una investigación etnográfica concentrada también sobre fisicoculturistas de élite. Al igual que Klein, el autor observó que el entrenamiento del cuerpo posee también un aspecto moral. Un conjunto de valores, entre los que se

⁵ *Bodybuilding* es traducido en castellano generalmente como fisicoculturismo. Sin embargo, creemos que esa traducción no es del todo justa. *Bodybuilding* hace referencia al carácter (auto)constructivo (*to build*) del cuerpo (*body*) en la práctica, mientras que fisicoculturismo indica que el practicante es parte de una comunidad de “cultura física”. Son dos cosas muy distintas, por lo que cuando se hable de fisicoculturismo en esta tesis hay que tener en cuenta que remite también a su significado original en inglés.

destacan la perseverancia; la dedicación y el esfuerzo, une a los fisicoculturistas cariocas. A partir de ellos, los “*marombeiros*”⁶ “miran al mundo” y no solo se creen capaces de crear un cuerpo culturista, sino también de fabricar su propio destino (Sabino, 2000). A partir de ese modo de “mirar el mundo”, ellos clasifican a las personas en el gimnasio, así como también elaboran una compleja jerarquía de roles masculinos y femeninos de entrenamiento. Ese modo de “mirar al mundo” también da a luz un “*ethos* entrenado”, que excede los límites espaciales y temporales del gimnasio, y se filtra dentro de otros ámbitos de la vida cotidiana, que involucran los aspectos más íntimos de la vida del “*marombeiro*”, desde la manera de en que se alimenta hasta el modo de relacionarse sexualmente, por ejemplo. Según el autor, el modo de vida que llevan adelante los “*marombeiros*” representa una variante novedosa de ascetismo mundano (Weber, 2003) que reorganiza todos los aspectos de la vida cotidiana alrededor del entrenamiento físico.

Finalmente, en otros trabajos más similares a éste, porque no están focalizados sobre fisicoculturistas profesionales, sino sobre personas que concurren al gimnasio a entrenar recreativamente y sin ánimos de competir en fisicoculturismo, Nick Crossley (2004 y 2005) aborda etnográficamente su propio gimnasio. Allí y a partir de la noción de carrera moral (Goffman, 1970), el autor se dedicó a reconstruir la temporalidad de una “carrera típica de entrenamiento”: desde la llegada iniciática, hasta el momento en que ya se ha convertido en un miembro habitual, un “*gym-going*” en los términos del autor. Este trabajo tiene al menos en lo referido a la población que se estudia grandes puntos de contacto, porque en ambos se trata de personas que no son deportistas, fisicoculturistas profesionales o personas que, en sentido amplio, “venden” su cuerpo, aunque como veremos en el capítulo II sí lo trabajan constantemente.

Los gimnasios, los anabólicos y la vigorexia en el “ojo de la tormenta”

A la hora de hablar de gimnasios, dos temas suelen resultar sumamente atractivos, sobre todo para los medios de comunicación, y son asociados casi de forma automática a la sola mención de la palabra “gimnasio”: uno de ellos es el consumo de anabólicos, el otro, la vigorexia. A continuación proponemos dar cuenta de qué tratan

⁶ Así se autodenominan a sí mismos los fisicoculturistas cariocas.

estas dos cuestiones que tanto llaman la atención y que aparentemente están intrínsecamente relacionados con el universo-gimnasio.

La muerte del fisicoculturista Diego Zilli, ocurrida a fines de 2007, colocó nuevamente a los gimnasios en “el ojo de la tormenta”: los medios masivos de comunicación concentraron su atención en el “tema” durante casi un mes. Y esto sobre todo debido a la “extraña” manera en que aparentemente falleció: según la crónica, Diego Zilli sufrió un paro cardiorrespiratorio provocado por una enorme indigestión a causa de “diecinueve comidas distintas acompañadas de catorce postres”, luego de haber participado con éxito -segundo en la tabla general- en un torneo de fisicoculturismo llevado a cabo en Bariloche. (Infobae, 14-11-2007).

Cuando me refiero al “tema” hago alusión a una única cuestión unificada que, para los medios masivos de comunicación, encadena problemas de los más variados alrededor de un único nudo conceptual. “Gimnasios” significa alternativamente y al mismo tiempo fisicoculturismo, anabólicos y vigorexia. Pero también puede significar adicción al entrenamiento y desórdenes alimenticios en la búsqueda del “cuerpo perfecto”. A esa cadena de conceptos, a veces le falta un término u otro, sin embargo, entre gimnasios y anabólicos, parece haber una relación directa, aunque nadie sabe bien por qué, pero al menos sirve para escribir informes de investigación periodística (La Nación, 01-01-2011; La Nación, 10-11-2007; La Razón, 12-10-2007; Infobae, 14-11-2007; Infobae, 13-12-2006; entre otros)⁷.

A esos informes redactados con una frecuencia temporal casi calcada, salvo que muera -lamentablemente- otro fisicoculturista en “situaciones dudosas”, o que surjan debates televisivos ridículos como cuando la vedette Cinthia Fernández indicó que ella “no toma anabólicos como dicen” (La Razón, 01-08-2011), lo cual acelera la vuelta sobre el “tema” y la redacción de nuevos informes -de la misma calidad y tono que los anteriores-, se sumaron las “cámaras ocultas” en gimnasios, cuyo objetivo era encontrar y denunciar a las personas que allí comercializan anabólicos. En los últimos años vieron luz al menos dos de estas investigaciones con cámaras espías: en una de ellas se podía ver como un instructor le recomendaba al “falso entrenado” que tomara deca⁸, si quería

⁷ No negamos el hecho de que en los gimnasios se consuman anabólicos. Lo que decimos es que esto se da en el marco más amplio de una relación entre drogas y deportes en general, que excede al demasiado estigmatizado mundo de los gimnasios.

⁸ Abreviatura de Deca-durabolin, nombre comercial con el que se comercializa el Decanoato de Nandrolona en nuestro país. Aunque el uso de este anabólico es muy popular entre los fisicoculturistas de otros países, en la Argentina tiene un costo bastante alto, por lo que es accesible sólo a unos pocos. Los *fierros* casi no lo usan -lo reemplazan por otra sustancia en la mayoría de los casos- aunque lo conocen.

ganar volumen, mientras que en la otra se observaba como el negocio de venta de sustancias se enlaza a ciertos médicos, bien conocidos en el ambiente *fierrero*, así como a farmacias a las que se suele recurrir también por recomendaciones de esos mismos médicos.

El consumo de anabólicos parece ser el aspecto más desconocido y también el que suele despertar mayor curiosidad pública. Rodeado de mitos, muchas veces alentados por los mismos medios de comunicación, pero también en algunas ocasiones por el saber médico, termina siendo un tema del “*que se cree saber más de lo que en realidad se conoce*”, por lo menos en lo referente al uso que de ellos se hace en los gimnasios, como me indicara un propietario de uno, hace poco tiempo atrás. Durante el trabajo de campo conocí y entrevisté a médicos del ambiente *fierrero*, -aquellos a los que se accede a través de conocidos y con los que se puede hablar libremente sobre este consumo, de hecho, muchas veces se accede a ellos para obtener información, recetas y anabólicos-. También me reuní con médicos no relacionados con el ambiente. Mientras los primeros tuvieron una actitud abierta para tratar todos los temas relacionados con el consumo de esteroides, seguramente porque están relacionados comercialmente a la cuestión, entre los segundos imperaba una actitud condenatoria: de eso no se habla, o muy poco; solo para indicar que se trata de aquello que no es correcto.

Repasando las voces de esos entrevistados médicos, también existen algunas disonantes. En una ocasión, uno de ellos me indicó que “*de eso él no entiende nada*”; otro me indicó casi de manera anecdótica que había tenido un amigo guardavidas que murió de un infarto a los treinta y dos años a consecuencia de consumirlos. Luego recalcó que no condenaba su uso, aunque también observó que “*cada uno sabe lo que hace*”. De todas maneras, estas dos opiniones, donde uno muestra su desconocimiento total y el otro una actitud liberal del tipo *laissez faire, laissez passer*⁹ son francamente excepcionales. El consenso mayoritario de los médicos entrevistados tiende a condenar lisa y llanamente el consumo deportivo-recreativo que de estas sustancias se hace en los gimnasios porteños.

Ahora, si los médicos se limitan a advertir y/o condenar sobre el consumo de anabólicos¹⁰, los periodistas, en cambio, tienden a apropiarse de las definiciones clínicas

⁹ “Dejar hacer, dejar pasar” en francés.

¹⁰ El saber médico indica que estos son tanto físicos como psíquicos. Entre los primeros los más mencionados son infertilidad, disfunción eréctil, disminución del volumen testicular y aumento de las mamas. Entre los segundos el más aludido es el aumento de la agresividad, también conocido como

y exacerbarlas hasta el límite de lo posible. Así, han indicado en algunas ocasiones que quienes consumen estas sustancias “*nunca podrán tener hijos*”, o en otras que “*han entregado su fertilidad a cambio de músculos*”, entre tantas otras apreciaciones que suelen esgrimir cuando el tema reaparece¹¹ de nuevo en el debate público.

La segunda de las cuestiones que resulta siempre atractiva para la opinión pública cada vez que el “tema” surge de nuevo es la vigorexia. Su aparición, hace pocos años atrás, vino a indicar algo totalmente nuevo: quienes iban demasiado seguido al gimnasio, especialmente los hombres, estaban enfermos.

La patología vigorexia fue descubierta por el médico psiquiatra Harrison Pope del Hospital McLean de la Facultad de Medicina de Harvard. Fue él quien realizó la descripción sintomatológica del padecimiento, por primera vez, en el año 1993. Unos años más tarde, redactó ya no un artículo, sino un libro donde brindaba las claves para identificar esta enfermedad que también denominó “*complejo de Adonis*” (Pope, 2002), y que en ocasiones también es llamada dismorfia muscular, anorexia inversa, y/o *big-orexia*¹². Solo bastante después de 1993, la vigorexia arribó a nuestro país. Sin embargo, a diferencia de la anorexia, por ejemplo, una enfermedad del cuerpo, legítima y legitimada, para la cual ya existen tanto tratamientos específicos como organizaciones profesionales especializadas en su cura como ALUBA¹³, la vigorexia todavía adolece de un tratamiento específico, así como de enfermos¹⁴.

Aclaremos que no es nuestra intención discutir ningún hallazgo clínico-médico. Sí pretendemos, en cambio, discutir qué se logra a partir de la condena que el saber médico ejerce sobre el consumo de esteroides, ya que en principio, no contribuye en nada para conocer las motivaciones de quienes usan esas sustancias. Nuestro interés es tratar ese tema del que *no se puede hablar* desde una actitud menos reprobatoria y más

“*roid-rage*”. La lista muchas veces se agranda, al punto de que casi todo lo que sufre un consumidor -o un ex consumidor- puede ser adjudicado al consumo.

¹¹ Una gran parte de las notas aparecidas en periódicos nacionales pueden ser consultadas en la bibliografía general de esta tesis.

¹² Su “status” como enfermedad, sin embargo, es todavía controversial dentro de la comunidad médica internacional.

¹³ Asociación de Lucha contra la Bulimia y la Anorexia.

¹⁴ Aunque ALUBA la reconoce como enfermedad y la define como: “Desorden con obsesión por el cuerpo y la comida. Adicción al gimnasio, en especial al físico-culturismo. Distorsión de la imagen corporal mediante la cual nunca se ven del todo musculosos. Selección de alimentos. Pueden tener episodios bulímicos o anoréxicos. Baja autoestima, ciclotimia, episodios de angustia, alteración del carácter y la personalidad. Se da más frecuentemente en varones, que en mujeres”. Sin embargo, el lugar en que ubicaron la definición de “vigorexia” en el portal de ALUBA nos indica su marginalidad frente a otras patologías como la bulimia o la anorexia. Concretamente, para acceder a leer la definición hay que rastrear dentro de una solapa “Otros trastornos” y, a su vez ahí, dentro de la de “Otros desórdenes alimenticios”, donde se encuentra ubicada en el último lugar del listado.

interpretativa para captar las resignificaciones que los *fierreros* hacen de varias de sus prácticas, entre ellas el consumo de esteroides. Además, en el trabajo de campo hemos visto como los indicados como vigoréxicos entienden perfectamente de qué se trata la patología, leen los informes médicos, conocen la descripción sintomatológica y hasta saben quién ha descubierto la enfermedad (Rodríguez, 2010b). Sin embargo, ellos giran 180° la definición clínica, le otorgan un significado totalmente nuevo y la transforman de enfermedad en una virtud que caracteriza a su cuerpo entrenado con los *fierros*. En conclusión, entender los sentidos que los *fierreros* construyen es importante porque tanto las interpretaciones médicas como las periodísticas adolecen de ellas y van a venir a complementar los saberes que tenemos sobre todos estos temas relacionados.

“Poner el cuerpo” como estrategia metodológica: el trabajo de campo

Hasta aquí con el contexto conceptual (Maxwell, 1996)¹⁵ del cuerpo entrenado en los gimnasios. A continuación daremos cuenta de las pautas metodológicas que guiaron esta investigación. La lectura de un texto de Wacquant (1999), en el año 2007, propició el inicio de mis indagaciones. A partir de ese trabajo breve conocí también su obra principal (2006) y los escritos pioneros de Klein sobre el fisicoculturismo -que Wacquant citaba en la bibliografía general de su obra-. Como una de las falencias metodológicas más notables, el sociólogo francés indicaba la falta de “compromiso corporal” con el objeto de estudio. O, en los términos del autor, una de las paradojas socioantropológicas más flagrantes entre los estudios del cuerpo es que “rara vez uno encuentra en ellos cuerpos reales de carne y hueso” (1999:237). Motivado por estos argumentos y por el método de trabajo “wacquantiano”, que era la contracara explícita de todo lo que había aprendido en la Facultad, porque propiciaba la total inmersión del investigador en el campo, mi abordaje priorizó desde el inicio “ponerle el cuerpo” a esta investigación. Esto no iba a resultar difícil, porque en ese entonces hace ya varios años que frecuentaba gimnasios -y entrenaba en ellos-, aunque sin objetivos socioantropológicos. Por ello, sería falso indicar que mi llegada al campo fue motivada

¹⁵ Preferimos la idea de contexto conceptual, siguiendo a Maxwell, antes que la de marco teórico porque resulta más englobadora: en primer lugar, el contexto conceptual de una investigación nunca existe de manera previa a ella sino que es construido en el mismo proceso de trabajo. En segundo término, incluye no solo las teorías, hipótesis y trabajos anteriores de otros científicos, sino también las experiencias y percepciones propias del investigador que la está llevando a cabo.

por intereses de investigación previamente mentados. Por el contrario, yo “ya estaba ahí”, en el gimnasio, cuando decidí convertirlo en un espacio para la indagación sociológica. Esta situación implicó elementos a favor y en contra para esta tesis. Entre los primeros, la pertenencia al grupo de *fierreros* me permitió sortear los obstáculos relacionados con el ingreso a cualquier campo extraño, así como fue útil para consolidar relaciones de confianza con los *fierreros*, debido a que yo no era un desconocido en el lugar. Por el otro lado, entre los puntos negativos, esta doble situación de sujeto-objeto de estudio siempre me resultó incomoda. Es decir, la pregunta que me hacía a menudo era ¿cómo desnaturalizar aquello que me es tan familiar? (Lins Ribeiro, 1999). Para afrontar este problema, intenté tomar distancia del espacio-gimnasio por algunos años, en los cuales los frecuenté muy poco y me dediqué tan solo a reflexionar sobre mi experiencia de campo allí.

El trabajo de campo de esta investigación tuvo cuatro etapas, no siempre bien diferenciadas; en algunos casos más bien solapadas entre sí. Sería muy difícil referirme a ellas sin hacer al mismo tiempo algunas indicaciones a mi propia biografía en el gimnasio. Por lo tanto, en la descripción de fases que sigue a continuación, los “hechos objetivos” de cada período se mezclan con algunas referencias personales.

La primera de las etapas va del año 2002 al 2004. En el año 2002, “pisé” por primera vez un gimnasio: en ese entonces tenía veintitrés años y estaba cursando en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires. De hecho, esa Facultad tenía un convenio con un gimnasio cercano a través del cual los costos se reducían un 50 % para todos los que -libreta universitaria de por medio- podían acreditar su condición de alumnos regulares; de algún modo, se promovía que los alumnos fueran al gimnasio. Llegué atraído allí, al gimnasio *Dance*¹⁶, con la idea de hacer un poco de deporte. Era septiembre y se trataba, como me enteré después gracias a un instructor, de la época que los empresarios de la industria denominan “*la temporada*”: ésta comienza después del invierno y se extiende hasta los meses de verano, enero y febrero. Por tal motivo, “*la temporada*” o *la época en que llegan todos*, sería la mejor denominación para este período en que arribé al gimnasio por primera vez. A lo largo de “*la temporada*”, los gimnasios reciben, año tras año, clientes de forma masiva. Luego de transcurrida, esos mismos clientes, así como llegaron en la “*temporada*”, se retiran durante la época fría del año, a veces antes, cuando el gimnasio

¹⁶ Todos los nombres de los gimnasios han sido modificados para mantener en reserva los lugares y, especialmente, para preservar la intimidad de las personas que allí entrenan.

atrae menos gente. Sin embargo, volverán nuevamente, al inicio de la próxima temporada. Ya a fines de 2003, comencé a observar que había un grupo de hombres para los cuales no había verano, ni invierno, ni temporada: siempre estaban ahí, entrenando. Recluidos en el fondo del gimnasio, o en ciertos sectores de él, siempre hablaban entre ellos. Fue de ellos de quienes escuché por primera vez la palabra “*creatina*”¹⁷, también en el año 2003.

Mientras intentaba dominar infructuosamente la técnica de la *patada de burro*¹⁸ para tríceps, un grupo de tres varones muy jóvenes conversaba entre ellos, y entre los *fierros para hacer pecho*. Uno de ellos les preguntó a los otros “*cómo estaban tomando la creatina*”, aunque en ese momento no escuché del todo bien. Además, como no sabía de qué estaban hablando, solo pude tomar nota mental de la palabra (aunque como no conocía el término la recordé como creatila o creatima, para el caso era lo mismo). Al poco tiempo, ayudado por esas mismas personas, comencé a comprar y tomar mi propia creatina.

La segunda de las etapas se extiende desde el año 2004 hasta el 2007 y podría denominarse “*Haciendo fierros*”. A principios de 2004 dejé de entrenar en el *Dance* y comencé a frecuentar el *Boulevard*. Iba allí tres veces por semana, cuando podía cuatro y en contadas ocasiones diariamente. A diferencia del *Dance*, el *Boulevard* es un gimnasio mucho más pequeño. Mientras que el *Dance* cuenta con dos pisos y varios salones amplios donde se dictan clases de *fitness* grupal, a las que acuden en su mayoría mujeres, el *Boulevard* es un salón repleto de máquinas, con un público mayoritariamente masculino. En el *Boulevard* comencé a abandonar las rutinas¹⁹ preestablecidas por el instructor y empecé a preparar las propias. Todo esto fue posible gracias a la ayuda de los *fierreros* más experimentados. De ellos aprendí, no solo las técnicas de entrenamiento, sino también cómo diagramar el trabajo de los músculos, separándolos y combinándolos para conseguir mejores resultados. Ante cualquier duda, siempre volvía a recurrir al conocimiento de los *fierreros* más experimentados. Aunque todavía mantenía contacto -esporádico- con personas que seguían entrenando en el *Dance*, la mayoría de los saberes prácticos del entrenamiento me los enseñaron los

¹⁷ Es un suplemento deportivo que permite incrementar la energía instantánea disponible y acelerar la recuperación muscular.

¹⁸ Es un ejercicio que se realiza generalmente de pie y algo inclinado hacia delante, para realizar una extensión completa del brazo y del tríceps.

¹⁹ “Rutina” se denomina en el gimnasio a la organización global de los ejercicios corporales que deben realizarse. La forma en que se trabajan los músculos no es aleatoria: se trata de un plan estricto que se va modificando con el paso del tiempo y la acumulación de experiencia entrenada.

fierreros del Boulevard. Los *fierreros* que no entrenan en el mismo gimnasio también comparten saberes y se ayudan entre sí en otros círculos de socialización: los foros de Internet. De esos espacios también participé en este período. Ahí aprendí mucho más sobre entrenamiento y alimentación, pero también sobre una cuestión que en el *Boulevard* se hablaba por lo bajo y solo con quienes se tenía más confianza: el consumo de anabólicos. En uno de esos foros que aglutinaba a *fierreros* de todo el país, y a algunos pocos de países latinoamericanos, se debatía abiertamente sobre todo tipo de cuestiones relacionadas a su consumo. Allí también se sugerían distintas maneras para armar los *planes*²⁰, se compartían los resultados y se sugerían combinaciones de anabólicos más “efectivas”. A pesar de no entrenar juntos, varios de los que frecuentábamos con asiduidad ese foro descubrimos que vivíamos mayoritariamente en los barrios de la ciudad de Buenos Aires y en la zona norte del conurbano. Algunos pocos, en cambio, eran del sur del Gran Buenos Aires. Con un grupo más reducido, los que habíamos entablado cierta “confianza virtual”, compartí cenas y salidas en las que siempre hablábamos de lo mismo, todo lo relacionado con el gimnasio.

La tercera de las etapas se desarrolla desde 2007 hasta 2009 y es aquella donde comencé a delinear el problema de investigación. En el año 2007 obtuve mi Licenciatura en la Facultad e influido por mis primeras lecturas de Wacquant comencé a pensar en el espacio-gimnasio sociológicamente. En este período, además del *Boulevard*, frecuenté el *Polska*, el *Marsella* y el *Ciudad*; sin embargo, todos ellos por períodos breves, después de los cuales retornaba siempre al *Boulevard*. Habían transcurrido ya cinco años desde que fui al gimnasio *Dance* por primera vez, por lo que cuando decidí comenzar y/o formalizar mis investigaciones, yo “ya estaba ahí” hace bastante. Sin embargo, ello no era condición suficiente para lograr el rapport antropológico, porque “estar ahí” no produce automáticamente el campo (Tiscornia, 2004). Por el contrario, y siguiendo a la autora, el rapport antropológico requiere de la capacidad del investigador para entablar relaciones a partir de las cuales pueda comprender los significados de la geografía en que se encuentra inmerso. De todos modos, entablar esas relaciones no representaba mi principal obstáculo, porque como no

²⁰ Los “planes” o “ciclos” hacen alusión a la manera en que se organiza la ingesta de estas sustancias. Estos esquemas tienen una duración variable, de seis a doce semanas, generalmente, y, para los consumidores, utilizarlos de esta forma contribuye a controlar los efectos secundarios no deseados. Esto a pesar de que el National Institute on Drug Abuse (NIDA) sostiene que el apilamiento o amontonamiento - *stacking*-, principio en el que se basan los ciclos o planes, no tiene ningún respaldo científico.

era un recién llegado, mi investigación les resultaba a los *fierreros* “confiable” y fueron siempre receptivos a relacionarse conmigo.

La principal dificultad fue otra. Para desarrollar esta investigación antes que encontrar el modo de “entrar” al campo, tuve que buscar la manera de “salir” de él, de tomar distancia del espacio y de quienes allí entrenaban. Traté de llevar adelante ese proceso compartiendo mis miedos e inquietudes con algunos de ellos, los que tenían mayor afinidad conmigo. Especialmente, el mayor de mis miedos era traicionar la confianza del grupo dando a conocer el estilo de vida que lo caracteriza. Sin embargo, varios le restaron importancia a la cuestión y tan solo se limitaron a decirme que “*conmigo estaba todo bien*”, y con eso bastaba²¹. En este período comencé a sistematizar mis observaciones de campo, a tomar notas escritas, a escribir algunas conclusiones y a redactar mis primeras monografías. También hice unas pocas entrevistas, mayormente con entrenados nuevos en el *Boulevard*, que se sumaron a los diálogos informales que mantenía con los *fierreros* conocidos. Con estos últimos socialicé mis primeros escritos y recibí algunos “consejos”:

Iván: **Vos tenés que ser el que escribe...No mezclar las cosas, Ale, obviamente vas a entender más las cosas porque las vivenciaste en carne propia.** Vos viste que los tipos hacen del gimnasio su segundo hogar...Se sienten más cómodos ahí que en su casa, yo porque lo vi, bueno vos también...

Yo: Después te voy a pasar alguna de mis cosas, si tenés ganas de leer, sería buenísimo que leas algo.

Iván: Bueno, a mi me gusta estudiar la naturaleza humana.

Yo: Si, a mi me dio esa impresión siempre también, es como el segundo hogar.

Iván: Claro, porque en ese lugar pueden presumir, tienen varios espejos, pueden compartir y admirar a otro, y ser de alguna manera admirado por algo, que no lo hacen en su casa. (Diálogo de campo con Iván del 20 de junio de 2011) (La negrita es mía).

²¹ Uno de ellos me indicó, además, que prefería que un texto de estas características fuera escrito por alguien que conoce el entorno porque “estuvo allí”, antes que por un “periodista” con intenciones de investigar y/o denunciar prácticas, porque estos últimos suelen colocar a los *fierreros* en ridículo en sus exposiciones en los medios masivos de comunicación.

Al igual que Iván, ante mis demasiado reiteradas consultas, varios afirmaron lo mismo, que mis apreciaciones eran acertadas, de la misma manera que me han dicho que “yo ya conozco todo”, o que “yo entiendo las cosas porque las viví en carne propia”. Sin embargo, y a pesar de la confianza que tanto Iván como otros me tienen, lejos estoy de “conocer todo”, por el contrario, solo creo ser capaz de organizar un punto de vista coherente y fiel a mi experiencia con el grupo.

La última de las etapas va del año 2009 hasta el 2012 y la denominé la “etapa final”. En este período fui muy poco al campo. Aunque no lo abandoné del todo, volví solo muy esporádicamente al *Boulevard*, y solo para cotejar datos; en unas pocas ocasiones tomé notas nuevas de eventos que había pasado por alto anteriormente. Sí frecuenté otros gimnasios, como el *Épica* y el *San Luis*, aunque no observé allí nada que ya no hubiera visto antes en el *Boulevard*.

Algunas notas más sobre el trabajo de campo

Difícilmente podría indicar donde comenzó el trabajo de campo y donde terminó. En términos largos, esta investigación comenzó en el año 2002 y terminó en 2012 con la redacción de esta tesis. En términos más precisos, las fases de trabajo de campo y producción teórica serían solo las últimas dos, o el período que abarca desde 2007 hasta 2012, porque antes de 2007 no tenía objetivos socioantropológicos; solo iba al gimnasio a entrenar. Sin embargo, esa experiencia previa a la constitución del campo no podría ser meramente desechada porque forma parte también de mi ingreso a él, aún a pesar de que en ese entonces no había un campo *per se* ni una investigación. De alguna manera, esta investigación y siguiendo a Archetti podría entenderse también como un tipo de “auto-antropología”, porque la indagación involucra el espacio social del que uno es parte y porque la “mayoría de los informantes (...) pertenecen a mi mismo grupo social en cuanto a clase, edad y educación” (2003:15). Se trata de, también siguiendo al autor, el tipo de “antropólogo en su tierra”, pero siendo conscientes de que “en la auto-antropología la perspectiva “interna” no es necesariamente la misma que la de la gente del lugar”.

Lo que intenté hacer con ese cúmulo de experiencias previas es interpelarme a mí mismo. Es decir, si como sostienen Hammersley y Atkinson (1994:29), “no hay ninguna forma que nos permita escapar del mundo social para después estudiarlo ni,

afortunadamente, ello es siquiera necesario”, no sería prioritario eliminar mi experiencia previa de cinco años a fin de lograr observaciones más “objetivas”, “depurando” mi participación en el campo como entrenado. Por el contrario, resulta más útil reflexionar al respecto de esa experiencia, intentando interpretarme también a mí mismo allí.

Durante todas las fases del trabajo de campo hice lo que la mayoría de las personas que asisten a un gimnasio hacen: entrenar. Para ello tuve que aprender a hacerlo. Este proceso de aprendizaje llevó años y se fue marcando también en el cuerpo propio. A la primera sesión de entrenamiento, esa después de la cual el cuerpo queda totalmente dolorido y se hace difícil hasta levantar los brazos por varios días, se sumaron otras, cada vez menos espaciadas temporalmente.

También tuve que aprender a comer, porque, para los *fierreros*, la relación entre entrenamiento del cuerpo y dieta es total: en el imaginario *fierrero* “*quien no come bien no crece*”. Sin embargo, “*comer bien*”, desde la óptica nativa, no está necesariamente relacionado con lo que propone el saber médico; aunque en algunos aspectos se acerca, en otros, los hábitos alimentarios se distancian totalmente. De tal modo que tuve que aprender a alimentarme de una manera nueva, distribuyendo las comidas a lo largo del día, calculando las calorías contenidas en cada una de ellas con una precisión exacta.

Medir el cuerpo con un centímetro, escudriñarlo frente al espejo, cansarme terriblemente, conseguir un “compañero de entrenamiento” acorde, ni tan avanzado ni tan novato como para que mis progresos corporales sean reales, aprender a ver esos progresos físicos encarnados en el cuerpo, ir al gimnasio a pesar de si llovía, era mi cumpleaños o Navidad, todo ello también fue parte de mi trabajo de campo. También tuve que aprender un lenguaje totalmente nuevo. En el gimnasio, los *fierreros* utilizan un conjunto de términos diferente para referirse al cuerpo, a sus características y a las prácticas que sobre él realizan²².

Al aprendizaje del lenguaje se sumó el de los grandes torneos de fisicoculturismo mundial con sus figuras estelares. Saber los nombres de los competidores más famosos del Mr. Olympia²³ me facilitó, en varias ocasiones, el diálogo con *fierreros* y entrenadores desconocidos. Para ello leí las principales revistas de *fitness* y fisicoculturismo, así como cualquier material relacionado que encontraba, a los cuales tuve acceso en el mismo gimnasio o en las tiendas de nutrición deportiva. En estas últimas no solo pude comprar más creatina, suplementos alimenticios y ropa para

²² Todos los términos nativos se encuentran compilados en un glosario al final de la tesis, en el Anexo II.

²³ Es el torneo de fisicoculturismo más importante del mundo. Se desarrolla todos los años en Las Vegas.

entrenar, sino que entablé relación con sus vendedores y dueños, quienes me proporcionaron información valiosa. Esto también formó parte del trabajo de campo.

Para mantener a resguardo la identidad de mis informantes he cambiado deliberadamente todos los nombres de los protagonistas de este trabajo. Al abordar algunos temas de interés antropológico, como sostiene Garriga (2007), a lo complicado de establecer una red de vínculos se suman otros problemas como, por ejemplo, la cercanía a prácticas de las que los actores prefieren mantener cierta reserva. Tan solo a modo de ejemplo, un *fierrero*, cuya actividad laboral principal estaba vinculada al mundo del arte, prefería que su rostro siempre apareciera “cubierto”, o directamente “borrado”, en las fotos grupales. En esas fotos, él solo aparecía reunido junto a otros hombres jóvenes con quien compartía el mismo “apasionamiento por los fierros”, sin embargo, desde su parecer, sus colegas del mundo del arte no comprenderían ni tenderían a ver con buenos ojos su participación allí, por lo que ambas esferas debían mantenerse separadas. Para no fallar a la confianza de él, ni de todos los demás *fierreros* que aparecen a lo largo de este trabajo, opté por esta estrategia.

También he modificado los nombres de todos los gimnasios, a excepción de los de las cadenas que son de conocimiento público: con solo acceder a sus portales de Internet se puede conocer las ubicaciones exactas de todos los establecimientos que existen en la ciudad. Al igual que para preservar la identidad de mis informantes, esto tiene como objetivo mantener en reserva los gimnasios donde hice trabajo de campo, en especial el *Boulevard*. Además, esta estrategia tiene como intención no incomodar a algunos dueños de gimnasios que podrían alarmarse tan solo con la mención de la palabra “investigación”, porque les evoca el recuerdo de las cámaras espías periodísticas. Como este trabajo no tiene intención de denuncia, sino de mostrar cómo es la vida de un grupo de personas que frecuentan el gimnasio habitualmente, los datos que aquí se presentan resultan más que suficientes para imaginar las características generales del *Boulevard*. Lo mismo vale para el foro virtual de Internet, cuyo nombre público también mantengo en reserva. De todos modos, acceder a cualquiera de los gimnasios que aquí menciono no es difícil. Solo basta con inscribirse en ellos, ya que tienen sus puertas siempre abiertas para recibir nuevos entrenados. En el fondo, ni el *Boulevard* ni cualquiera de los otros son distintos de los muchos gimnasios de la ciudad, y allí solo ocurre lo mismo que en cualquiera que revista características similares.

El gimnasio Boulevard

El modo en que los gimnasios privados de entrenamiento se diseminaron por la ciudad de Buenos Aires no es uniforme. Como me hubiera confiado un entrevistado ligado a la industria del *fitness* el año pasado, para él, *es bastante claro que el corredor norte de la ciudad es el lugar donde hay mayor cantidad de gimnasios*. La frontera sur de este “corredor” parece ser la avenida Córdoba, y él está atravesado, ya sea de norte a sur o de este a oeste, por varias avenidas “selectas” y “distinguidas” como Del Libertador, Santa Fe o Figueroa Alcorta, todas ubicadas en la zona norte de la Ciudad.

Al parecer la distribución de establecimientos “gimnasios” en la ciudad reviste un patrón básico: su localización está en relación con el poder adquisitivo de los habitantes de los barrios. Es decir, la industria del *fitness* ha priorizado, no solo que los barrios en que se va a instalar sean populosos, lo cual parece ser un requisito *sine qua non*, sino también que los habitantes de esas barriadas tengan posiciones económicas relativamente acomodadas, de clase media y alta, que les permitan afrontar los gastos que entrenar en un gimnasio exige. Esto está en consonancia con el hecho de que las sucursales de las grandes cadenas de gimnasios se esparcieron primero por los barrios de la zona norte de la ciudad, y luego desde ahí empezaron a correr su “frontera” hacia otros barrios linderos. Sin embargo, todavía ninguna de las dos cadenas²⁴ más importantes que se disputan el mercado de estas actividades ha desembarcado en los barrios sureños. Por el contrario, sí lo han hecho en algunas de las localidades más “selectas” de la zona norte del conurbano bonaerense, como Vicente López, San Isidro, Tortuguitas o Pilar.

Un conjunto de barrios heterogéneo, desplegados alrededor del centro geográfico de la Ciudad de Buenos Aires, también concentra una nutrida cantidad de establecimientos de este tipo, aunque en mucho menor número que el norte. Así, en Villa Urquiza, Villa Pueyrredón, Almagro, Caballito y Parque Chacabuco, por ejemplo, existe una cantidad bastante numerosa de gimnasios²⁵. Gran parte de nuestro trabajo de campo etnográfico lo hemos realizado en los gimnasios de esta “región central” de la ciudad. Específicamente, los barrios de Caballito, Flores y Parque Chacabuco concentran una cantidad de gimnasios bastante superior a la de muchos de los barrios porteños. En base a un relevamiento propio (Rodríguez, 2011a), podemos decir que la

²⁴ *Megatlón y Sport Club*.

²⁵ En un trabajo anterior (Rodríguez, 2011a) construí un mapa donde se puede observar la manera en que están distribuidos los gimnasios porteños; al menos hasta el año 2011.

cifra total de gimnasios de estos tres barrios unidos es de sesenta y cinco establecimientos, solo superados en cantidad por el agrupamiento de Belgrano, Colegiales, Palermo y Recoleta, ubicado en el cordón norte de la ciudad de Buenos Aires²⁶. Al contrario de todo lo anterior, los barrios del sur de la ciudad tienen una marcada ausencia de este tipo de establecimientos. Allí, el entrenamiento del cuerpo en el gimnasio no parece ser una actividad prioritaria para sus habitantes.

El gimnasio *Boulevard* está ubicado en la zona de confluencia de los barrios de Parque Chacabuco, Caballito y Flores, relativamente cerca del centro geográfico de la ciudad de Buenos Aires. Allí acuden a entrenar personas que en su mayoría residen en los barrios mencionados, una zona de vida comercial más bien poco intensa compuesta por casas residenciales y algunos edificios de departamentos. Aunque en Parque Chacabuco no se ha instalado aún un gimnasio de las grandes cadenas, sí hay en Caballito y Flores. Respectivamente, *Megatlón* tiene sus dos sedes en las proximidades del centro comercial de Caballito, mientras que Sport Club tiene una en el límite entre Parque Chacabuco y Flores y la otra en la zona norte de Caballito.

Es un gimnasio pequeño, quienes lo frecuentan lo denominan “*de barrio*”, muy distinto a los establecimientos de las grandes cadenas. A diferencia de esos gimnasios de cadena, el *Boulevard* tiene una oferta de actividades mucho más reducida: mientras que los primeros cuentan con amplias zonas de musculación y aeróbicos, clases de *fitness* grupal, de yoga, y muchos cuentan con piscina, el *Boulevard* es sólo un salón de musculación amplio con muchas máquinas, barras y mancuernas para el entrenamiento anaeróbico, así como tiene bicicletas fijas y cintas para correr ubicadas dentro de un sector aeróbico. Obviamente, su precio es mucho menor al de las cadenas: mientras que en estos últimos se abona una cuota mensual que gira alrededor de los \$ 400, en el *Boulevard* se pagan \$ 150 pesos por mes²⁷. También a diferencia de los gimnasios-cadena, donde para matricularse es necesario comprar “*planes*” de seis o doce meses enteros y es casi obligatorio estar “*bancarizado*”²⁸, en el *Boulevard* la cuota es abonada mes a mes y en efectivo.

²⁶ Estos barrios porteños, también en base a nuestro relevamiento, aglutinan más de ciento cuarenta establecimientos gimnasios.

²⁷ Precios vigentes a fines de 2012.

²⁸ Los gimnasios-cadena se aseguran así clientes por períodos largos -a pesar de que abandonen el gimnasio deberán abonar el total de meses del plan comprado-, así como que sean regulares con el pago de las cuotas porque están adheridos al sistema de débito automático. Por el contrario, en el caso de querer abonar la cuota mes a mes, y en efectivo, como se hace en el *Boulevard*, ésta aumenta casi al doble (si es que se puede). Este tipo de práctica es desalentada, incluso prohibida en algunos establecimientos de estas características.

El *Boulevard* abre sus puertas a las 9:00 y las cierra a las 22:00, de lunes a viernes. Los sábados solo abre hasta el mediodía y los domingos y feriados siempre está cerrado. De lunes a viernes, por la mañana, por la tarde y por la noche concurren grupos muy distintos entre sí. En los días de semana por la mañana suele haber muy pocas personas, entre cinco como mínimo y quince como máximo, en un grupo bien nutrido por mujeres de más de cincuenta años. También hay algunos hombres de la misma edad, personas que están haciendo ejercicios de rehabilitación físico-médica y un fisicoculturista al que le gusta entrenar solo. Por la tarde, en cambio, comienzan a aparecer los más jóvenes, en un promedio muy parecido al de la mañana. Muchos de ellos son adolescentes que asisten al colegio secundario hasta el mediodía y entrenan después de salir, por la tarde temprano, aproximadamente a las 15:00. Después de las 18:00, y hasta el cierre, el gimnasio se transforma. Si por las mañanas prevalecían las personas con más de cincuenta años, por las noches los hombres jóvenes son mayoría. Asimismo, si a la mañana había como máximo unas quince personas, después de las 18:00 asisten como mínimo veinte, y en época de “temporada”²⁹ hasta cincuenta. Los sábados hasta el mediodía, aunque suele estar poco poblado siempre, las personas de los tres grupos horarios se mezclan entre sí.

La identidad encarnada en el cuerpo

En este trabajo no es posible encontrar una definición de cuerpo. Lo que exponemos, en cambio, es la manera en que un grupo de personas, los *fierreros*, lo experimenta. Para ellos, el cuerpo es un símbolo, un espacio de inscripción para las prácticas de entrenamiento físico, las principales, pero también para las de consumo de bienes. Todo queda grabado en ese cuerpo.

Ellos, los protagonistas de este trabajo, son miembros de un grupo que se concentra en el *Boulevard* en el horario que va desde las 18:00 hasta el cierre. Son todos hombres cuyas edades van de los dieciséis hasta, como mucho, los cuarenta años. Desde lo laboral, este grupo de hombres jóvenes es bastante heterogéneo. Muchos de ellos son estudiantes universitarios, algunos otros son graduados de profesiones liberales, unos

²⁹ “Temporada” se denomina al período que comienza aproximadamente con la llegada de la primavera y culmina luego de superado el verano. Durante ese interregno de tiempo se acerca mucha más gente a los gimnasios de la ciudad, tal cual nos han indicado algunos empresarios ligados a la industria del *fitness*, así como también lo hemos podido observar durante el trabajo de campo.

pocos pertenecen a fuerzas de seguridad. También hay muchos empleados de “cuello blanco”: vendedores en locales comerciales, empleados bancarios y oficinistas. Solo uno de ellos tenía un oficio con el cual hacía “changas”, trabajo que detestaba y siempre tuvo intenciones de abandonar. Aunque por un período de tiempo lo “logró” y se transformó, como varios de sus compañeros, en un empleado de oficina, luego se quedó sin trabajo. Sin excepciones, todos tienen sus estudios secundarios completos. A lo sumo, los más jóvenes de todos ellos los estaban cursando. Hay algunos que además de estudiar y/o trabajar de lunes a viernes, complementan sus ingresos trabajando los fines de semana como *patovicas*³⁰ en discotecas o bares. Otros también generan unos dividendos extra mediante la venta de suplementos nutricionales y anabólicos, aunque solo en cantidades pequeñas y entre conocidos. Ellos entrenan su cuerpo al menos tres veces a la semana. Sin embargo, las sesiones de entrenamiento pueden transformarse en cuatro, cinco o seis, incluso diarias, a veces. A excepción del gimnasio, los *fierreros* del *Boulevard* no comparten otros círculos de socialización entre sí.

Para interpretar la lógica de un comportamiento tan práctico es necesario prestar atención a los mismos principios en que se basan esas prácticas (Bourdieu, 1991), porque difícilmente puedan ser entendidas a partir de conceptos teóricos propuestos con antelación. En ese sentido, proponer un concepto de cuerpo a priori, construido teóricamente sin observación de las prácticas, constituiría una estrategia que no nos conduciría a buen puerto. Algunas consideraciones similares debemos hacer respecto a las representaciones que los *fierreros* tienen sobre los cuerpos, especialmente el suyo, pero que siempre tiene como referencia otros de los que desean tomar distancia. Algunas de esas representaciones del cuerpo que los *fierreros* incorporan son propuestas por el mismo gimnasio *Boulevard*. Otras, en cambio, parecen ser construidas en la interacción entre pares. En este trabajo voy a abordar las dos dimensiones, la simbólica y la práctica, de la actividad de entrenamiento de los *fierreros* del *Boulevard*. A partir de interpretar que hacen los *fierreros* sobre sus cuerpos, y en función de qué representaciones los moldean, vamos a conectar este trabajo con las discusiones sobre la construcción de la masculinidad, por un lado, y con la pertenencia a la clase social, por el otro. Además también, debido a las edades de los *fierreros*, este trabajo tiene algo para decir respecto a la misma noción de juventud, por lo menos masculina, que los *fierreros* construyen prácticamente.

³⁰ Guardias de seguridad de locales nocturnos.

Plan de la obra

Esta tesis está organizada en tres capítulos y aunque su tema central es el cuerpo no hay uno de ellos dedicado exclusivamente a él. Por el contrario, él está presente en todos los apartados al mismo tiempo, aunque abordado desde distintos ángulos.

El capítulo I es el más estructural y menos dinámico de todos por varias razones pero, fundamentalmente, porque no aparecen personas ni cuerpos de carne y hueso en interacción real. Sin embargo, este capítulo sin “movimiento de cuerpos” resulta sumamente importante para comprender qué es y cómo funciona lo que hemos denominado el dispositivo (Foucault 1984, Agamben, 2007, García Fanlo, 2011) de entrenamiento de un gimnasio, creado para moldear la corporalidad de los sujetos que allí interactúan. Algunos de esos elementos del dispositivo son de raigambre legal, como la misma “*Ley de gimnasios*”, otros están sostenidos en la fuerza del discurso médico, que puede permitir y/o restringir el ingreso a estos establecimientos. Otros más, en cambio, han surgido “espontáneamente”, como por ejemplo la manera en que se distribuyen los aparatos de entrenamiento en la sala, o la división entre tipos de ejercitación, donde la más tácita de todas es la que indica “aeróbicos para ellas” y “entrenamiento con *fierros* para ellos”. Nuestra intención es develar la lógica concatenada de funcionamiento de estos elementos de control, para ver cómo están afectando al cuerpo que está inmerso en ese espacio.

En el capítulo II sí hay “cuerpos en movimiento”: son los cuerpos de ellos, los *fierros*³¹. Si en el primer capítulo estudiamos el gimnasio de manera global, dando cuenta tanto de las zonas femeninas y masculinas existentes en el *Boulevard*, y analizando las prácticas corporales diferentes que hombres y mujeres realizan en esos espacios, en el II, en cambio, empezamos a reducir la mirada, tratando de interpretar lo que acontece en el *Boulevard* a partir solo de la perspectiva de ellos. Los *fierros* son un grupo de hombres jóvenes que frecuentan el gimnasio a diario y que construyen una noción de masculinidad específica -que se encarna en la carne de su cuerpo- y a la que solo se puede adscribir a partir de aprehender un conjunto de prácticas físicas que se nutren, a su vez, de un conjunto variado de imágenes corporales de “virilidad”. Aunque

³¹ Aunque no todos se reconocerán a sí mismos de esta manera, si lo hace así la mayoría de mis informantes. Otros, muy pocos en realidad, se reconocían como “*patos*”, que es la abreviatura de *patovicas*.

en este capítulo pueden aparecer referencias hacia lo que está fuera del ámbito de los *fierros*, ya sean el *fitness* o los aeróbicos, espacios y actividades “organizados para las mujeres del *Boulevard*”, siempre se van a hacer desde el enfoque nativo de ellos, pero sin olvidar que las prácticas de entrenamiento femeninas son la contrapartida necesaria de la construcción de la masculinidad que ellos llevan adelante.

Finalmente, el capítulo III incorpora al estudio aspectos del estilo de vida *ferrero* relacionados con el consumo de bienes. Los alimentos, los suplementos deportivos y los anabólicos, a primera vista, tienen poco que ver entre sí. Sin embargo, como veremos, están en íntima relación, porque a partir de su correcta combinación se construye todo buen *ferrero*, su identidad y estilo de vida.

Capítulo I. En el gimnasio. El dispositivo de entrenamiento del cuerpo entrenado

El dispositivo se trata de un conjunto heterogéneo que incluye virtualmente cada cosa, sea discursiva o no: discursos, instituciones, edificios, leyes, medidas policíacas, proposiciones filosóficas. El dispositivo tomado en sí mismo, es la red que se tiende entre estos elementos.

Giorgio Agamben, *“Qu'est ce qu'un dispositif?”*, París, Éditions Payot & Rivages, 2007.

Aunque Foucault nunca brindó una definición precisa del término dispositivo, en una entrevista en el año 1977 sí esbozó un conjunto de ideas sobre su lógica y significado. Con algunas de ellas hemos decidido iniciar este apartado.

Para el autor, el “dispositivo” está compuesto por un conjunto de elementos relacionados, siempre posee una función concreta y está enmarcado por relaciones de poder-saber específicas. Aunque las ideas del filósofo francés, que retomamos a partir de Agamben, son bastante abstractas y difíciles de imaginar, creemos que son sumamente útiles, al mismo tiempo que se tornan mucho más claras si las observamos “en situación” y en espacios específicos concretos.

Nuestra hipótesis teórica es que los modernos gimnasios de entrenamiento conforman uno de esos espacios donde se puede ver cómo opera un tipo particular de dispositivo. Allí, un conjunto de elementos relacionados dispositivamente se despliegan para moldear un tipo de cuerpo específicamente entrenado. Ese tipo de cuerpo es resultado de los cambios culturales producidos durante el siglo XX, específicamente en su última mitad de siglo, que lo ligó cada vez más con determinadas imágenes de bienestar, de salud, de belleza, entre otras. Además, ese cuerpo es un punto de llegada, porque representa los cambios culturales que lo hicieron nacer como tal, pero al mismo

tiempo es un punto de partida, que indica que el cuerpo es ante todo “posibilidad”, que carece de límites y que con él siempre se puede (re)iniciar una transformación nueva - ligada también a nuevas representaciones y/o imágenes-.

Los elementos de este dispositivo peculiar, que denominaremos de aquí en más solo dispositivo de entrenamiento, se sostienen tanto en mecanismos de tipo discursivo como no discursivo. La ley, los saberes especializados, la arquitectura y la disposición de los aparatos de ejercitación en el espacio, los símbolos, entre otros elementos que veremos detenidamente a continuación, componen la red de ese dispositivo. Nuestra intención en este apartado es desenmarañar la red de elementos del dispositivo para intentar comprender mejor su lógica y la manera en que ese conjunto de elementos articulados entre sí penetra internamente el cuerpo del sujeto entrenado en estos nuevos gimnasios del siglo XXI.

En virtud de ley: El acta de nacimiento del dispositivo de entrenamiento

Si algo le faltaba al proceso de expansión del fenómeno-gimnasio en nuestra ciudad al que referíamos en la Introducción, era su certificación legal. Aunque esa expansión había quedado documentada en los principales periódicos nacionales, así como en la principal publicación de la industria del *fitness*³², el proceso obtuvo su “acta de nacimiento” recién a fines de la década de 1990, cuando se sancionó la ley n° 139 (1999), más conocida como “*Ley de Gimnasios*”.

Es difícil discernir si la ley precedió al proceso de expansión de los gimnasios, o sí en cambio, este último es anterior en el tiempo y la acción del legislador, cosificada en la norma, vino a tratar de ordenar una situación que, de hecho, la precedía. Ambos, la ley y la expansión de gimnasios de la ciudad, son fenómenos entrelazados, aunque, desde nuestra perspectiva, la expansión del fenómeno-gimnasio parece venir gestándose desde bastante antes de sancionada la ley, por lo que la norma parece indicar más bien la necesidad de ajustar una situación vigente de hecho, al derecho escrito.

Lo que nos interesa de la ley n° 139 es que surgió para dar nombres, para etiquetar lugares, para crear actividades, personas y roles que no existían, por lo menos para la vieja ordenanza n° 41786, redactada muchos años antes, en 1985, y en cuya

³² *Mercado Fitness*.

letra, y en los horizontes de la época, no aparecía nada parecido a lo que conocemos hoy como un “gimnasio”. Para esa vieja ordenanza bastaba con “reglamentar el régimen de habilitación y funcionamiento de aquellos establecimientos destinados a la enseñanza o práctica de actividades físicas, independientemente que fueran actividades o deportes federados, de alto riesgo, competitivos o con fines recreativos” (Decreto n° 1.821, 2004). Para la ley n° 139, en cambio, era necesario crear un universo nuevo, porque en su antecesora, no se definía nada: ni lugares, ni prácticas, ni los roles de las personas dentro de los nuevos gimnasios porteños.

Aunque sancionada en 1999, la ley n° 139 no fue reglamentada hasta 2004, cuando finalmente entró en vigor. Su ingreso al mundo-gimnasio significó definiciones claras³³ respecto a lo que es un gimnasio, lo que allí se puede y debe hacer, así como los roles que cada una de las personas que interactúan en ese espacio debe cumplir.

La definición de gimnasio ofrecida por la ley es la de aquellos “establecimientos destinados a la enseñanza o práctica de actividades físicas no competitivas”. Es, por donde se la mire, bastante laxa y requiere conocer previamente de qué se trata una actividad física no competitiva. Ese último concepto también es construido en la misma ley mediante la creación de una taxonomía de actividades.

Para la ley existen cuatro variantes de actividades, y las últimas dos son subdivisiones de las dos primeras, de lo que podríamos denominar, a grandes rasgos, “actividades corporales”; estas son: actividad física, actividad deportiva, actividad física o deportiva competitiva y actividad física no competitiva. Teniendo en cuenta la definición que hemos dado más arriba de gimnasio, como lugar de enseñanza y práctica de actividades físicas no competitivas, las definiciones que nos interesan de la taxonomía son solamente la primera y la cuarta.

En la ley también se indicó que “actividad física” comprende a toda “acción o movimiento corporal encaminado al perfeccionamiento morfológico funcional, psíquico y social del hombre con el fin de lograr una vida sana y placentera”, en tanto que por “no competitiva” significa que está orientada según fines estrictamente recreativos³⁴. En concreto, lo que nos interesa de estas definiciones es que, desde la óptica de la ley, el gimnasio es un espacio donde se practica una actividad que no es un deporte, ya que no

³³ Algunas no tan claras cómo qué entiende el legislador por drogas. De todos modos se prohíbe su venta o suministro, aunque sin entenderse bien qué es aquello que está prohibido.

³⁴ Surge así de nuevo el interrogante respecto a si “*ir al gimnasio*”, como se denomina habitualmente a la práctica, es un deporte o no. Para la ley, está claro que no.

puede ser definida como tal, como actividad deportiva³⁵, y por eso se indica que se trata solo de una actividad física. Al mismo tiempo, se trata de una práctica que no está orientada a la competencia.

Con la puesta en marcha de la “*Ley de gimnasios*” se activó la legitimidad legal del dispositivo de entrenamiento. Sin embargo, aunque es una parte esencial porque en su letra se dispone la obligatoriedad de los elementos que componen el dispositivo, no es el elemento más visible de él: por el contrario, en el gimnasio, lo que está más a la vista es la manera en que el dispositivo coacciona mediante los discursos del saber médico y el saber de la educación física, o a través de los elementos no discursivos como la disposición correcta de los aparatos de entrenamiento.

Solo para cuerpos aptos: El saber médico se reserva el “derecho de admisión”

Al llegar al gimnasio, por primera vez en el año 2002, la recepcionista de turno me pidió que abonara la cuota mensual, la cual me habilitaba a hacer libre uso de las instalaciones. Esto ocurrió en el *Dance* de Villa Crespo, cuando la ley n° 139 todavía no había entrado en vigor; su puesta en práctica data del año 2004. Debido a esto último, el certificado de aptitud física todavía no era solicitado: ni el *cuerpo apto* ni su certificado de aptitud habían sido creados aún, por lo que el ingreso al gimnasio era mucho más irrestricto que ahora.

La invención del *cuerpo apto* es producto de la sanción y la posterior puesta en práctica de la ley n° 139 en 2004, como ya dijimos. Mediante ella se le confirió al saber médico la facultad de definir los “cuerpos aptos”³⁶, a los que les otorga acceso al gimnasio, al mismo tiempo que el derecho de definir los cuerpos que podríamos indicar como ineptos, a los cuales es necesario restringirles la entrada.

Con la sola excepción de esa primera vez en el *Dance*, en el resto de todos los gimnasios en los que hice trabajo de campo observé cómo, al momento de la inscripción, el instructor le requiere al nuevo socio la presentación de un certificado en el que conste que su cuerpo está *apto* para entrenar. Ocurre así también actualmente:

³⁵ Porque, siguiendo al pie de la letra la ley, un deporte, aunque es una sub-clasificación de la actividad física, “responde a un reglamento para desarrollar la actividad física” e “implica movimientos de habilidad específicos realizados durante situaciones de juego organizado” (Decreto 1821, 2004).

³⁶ De acuerdo a la normativa legal, para inscribirse en un gimnasio, toda persona debe concurrir con un certificado de aptitud física expedido por un médico.

durante 2011 y 2012, cuando volví a dos gimnasios en los que había hecho trabajo de campo antes, como el *San Luis* o el *Épica*, nada había cambiado. Aún a pesar de ser un viejo conocido del lugar en el último, solo después de presentar el certificado de aptitud me franquearon la entrada al establecimiento³⁷.

A partir de lo antedicho podríamos sostener que el dispositivo de entrenamiento genera como primera barrera de ingreso al establecimiento-gimnasio la posesión de un cuerpo apto. La pregunta que deberíamos hacernos a partir de ello es ¿cuáles son los cuerpos ineptos? ¿A quienes se les niega el ingreso?

El poder de definir los significados de la aptitud-ineptitud de un cuerpo es una prerrogativa que se le concedió por entero y legalmente al saber médico. De todos modos, los casos de ineptitud física parecen ser o muy pocos o nulos. El cuerpo inepto más que expulsado del gimnasio parecer poder ser transformado en un cuerpo apto mediante el mismo entrenamiento allí, así como a través de su sometimiento a las reglas que imperan en el espacio. Sin embargo, esto requiere que él poseedor de ese cuerpo inepto lo reconozca como tal -frente a un médico- tome nota de su “problema físico” y acate las instrucciones que se le brindan. Antes que prohibir, los médicos tienden más bien a fomentar el entrenamiento en el gimnasio, cediendo autorizaciones a quienes requieran un certificado, luego de ciertas preguntas de rigor y algunos estudios clínicos. Quienes tienden a ser advertidos de los riesgos del entrenamiento, sin que esto implique una negativa para expedirles el certificado, como venimos diciendo, sino más bien para que cambien sus hábitos de vida, son las personas sedentarias³⁸, así como aquellos de hábitos poco saludables, según el discurso médico, como los fumadores o los pacientes con sobrepeso. En última instancia, quienes parecen ser los únicos excluidos del gimnasio por ineptos son los niños³⁹. En varias ocasiones he visto como algunos

³⁷ Sin embargo, en ocasiones, la ejecución de esta normativa es flexible y queda a criterio del encargado de la sala de musculación. Por ejemplo, en el *Épica*, aunque el pedido de certificado es expreso, también es acompañado -a veces- de una sugerencia del tipo “*después lo traes*”, lo cual nunca acontece en la práctica. Sin embargo, esto no contraría que el dispositivo basado en el saber médico se active. Por el contrario, se pone en acción porque se apela a la posesión del cuerpo apto, aunque sea verbalmente, como requisito excluyente para ingresar al espacio-gimnasio.

³⁸ Es interesante la resignificación del término sedentario que ha hecho, en los últimos años, el saber médico clínico y el discurso entrenado, este último encarnado en los profesores de actividades físicas como en la voz de los empresarios de la industria del *fitness*. Si hace años atrás, “sedentario” estaba asociado a “la población o raza, humana o animal, que permanece quieta en el país donde ha nacido, que no es emigrante o trashumante (Moliner, 1994), actualmente, para los portavoces de estos discursos, el término es significado como “la enfermedad del estar quieto”. Frente a ella, a la cual asocian casi todos los males físico-psíquicos, libran una batalla constante, a fin de revelarles a los “sedentarios” el camino de la vida saludable y la “felicidad”.

³⁹ Respecto a los niños, la creación de gimnasios exclusivamente para ellos tendería a revertir esta situación (Mercado Fitness n° 14, 2006). Sin embargo, este tipo de establecimiento, aunque parece

entrenados que asistían al *Boulevard* con sus hijos eran advertidos por el instructor de la sala, para que los mantuvieran alejados de las máquinas de entrenamiento porque eran peligrosas para ellos, en primer lugar porque no podían comprender el modo en que se utilizaban, en segundo término debido a que los pesos podían lastimarlos.

Resumiendo, ingresar al espacio-gimnasio al parecer, tiene dos aspectos, uno de carácter libre y otro con una lógica obligatoria. El primero de ellos refiere a que, a priori y con una única excepción relacionada con una franja etaria, anotarse en un gimnasio es una operación relativamente sencilla: solo habría que solicitarlo al médico, y más que negarlo el saber médico parece fomentarlo. Sin embargo, el segundo aspecto de la cuestión nos indica que también existe un término obligatorio: es necesario aceptar las pautas imperantes en ese espacio. Para entrenar allí es necesario acatar las indicaciones que el saber médico propone en relación con el denominado “estilo de vida saludable”: entrenar el cuerpo implica hacer modificaciones en la dieta, abandonar la vida sedentaria, así como hábitos tales como el cigarrillo, todos aspectos sobre los que recae una fuerte condena. En definitiva, uno puede ingresar libremente al gimnasio solo si se compromete a aceptar unas pautas que tienen que ver con un estilo de vida relacionado a ese espacio, y aunque esto no implica cumplirlas, sí indica que se acata que en el gimnasio constituyen la norma válida.

El saber entrenado y la regulación de la circulación interna a través de los espacios

Al llegar al gimnasio los elementos más prácticos del dispositivo de entrenamiento se ponen en acción. Quien primero interpela al recién llegado es, casi siempre, el entrenador a cargo de la sala. Su poder deviene, al igual que el del médico, de la misma “*Ley de gimnasios*” que comentáramos antes. Según ella, todas las prácticas que se llevan a cabo en este espacio deben estar supervisadas por “un profesor de Educación Física con título reconocido por la ciudad de Buenos Aires”, lo cual lo hace poseedor de un saber-poder legítimo exclusivo: es la única persona en el gimnasio con la facultad para dictar las actividades de los entrenados.

haberse difundido en varios países del mundo, todavía no ha llegado al nuestro. El espacio de entrenamiento físico principal de los niños continúa siendo la escuela, lo cual implicaría una discusión sobre otro dispositivo específico que se sostiene en otras reglas distintas (Foucault, 2002a).

Andrés es el único instructor encargado del *Boulevard* en el horario de la tarde y hasta el cierre, a las 22:00. Por las mañanas, y hasta que él llega, hay otro único instructor⁴⁰. Andrés es un entrenador corporalmente atípico. A diferencia de la imagen mental que me había formado de un entrenador en el *Dance*, él encarna más bien lo opuesto: si bien es de contextura amplia no es atlético, ni musculoso ni tiene un cuerpo hiper-entrenado con los *fierros*.

Andrés le realiza una serie de preguntas de rutina a cualquier persona que se acerca por primera vez al *Boulevard* y escribe las respuestas en una ficha personal (ver Anexo III). Esas respuestas se transforman en datos: nombre, edad, estatura, peso, experiencia previa en actividades físico-deportivas, enfermedades y “motivos” o “intereses personales” de entrenamiento. En la mayoría de los casos, el último ítem es propuesto por el mismo entrenador según el género del recién llegado, en primer término, aunque también pareciera influir la contextura física, a la que Andrés escruta detenidamente con la mirada. Luego de ese análisis, escribe uno de los motivos o intereses que le parecen más pertinentes. La mayoría de las veces, éstos suelen reducirse a tres: bajar de peso, ganar volumen muscular o realizar un acondicionamiento físico general. Sin embargo, en muy buena medida, los hombres jóvenes que se acercan al *Boulevard* solo le indican a Andrés *que quieren estar más grosos*, razón por la cual este último los cataloga dentro de la opción “ganar volumen muscular” casi de manera automática. Finalmente, en la ficha Andrés prescribirá la *rutina*⁴¹, junto a los ejercicios que la componen, las *series*⁴² y las *repeticiones*⁴³, en función de la cantidad de veces que el nuevo entrenado pueda frecuentar el *Boulevard*. Sin embargo, también esta respuesta es sugerida por el entrenador: es necesario que, como mínimo, le dedique tres días de la semana y un lapso de una hora y media al gimnasio.

El *Boulevard* es un salón grande -7 mts de ancho x 15 mts de largo- con forma de cuadrado -ver Anexo III- completamente atestado de máquinas de entrenamiento de todo tipo, colocadas en filas imaginarias. En los márgenes del cuadrado, contra la pared y rodeando a las máquinas de entrenamiento, se encuentran, conformando una única fila, las bicicletas fijas y las *cintas*, desde donde, mientras se las utiliza, es posible observar casi todo el salón.

⁴⁰ Como nuestras apreciaciones están dedicadas mayormente a lo que ocurre en el *Boulevard* desde las 18:00 y hasta el cierre, la mayoría de las referencias tendrán a Andrés como encargado del gimnasio.

⁴¹ Conjunto de ejercicios con *fierros*.

⁴² Grupo de ejercicios de una misma parte corporal.

⁴³ Es el ejercicio corporal en sentido estricto.

Esta zona en los márgenes es la que agrupa las actividades de tipo aeróbico: su realización tiene más que ver con los objetivos “*bajar de peso*” y “ *acondicionamiento físico general*”, por lo menos para Andrés, porque a quienes les asignó esos objetivos los dirige hacia ese espacio. Sin embargo, algunos de los entrenados con esos objetivos luego se internan dentro del espacio de máquinas, aunque para hacer rutinas livianas, de bajo peso y de tiempo bastante breve. En su mayoría ellos son: personas que concurren por primera vez a un gimnasio, mujeres y hombres de más de cincuenta años.

De frente a todo el salón, la pared principal está revestida de un espejo de aproximadamente dos metros de alto, el cual permite mirarse a uno mismo mientras se está entrenando, al mismo tiempo que observar lo que acontece en el resto de la sala. La pequeña pared contigua a la principal también está revestida de otro espejo, de iguales características, lo que permite, dependiendo de los ángulos que se utilicen, y jugando con los espejos de las dos paredes, mirarse entrenando desde al menos dos posiciones: de frente a él y de costado.

Aunque Andrés suele permanecer la mayor parte del tiempo en su escritorio-oficina ubicado en la entrada al gran cuadrado que es el *Boulevard*, con una serie de miradas rápidas al salón, y utilizando esos espejos, puede darse cuenta muy rápido de lo que está ocurriendo allí: quiénes están entrenando en el sector aeróbico, quiénes entre las máquinas, quiénes están solo parados descansando entre series de ejercicios, o conversando. Si bien ese pequeño espacio donde está el escritorio-oficina de Andrés es parte del *Boulevard*, no conforma parte del “gran cuadrado geográfico”. Es, por el contrario, un pequeño rectángulo -2,5 mts de ancho x 4 mts de largo- ubicado en la entrada al gimnasio -ver Anexo III-, como si fuera un espacio de paso, hacia el salón principal. Sin embargo, ese pequeño rectángulo de tránsito, además de contar con el escritorio-oficina de Andrés, también es un lugar de entrenamiento. Solo que es estrictamente aeróbico: allí hay únicamente *cintas*. Tanto ese rectángulo de ingreso como los márgenes del salón son zonas geográficas pequeñas comparadas con la magnitud de la zona delimitada para los *fierros*, ubicada dentro del gran cuadrado y salón principal del *Boulevard*.

Las filas imaginarias de aparatos delimitan caminos internos de tránsito entre los *fierros*, así como espacios principales y secundarios de esa zona. En el centro del

espacio de *fierros* el *multipower*⁴⁴ suele ser uno de los instrumentos más requeridos, al igual que la primera fila ubicada a unos escasos treinta centímetros del espejo principal, donde se encuentran las *mancuernas*, los *bancos* para hacer *press plano*, la *barra* para hacer *curl* con *bíceps*. En contraposición a estos espacios que aglutinan a la mayoría de los entrenados, los espacios secundarios de la zona de *fierros* parecen estar ubicados detrás de ellos y/o a sus laterales, transformándose ellos en una zona de intermediación entre los *fierros* principales y el exterior, o sea, el lugar de los ejercicios aeróbicos, las bicicletas fijas y las *cintas*.

Entre el gran espacio cuadrado de entrenamiento y el pequeño rectángulo de la entrada al *Boulevard* hay una escalera que conduce a una segunda planta. Esta es un pequeño entrepiso donde hay más bicicletas fijas y *cintas*, colocadas de forma que al utilizarlas se pueda observar todo lo que ocurre debajo, en el interior del salón principal del *Boulevard*. Este pequeño entrepiso, visto desde abajo, parece un balcón. También observado desde el “llano”, un cartel negro de letras blancas dispuesto sobre la baranda del balcón, exhorta a quien levanta la vista a “*dejar de hablar y entrenar*”. Ese entrepiso es un agregado, una zona desperdigada más, que se suma al resto de espacios marginales dedicados a los aeróbicos. Todos ellos son agregados dispersos alrededor de una zona de *fierros* principal; aún sí los sumáramos todos, el último los cuadriplica en tamaño.

En el entrepiso de la segunda planta también hay un cuarto herméticamente cerrado, dispuesto detrás de las *cintas* y las bicicletas. Ese cubículo fue acondicionado hace pocos años, desde que el *pilates* comenzó a ser requerido por muchas mujeres que se acercaban al *Boulevard* buscando un lugar para practicarlo. Así fue entonces que se construyó ese pequeño salón para su práctica. Ese espacio, sin embargo, está aislado de tal manera que casi no tiene conexión con lo que ocurre en el resto del *Boulevard*. Las mujeres que van a entrenar *pilates*⁴⁵ ahí utilizan el pequeño rectángulo de entrada tan solo como camino hacia la segunda planta; rara vez se las ve frecuentar el salón principal del *Boulevard*.

⁴⁴ Es una máquina que, a diferencia de la mayoría, permite trabajar no solo un grupo muscular específico, sino casi todos ellos, con movimientos distintos: por eso es una máquina “multi”, porque es múltiple la fuerza o el “*power*” que se puede ejecutar, en distintas direcciones y con objetivos diferentes.

⁴⁵ El entrenamiento del cuerpo en el gimnasio es distinto para hombres y mujeres. El género parece ser una variable central dentro de la organización general del dispositivo, como veremos más adelante. Así, ellas parecen ser las “verdaderamente capacitadas” para practicar el *pilates*, porque en esas clases nunca participan hombres.

Prestar atención a la geografía interna del *Boulevard* resulta importante porque la manera en que debe recorrerse el lugar está en relación con las rutinas de Andrés. Esas, en tanto que elementos vitales del dispositivo de entrenamiento, porque habilitan a circular, son redactadas de acuerdo a la distribución interna del espacio. De forma escrita expresan cómo, a través de la arquitectura y la distribución de los elementos de entrenamiento, esta praxis física es concebida a priori y teóricamente.

La rutina de trabajo

La *rutina* de trabajo que Andrés redacta es la “hoja de ruta” que va a acompañar al entrenado en su carrera en el gimnasio. En el *Boulevard* es muy común observar entrenados deambulando entre los *fierros* con una cartulina -y algunos con una lapicera- del tamaño de una hoja de carpeta común. Esas son las *rutinas*.

Elas son el registro escrito de los progresos y retrocesos del entrenamiento del cuerpo. Independientemente del tipo de rutina que Andrés haya prescripto, uno debe tomar nota en ella de los pesos que utiliza para cada ejercicio: así podrá tener un registro propio, que el entrenador también puede llegar a observar, respecto a sí los pesos utilizados son mejorados -las mejoras implican que después de un tiempo estos tienen que ser mayores-, o si por el contrario se estancan, o en el peor de los casos, desmejoran: esto último sería sinónimo de estar entrenando poco, y mal. Sin embargo, está claro que es necesario comprender primero los movimientos que hay que realizar antes de tomar notas sobre ellos. Esta instancia de trabajo solo será alcanzada después de un largo período en el que el entrenado estará bajo la vigilancia total de Andrés.

Comprender los contenidos de la *rutina* al iniciar esta praxis física es, para la mayoría, una misión imposible. Casi siempre, luego de realizar uno o dos ejercicios que fueron previamente enseñados por Andrés -a pesar de estar escritos en la “hoja de ruta”-, es necesario volver a repreguntarle cuáles son los que siguen. Asimismo, una vez que la *rutina*, con sus ejercicios; números de series y repeticiones, es internalizada por el entrenado también es desechada por el instructor. Según este último, es necesario que así sea *porque el cuerpo se acostumbra* y para evitarlo es condición *sine qua non* plantear un esquema de trabajo nuevo. Esto ocurre cada un mes o, como mucho, cada dos.

El entrenamiento en el gimnasio está basado en un supuesto básico: qué el nuevo entrenado luego de un período de tiempo, cuyo límite es bastante difícil de datar, logrará incorporar las técnicas corporales basadas en la repetición de ejercicios, series y repeticiones. Aprehenderlas es parte de un proceso complejo que imbrica tanto a la mente como al cuerpo al mismo tiempo⁴⁶. Sin embargo, se trata de un proceso de dos pasos: el primero de ellos requiere de facultades más corporales que reflexivas, en cambio, en el segundo movimiento la praxis física se hace más mental, sobre todo debido al escrupuloso trabajo de tomar nota (escrita o mental) de los pesos, y compararlos entre sí, a fin de mejorar las performances en cada uno de los ejercicios corporales.

Míguez (2002) sostuvo que la noción de “*flow*”, entendida como “fluir” o “fluidez”, suele utilizarse para construir una propuesta alternativa a aquellas otras que pretenden enfocar el estudio del cuerpo en función de la dicotomía entre él y la mente. Según el autor, el “*flow*” implica que “ciertas prácticas o técnicas corporales son incorporadas en tal grado que se realizan con un gran nivel de espontaneidad y soltura, y además se vuelven, en gran medida pre-conscientes”. Estos argumentos son deudores de los postulados de la fenomenología de Merleau-Ponty (1985), así como son consonantes con las apreciaciones de otros autores que también recuperaron los aportes del filósofo francés y los utilizaron en el ámbito de las ciencias sociales, específicamente en la antropología (Csordas, 1990 y 1993; Jackson, 1983).

La idea de ser-en-el-mundo merleauPontyana apuntaba en la dirección de superar la dualidad mente-cuerpo, apoyada sobre todo en el concepto de “percepción”. A partir de esa categoría, la fenomenología de Merleau-Ponty intentaba superar los planteos del tipo -“yo pienso que tengo un cuerpo”-, así como aquellas otras posiciones que se fundamentan en el polo opuesto y fortalecen la idea de que primero “yo siento que tengo un cuerpo”. Al contrario de ambas, para el francés hay consubstanciación entre mente y cuerpo, así como entre sujeto y mundo. O, para ser más claros, siguiendo a Citro: “se trata de una rigurosa bilateralidad: no puede constituirse el mundo como mundo ni el yo como yo si no es en su relación” (2009:47).

Todas estas apreciaciones nos sirven para comprender mejor cómo es el proceso de aprendizaje de las técnicas corporales en el *Boulevard*. Allí, cualquier entrenado

⁴⁶ Algunos autores (Crossley, 2004) ya han destacado el rol activo del cuerpo en estas prácticas de entrenamiento en el gimnasio.

nuevo carece de “naturalidad” para ejercitar su cuerpo y establecer una relación “espontánea” con la máquina. Antes que entrenarse, el principiante reflexiona acerca de cómo debe hacerlo, cómo debe articular los movimientos, que tiempos debe dedicarles, etcétera. Solo después de un proceso de aprendizaje en el que se aprende a “no pensar” frente a la máquina, sino tan solo a moverse con cierta naturalidad, a dejarse llevar por ellas, va a ir adquiriendo ese “flow” en las técnicas corporales (Mauss, 1979). Sin embargo, también siguiendo a Míguez, lograr esa naturalidad de movimientos corporales “solo es posible después de un prolongado período de práctica, en donde la técnica corporal es penosamente aprehendida”. Recién ahí, tras largos meses de entrenamiento en los cuales se repiten las actividades indicadas tratando de internalizar los movimientos en el cuerpo, ese nuevo entrenado tornará su praxis de entrenamiento algo más reflexiva: comenzará a analizar los pesos utilizados, a tomar nota de ellos y a intentar superarlos. Este es el segundo movimiento del proceso que en un principio es solo corporal, pero luego se torna también mental.

Con lo anterior hemos intentado mostrar la complejidad del proceso de aprendizaje de las técnicas de entrenamiento en el *Boulevard*. Lejos de conformar un “recetario” escrito por el instructor que hay que seguir, implica primero práctica corporal constante. O, como sostiene Jackson, “cambiar un cuerpo de hábitos, físicos o culturales, nunca puede ser un asunto de ilusiones e intenciones; depende de aprender y practicar nuevas técnicas” (Citro, 2010:60). En segundo término, el entrenamiento se hace reflexivo, pero solo luego de haber incorporado las técnicas corporales. A la par que ocurre todo esto, la vigilancia de Andrés se irá haciendo más laxa, quien se limitará a proveer de rutinas nuevas solo “a pedido”. Volviendo sobre la importancia de las “rutinas”, podemos decir finalmente que sin ellas no hay entrenamiento: constituyen un elemento central del dispositivo porque estructuran toda la actividad en el gimnasio.

Aeróbicos y anaeróbicos: la división sexual del entrenamiento en el gimnasio

Las zonas internas de entrenamiento en el *Boulevard* encuentran una restricción básica que, aunque funciona tácitamente, parecer ser inamovible: el género. Según esta

regla, las mujeres deben dedicarse a la práctica de ejercicios aeróbicos⁴⁷, mientras que los hombres deben entrenarse anaeróbicamente⁴⁸. Así, el dispositivo propone para ellos y ellas actividades distintas, contrapuestas, a fin de auto-construir sus cuerpos según lógicas diferentes. Esta restricción de género sobre el entrenamiento se suma a otra, anterior y más básica: que el ejercicio se realice en solitario.

Ya sea en los distintos espacios aeróbicos donde hay *cintas* y bicicletas fijas, en la pequeña sala de *pilates*, o en el salón principal de entrenamiento anaeróbico -la zona de *fierros*-, todo está dispuesto para que el entrenamiento se cumpla de forma individual. Aún en el entrenamiento de *pilates*, que es realizado por un grupo de mujeres en conjunto, cada una de ellas debe utilizar una sola máquina de ejercicios a la vez. Lo mismo ocurre con las herramientas de trabajo aeróbicas, aún a pesar de estar situadas en conjunto, ya que su utilización requiere de una sola persona por vez en cada instrumento de ejercitación. Las máquinas de la zona de *fierros* revisten idénticas características. En el *Boulevard*, no parece haber lugar para el entrenamiento grupal; todo debe realizarse solitariamente.

Hace unos pocos años atrás, debido al “boom” del método de entrenamiento “*pilates*”, el *Boulevard* acondicionó y abrió un espacio dedicado a tal fin, en la segunda planta del gimnasio, como ya hemos dicho antes. La construcción de esa habitación, un cuarto cerrado sin ventanas para que desde fuera no pueda verse nada de lo que ocurre adentro, vino a ocupar un espacio libre que antes era dedicado a clases grupales de *fitness* a cargo de una profesora, quizás la única -y última- práctica de entrenamiento colectivo en el *Boulevard*, ahora ya caduca. A pesar de constituir un espacio nuevo dentro del *Boulevard*, con una actividad también nueva como el *pilates*, tiene un rasgo de continuidad con su antecesora, las clases grupales de gimnasia. Nos referimos específicamente a que eran -y son- solo frecuentadas por las mujeres del *Boulevard*, convirtiendo ese espacio en un lugar estrictamente femenino del gimnasio.

Los hombres, por su parte, entran a la zona de aeróbicos solo para usar algunas máquinas. En los espacios aeróbicos, ellos pueden utilizar las bicicletas o las cintas, pero jamás podrán dedicarse a trabajar con, por ejemplo, máquinas escaladoras que, incluso, tienen una calcomanía adosada sobre su base que indica “de uso exclusivo femenino”. Así resulta que el único espacio aeróbico al que ellos pueden ingresar es el de *cintas* y bicicletas, y solo debido a que es pensado como un complemento de su

⁴⁷ Ejercicios de baja intensidad y de larga duración.

⁴⁸ Ejercicios de alta intensidad y de poca duración.

actividad principal con los *fierros*. Ellos se vuelcan allí solo para “calentar”, antes de comenzar su entrenamiento propiamente dicho o, si están entrenando para marcar sus músculos, para tratar de reducir peso y grasa corporal, lo cual los lleva también allí de forma solamente secundaria⁴⁹.

Aunque la antinomia de género masculino-femenino parece regir el comportamiento corporal en casi todos los espacios del *Boulevard*, también vemos que existen algunas zonas que resisten la presencia de ambos tipos de cuerpos. Son zonas de intersecciones, lugares que admiten cuerpos contrarios. Sin embargo, ubicarse en esas zonas solo es posible con algunas reservas: las mujeres se internan en el mundo de los *fierros* para realizar unas actividades específicas. Si ellas se dirigen allí lo hacen en esporádicas ocasiones y siempre dentro de una mini-región específica: la región de piernas. Allí se dedican a utilizar los aparatos de este grupo corporal, que comparten con los hombres, como el sillón de cuádriceps, pero también utilizan máquinas que, si no fuera por ellas, permanecerían siempre inutilizadas. Son las máquinas de glúteos y esos otros aparatos cuyo movimiento consiste en abrir y cerrar las piernas mientras se está sentado; ambas son de uso exclusivo de las mujeres del *Boulevard*, al igual que ocurre en los gimnasios cariocas (Hansen y Fernandez Vas, 2006). En sentido inverso, como ya dijimos, cuando los hombres penetran la zona de aeróbicos lo hacen solamente para dirigirse hacia la zona de cintas y bicicletas, pero nunca a los escaladores o al salón de *pilates*.

Los espacios aeróbicos de *cintas* y bicicletas parecen ser los más abiertos del *Boulevard*, ya que, además de estas intersecciones de género, también admiten dentro de sí grupos de todas las edades entrenando juntos. Las personas que promedian los cincuenta años -algunos más- y que asisten al *Boulevard* por las noches, aunque son más visibles en los horarios matutino y vespertino, también habitan este espacio. Sus incursiones dentro de las otras zonas son muy limitadas. Del mismo modo, y a pesar de las diferencias de edad, los hombres mayores tampoco frecuentan la sala de *pilates*. En sentido contrario, las mujeres de la franja etaria mayor también tienen hábitos similares a los de sus compañeras más jóvenes: solo ingresan entre *fierros* para realizar un tipo

⁴⁹ Al realizar la revisión bibliográfica de esta tesis hemos prestado atención a las revistas de la industria del *fitness*, como ya hemos observado anteriormente. En ellas, los empresarios más importantes de la industria se interrogan respecto al por qué de que los hombres no se sumen a las clases de gimnasia grupal (*Mercado Fitness*, n° 31), e intentan desarrollar estrategias diversas para atraerlos. La respuesta a este interrogante, desde nuestra óptica y de acuerdo a lo que venimos sosteniendo, tiene que ver con que la idea de “hombre” que impera entre los *fierros* no se puede ligar a actividades que, desde la óptica de sus practicantes, están relacionadas con la construcción de cuerpos femeninos. Penetrar esas zonas de entrenamiento atenta contra la idea de virilidad que construyen en su cuerpo.

específico de actividad corporal. Es como si, incluso a pesar de las edades, las propuestas de entrenamiento del dispositivo, ya sea en su versión masculina o femenina, imperan para todos en el *Boulevard*.

Resumiendo entonces, en el *Boulevard* los *fierros* parecen ser el espacio de reunión de los hombres y la zona de aeróbicos de las mujeres. Sin embargo hay espacios que son intersticiales y admiten mezclas: así se genera un microespacio femenino dentro de una zona eminentemente masculina como los *fierros*, y, en cambio, dentro de uno de los espacios de ejercicios aeróbicos -tan solo dentro de uno-, ligados a una noción de cuerpo más femenina, se admite la presencia de hombres. Tanto en el horario matutino como en el vespertino la regla que divide el entrenamiento según género no pierde vigor. Sin embargo, se hace mucho más notoria por las noches, cuando el *Boulevard* está densamente poblado, con entre treinta y cincuenta personas que se dividen en los espacios de acuerdo a esta regla tácita, pero también implícita en las rutinas que prescribe Andrés.

El cuerpo de los símbolos

En el *Boulevard* el cuerpo es simbolizado a través de imágenes que sirven de referencia para quienes entrenan. Ellas están colocadas en las paredes: son fotografías, pósters, afiches. También están sobre los espejos e, incluso, muchas de las máquinas de entrenamiento tienen graficada la parte de la anatomía corporal específicamente involucrada en el movimiento, con un dibujo de un hombre sin rostro ni piel (ver Anexo III): es tan sólo un hombre-máquina-músculo compuesto de fibras, tendones y articulaciones colocados en acción en el ejercicio.

Si bien el cuerpo es en sí también un símbolo, un reflejo de lo más íntimo de la persona, del ser profundo o la naturaleza del hombre (Bourdieu, 1981), que también funciona como referencia para los entrenados que se miran entre sí, y se comparan, observando aquello a lo que no se quieren parecer, *sus brazos deben medir treinta centímetros*, y aquello que en el otro es objeto de deseo, *tiene espalda grande o abdominales definidos*, antes que al cuerpo carnal, ahora prestaremos atención a los símbolos materiales que dispuestos en el *Boulevard* contribuyen a formar una idea de cuerpo en sintonía con el dispositivo de entrenamiento. En términos generales, un símbolo es una representación de una idea, es la vinculación entre un significante y un

concepto más abstracto. En el *Boulevard* existen varias de estas formas de representación que, evocando al cuerpo como espacio de significación, pretende unirlo a conceptos teórico-abstractos distintos, señales que indican y nutren los modos en que el cuerpo propio debe ser entrenadamente construido como reflejo de esas imágenes.

Los símbolos corpóreos del *Boulevard* están relacionados con al menos cuatro tipos de discursos que ofrecen una manera de aprehender y relacionarse con el cuerpo diferente. Estos discursos son: la propuesta del saber médico, la del saber de la educación física, la que propone la disciplina fisicoculturista y la que proyecta la publicidad de los suplementos nutricionales, la indumentaria deportiva, y otros productos que tienen al cuerpo como objeto de inversión privilegiado. Los dos primeros discursos, en la simbología existente en el *Boulevard*, en ocasiones aparecen concatenados y proponiendo una misma noción de cuerpo, mientras que los dos últimos también parecen tener cierta afinidad a la hora de sugerir una idea de cuerpo. Sin embargo, en otras ocasiones todos ellos se distancian, porque en el fondo son discursos distintos, y/o tejen otras relaciones entre ellos; por ejemplo, a veces, el discurso del saber de la educación física parece proponer una imagen de cuerpo más cercana a la que propone la práctica fisicoculturista, a la vez que se distancia de la apuesta clínica.

Las dos paredes contiguas a la puerta de ingreso al gimnasio están decoradas, desde el suelo hasta los dos metros de altura, de imágenes de fisicoculturistas “famosos”, norteamericanos en su mayoría, junto a algunas de las figuras más destacadas de la misma disciplina en el nivel nacional. Así, al ingresar al *Boulevard* uno tiene la sensación de estar atravesando una calle que, tanto a la izquierda como a la derecha, lo interpela con los cuerpos, los músculos y las poses de Arnold Schwarzenegger, pero también de los más actuales campeones Ronnie Coleman, Dorian Yates, y algunos otros que nunca descifré quiénes eran. Todos están vestidos con slips o minishorts de colores fluorescentes, rosas, dorados, atigrados, con sus torsos descubiertos, algunos descalzos, otros con botas. En su mayoría todos exhiben bronceados parejos en el cuerpo. Algunos son blancos, otros como Coleman negros, todos tienen prolijos peinados o están rapados totalmente. No hay imágenes de hombres de pelo largo, mejor dicho, no hay imágenes masculinas con pelo corporal, todos son lampiños, depilados, lo que da la sensación de que sus cuerpos hubieran sido tallados en piedra.

Junto a ellos, también están ellas, aunque en un número mucho menor, quizás solo una imagen por cada cuatro o cinco de los cuerpos masculinos. Ellas son la

norteamericana Monica Brant o la argentina Alejandra Rubio, y sus cuerpos, más que caracterizados por la masividad de los músculos como en las imágenes masculinas, se muestran bien torneados de acuerdo a los parámetros del *fitness*; son también cuerpos-entrenados pero que no han perdido la “femineidad” debajo de una montaña de músculos humanos. Al ingresar en la zona de *fierros* es posible encontrar más imágenes similares: pegadas en los espejos, de frente al público, más campeones, algunos argentinos. Uno de ellos parece haber entrenado en el *Boulevard* porque dedicó una foto suya al gimnasio y a su dueño.

En las máquinas, unas pequeñas imágenes están adosadas a la superficie de metal, como calcomanías de cuerpos sin rostro ni piel, solo son hombres-músculo que indican qué en esa máquina, mediante el dibujo de una posición corporal específica, se está trabajando una determinada zona muscular. Por ejemplo, al utilizar una máquina de aperturas de pectorales, la calcomanía adherida a la superficie del aparato enseña un pequeño hombre-músculo-máquina que ejerce presión sobre sus pectorales y que sirve para imaginar cómo debe realizarse el ejercicio⁵⁰.

Junto a estas imágenes, también dispersas por todo el *Boulevard*, se encuentran otras que nos muestran cuerpos masculinos y femeninos en una proporción más o menos igualitaria. La diferencia principal con todas las imágenes anteriores es que estos cuerpos están vestidos: son publicidades de indumentaria deportiva. En ellas se puede observar hombres y mujeres jóvenes vestidos con camperas deportivas, ropa de jogging y zapatillas de “*running*”⁵¹. Más publicidades, en este caso de suplementos nutricionales como proteínas o aminoácidos⁵², son acompañadas de cuerpos de mujeres y hombres entrenados, algunos de ellos fisicoculturistas, varias de ellas competidoras de *fitness* relativamente conocidas: son los atletas que cedieron los derechos de sus cuerpos a la publicidad de la marca.

⁵⁰ Sin embargo, la falencia de estos dibujos reside en que no reflejan el movimiento, ya que son estáticos, por lo que a menudo resultan poco didácticos y requieren de la intervención de Andrés para enseñar los ejercicios, como ya dijimos.

⁵¹ “*Running*” significa, en inglés, andar, caminar y/o correr. En términos más precisos, quienes practican el “*running*” en nuestro país se dedican a correr, sobre todo en maratones. Esta actividad también ha crecido notoriamente en los últimos años, del mismo modo que *ir al gimnasio*, aunque esta última la precede. Con cada vez más frecuencia, las principales marcas de indumentaria deportiva (Nike, Adidas, Reebok) organizan maratones en las que los “*runners*” compiten, y se preparan durante meses para ello. En algunos gimnasios, incluso, se organizan “equipos de *runners*”, promovidos por los mismos establecimientos, para entrenarse para las maratones, y, para ello, salen, a correr en distintos parques y plazas de la ciudad.

⁵² Ambos son suplementos alimenticios de la dieta que consumen los *fierros*.

Es imposible pensar las imágenes corporales que conviven en el *Boulevard* en el vacío, ya que ellas son también parte de los cambios culturales acontecidos en las últimas décadas, en las cuales el consumo y el narcisismo han cobrado un vigor cada vez mayor. Como sostiene Lipovetsky (2000), asistimos a una “segunda revolución individualista”; una nueva forma de narcisismo que promueve un proceso de personalización del propio cuerpo (Citro, 2010:53). O en otros términos, también podríamos decir que se trata de priorizar el “cuidado de sí” (Foucault, 1986 y 1987), prestando especial atención al cuerpo propio, en tanto parte esencial de nuestro yo.

A modo de resumen, podemos decir que las imágenes de los cuatro discursos previamente señalados, interpelan al público del *Boulevard* de manera unificada. Sin embargo, analíticamente, cada discurso tiene un mensaje distinto, aunque en las imágenes a veces se entremezclen. Así, el discurso médico propone una noción de cuerpo más ligada a lo saludable, el discurso del saber de la educación gimnástica valoriza la característica entrenada del cuerpo, el fisicoculturismo propone una noción de cuerpo asociada a la masividad de los músculos, y la publicidad nos revela que ese cuerpo es un objeto en el que es necesario realizar inversiones, a fin de transformarlo lo más parecidamente posible a las imágenes que nos propone, y que, aparentemente, nosotros deseamos. Sin embargo, recalamos nuevamente que la simbología se entremezcla, las propuestas discursivas se acercan y a veces se alejan; en el fondo, la auto-construcción del cuerpo propio parece depender de la acentuación de una o varias de las características de las imágenes que en el *Boulevard* se proponen.

La casa de los espejos: me veo, te veo, nos vemos

Uno de los elementos del dispositivo que actúa más imperceptiblemente, pero cuya importancia es vital ya que condiciona estructuralmente la forma de mirarse a uno mismo, de mirar a los otros y de ser mirado por los demás, es el espejo.

Al igual que en todos los gimnasios mencionados, en el *Boulevard* existen espejos. Las paredes son revestidas por ellos, desde el suelo hasta una altura- promedio humana. Ellos nos interpelan de frente, lateralmente, incluso por detrás. En el *Boulevard*, el espejo principal está situado de frente a la zona de *fierros*, sobre la pared central de la sala, al que se suma uno más pequeño colocado sobre una de las paredes laterales: la unión de ambos produce una especie de letra “L” espejada.

Lacan (2003) argumentaba lo que conocemos como la teoría del estadio del espejo a partir de que “la cría del hombre, a una edad en que se encuentra por poco tiempo, pero todavía un tiempo, superado en inteligencia instrumental por el chimpancé, reconoce ya sin embargo su imagen en el espejo como tal”. Además de ello, el autor indicaba el contraste existente entre la realidad corporal del niño, sumida en la descoordinación motriz de su cuerpo fragmentado, frente a la imagen unificada que el reflejo le devuelve de un cuerpo entero (Blasco, 1992).

Traer a colación los argumentos lacanianos es útil para analizar las funciones del espejo en el *Boulevard*. En primer lugar existe una función netamente autorreferencial, reconocerse a uno mismo. Así, el entrenado se observa como un cuerpo-total-entrenado, prestando suma atención a cada una de las partes de su *hexis corporal* (Bourdieu, 1981) de frente al espejo, inmóvil, donde cada zona muscular desagregada, si bien con su autonomía, solo cobra sentido como parte de un aparato mayor unificado. El entrenado es una unidad, un hombre-máquina-músculo solo cuando está inmóvil, escrutándose, observando las características corporales, el tamaño y la definición de los músculos.

En cambio, cuando el cuerpo es puesto en acción, el espejo permite observar los movimientos de una parte corporal específica, a fin de corregir la técnica, mediante la observación detallada de la praxis de entrenamiento. La vista es situada sobre el espejo, pero solo sobre la parte que está siendo trabajada, los brazos por ejemplo, desagregada del resto de su cuerpo. De ambas maneras, ya sea como cuerpo estático o en movimiento, el espejo conforma una instancia de examen (Merino, 2008), mediante la cual podrá cotejar los resultados de su ejercitación individualmente.

Sin embargo, las funciones del espejo no son solo de referencia propia. Por el contrario, el cuerpo, ya sea estáticamente o en movimiento, es ofrecido en el espejo a los otros que también están entrenando -y los otros hacen lo mismo ofreciendo el suyo-. Esto permite la comparación, a la vez que sirve para imitar los movimientos correctos y evitar las ejecuciones erróneas.

Además de todo ello, una tercera función del espejo, que se suma la de referencia personal -ya sea del cuerpo unificado o de sus partes desglosadas-, y a la del cuerpo ofrecido a la mirada de los otros, es la de permitir al instructor la observación -y el control- de todos los cuerpos en el *Boulevard*. Andrés, mediante vistazos esporádicos desde su oficina-escritorio y utilizando los ángulos de los dos espejos, puede darse una idea general de todo lo que está ocurriendo. Él, salvo en ocasiones contadas, ya sea como parte de su propio entrenamiento o debido a que debe enseñar las técnicas

mínimas a los recién iniciados, no conduce personalmente las rutinas. Por el contrario, su lugar está fuera de la zona de *fierros*, lejos, sin que esto implique que su rol jerárquicamente superior sea afectado. Por el contrario, él posee el control de la sala, solo que lo ejerce de un modo tácito e interviene nada más que en las ocasiones específicas que lo requieren, o cuando el espejo denuncia frente a todos que alguien lo necesita.

En resumen, el espejo tiene varias funciones en el *Boulevard* que exceden a la instancia de reflejo personal. Él es una parte vital del dispositivo que permite verse a uno mismo, ver a los otros y que te vean los demás, -incluido el entrenador- a la vez que estructura el espacio en base a la mirada y a que todos se vean a todos al mismo tiempo.

El gimnasio, el dispositivo y el panóptico

Al principio de este capítulo habíamos traído a la discusión la noción de dispositivo, y a los autores que la habían trabajado, en especial a Foucault. Decíamos que esa noción era abstracta, de difícil aprehensión si no era interpretada a la luz de un caso empírico. Proponíamos también pensarla a la luz del espacio-gimnasio, para tratar de analizar como su red de elementos funciona concatenadamente en la elaboración de los cuerpos entrenados.

Hemos repasado uno a uno este conjunto heterogéneo de elementos que incluye el dispositivo: por un lado están los que son de índole discursiva como la ley, que consagra la legitimidad de la institución; los saberes médicos y de la educación física, que restringen y/o permiten el ingreso al lugar así como la manera correcta de recorrerlo; o la simbología de los cuerpos que los distintos discursos del gimnasio proponen. Por el otro lado están los no discursivos, como la arquitectura del espacio con su disposición de los aparatos, que condiciona una manera específica de aprehender el cuerpo en concatenación con las rutinas administradas por el instructor; o la lógica individual implícita en esta praxis física, así como la división según género que propone tipos de entrenamiento distintos para ellas y ellos; o la función de los espejos como referencia para sí y para los otros al mismo tiempo.

El funcionamiento del dispositivo de entrenamiento está basado en la vigilancia y el control de los cuerpos que allí interactúan. Este control en algunos casos está librado a la acción individual de los entrenados, porque se supone que actuarán de

acuerdo a las normas tácitas que imperan en el espacio, acatando, por ejemplo, la divisoria masculino-femenina del entrenamiento, donde nadie osará penetrar la zona prohibida, o lo hará solo con reservas. En otros casos, esto es más explícito y el funcionamiento del dispositivo es ejecutado por la autoridad legítima del lugar, como cuando se administra una rutina de trabajo, prerrogativa que posee solamente el instructor de la sala.

Retomar la cuestión de la vigilancia y el control de los cuerpos en un espacio específico nos conduce casi obligadamente a repensar nuestras teorizaciones a la luz de los conceptos que Foucault hubiera esgrimido hace muchos años sobre el panóptico: en primer lugar porque conservan una extraordinaria vigencia; en segundo término porque nos pueden permitir analizar mejor el caso bajo estudio. El autor francés, en una extensa cita que vale la pena recordar, afirmaba lo siguiente:

El Panóptico de Bentham es la figura arquitectónica de esta composición. Conocido es su principio: en la periferia, una construcción en forma de anillo; en el centro, una torre, ésta, con anchas ventanas que se abren en la cara interior del anillo. La construcción periférica está dividida en celdas, cada una de las cuales atraviesa toda la anchura de la construcción. Tienen dos ventanas, una que da al interior, correspondiente a las ventanas de la torre, y la otra, que da al exterior, permite que la luz atraviese la celda de una parte a otra. Basta entonces situar un vigilante en la torre central y encerrar en cada celda a un loco, un enfermo, un condenado, un obrero o un escolar. Por el efecto de la contraluz, se pueden percibir desde la torre, recortándose perfectamente sobre la luz, las pequeñas siluetas cautivas en las celdas de la periferia. Tantos pequeños teatros como celdas, en los que cada actor está solo, perfectamente individualizado y constantemente visible. El dispositivo panóptico dispone unas unidades espaciales que permiten ver sin cesar y reconocer al punto. En suma, se invierte el principio del calabozo; o más bien de sus tres funciones —encerrar, privar de luz y ocultar—; no se conserva más que la primera y se suprimen las otras dos. La plena luz y la mirada de un vigilante captan mejor que la sombra, que en último término protegía. La visibilidad es una trampa (2002a:121).

El panóptico permite, a partir de una disposición especial, que la mirada sea unilateralmente dirigida, desde un centro vigilante hacia un afuera-vigilado, que no puede devolver la mirada ni saber con certeza si está siendo vigilado o no por ese centro-ojo de control. El dispositivo panóptico había sido diseñado por Bentham, para aplicarlo al sistema penitenciario; esta “cárcel-modelo” debido a la organización de la mirada iba a permitir el abaratamiento de los costos de una institución tan onerosa como la prisión.

Sin embargo, la noción de panóptico bien puede ser repensada a la luz de otros dispositivos de control y vigilancia, en otros espacios específicos como la fábrica o la escuela. También es posible extenderla al análisis del que hemos denominado el dispositivo de entrenamiento, montado sobre el espacio-gimnasio del *Boulevard*; solo que es necesario realizar algunas rectificaciones a la forma en que opera allí en función de sus particularidades propias.

La función principal del panóptico, o sea inducir un estado subjetivo de vigilancia y control permanente, es consumada en el *Boulevard*; esos cuerpos están sometidos al escrutinio constante de la mirada. Asimismo, la existencia de un ojo vigilante que todo lo ve, en este caso ayudado mediante los espejos y no por los contraluces de las ventanas del imaginado panóptico benthamiano, también está presente: el vigilante es reemplazado por un instructor que alejado del centro de la escena posee el control constante de la sala-gimnasio e interviene en ella solo en las ocasiones que lo ameritan, para corregir los movimientos corporales, para indicar lo indebido en el entrenamiento.

Sin embargo, sería desacertado indicar que esta es la única manera en que opera la vigilancia en el dispositivo de entrenamiento, o sea desde un centro hacia una periferia sin retroalimentación de la mirada. Foucault, en la misma obra pero en un pasaje posterior, observaba que la potencia de la arquitectura panóptica residía más bien en difuminar el ejercicio de poder:

De ahí el efecto mayor del Panóptico: inducir en el detenido un estado consciente y permanente de visibilidad que garantiza el funcionamiento automático del poder. Hacer que la vigilancia sea permanente en sus efectos, incluso si es discontinua en su acción. Que la perfección del poder tienda a volver inútil la actualidad de su ejercicio; **que este aparato arquitectónico sea una máquina de crear y de sostener una relación de poder independiente de aquel que lo ejerce; en suma, que los detenidos se**

hallen insertos en una situación de poder de la que ellos mismos son los portadores (2002a:121) (la negrita es mía).

Si bien el papel que cumple el ojo vigilante del instructor del *Boulevard* no es puesto en tela de juicio, su poder parece residir justamente en no habitar la sala, en permanecer fuera de ella, pero inficionándola de la lógica vigilante, socializando la mirada hacia la periferia. La observación y el escrutinio de los cuerpos es multidirigido, de todos hacia todos, a la vez que hacia uno mismo, mediante la utilización de los espejos. Esta manera de vigilancia opera de un modo tácito, aparentemente invisible, sin embargo justamente en ese modus operandi reside su vigor. Si como también había propuesto Foucault las “técnicas de sujeción y de normalización de las que surge el individuo moderno tienen como punto de aplicación primordial el cuerpo (Giorgi y Rodríguez, 2007:10), también hay que decir que la manera de operar de esas técnicas es a través de mecanismos del biopoder que no residen en un lugar-espacio específico y autónomo. Por el contrario, ese biopoder es difuso y su lugar de residencia “lejos de encontrar su centro de irradiación en el poder de un aparato o de una institución a imagen del Estado, la disciplina dibuja un tipo nuevo de relación, un modo de ejercicio del poder, que atraviesa instituciones de diversa índole y las hace converger en un sistema de sumisión y de eficacia” (Le Breton, 2008:84). A esto podríamos agregar que en el gimnasio *Boulevard*, aunque también atañe a todos los gimnasios donde hemos trabajado, se observa que la eficacia del dispositivo se encuentra en la “socialización” de la vigilancia y el control de todos hacia todos. Es decir, mediante esta lógica de control socializado es que parece funcionar mejor esta “fábrica moderna” de cuerpos correctamente entrenados.

Capítulo II. Hombres trabajando

Mi ídolo no era un fisicoculturista, sino un minero de fondo: Alexis Stakhanoff, de la Unión Soviética. El 31 de agosto de 1935, él extrajo 102 toneladas de carbón en 6 horas, superando 14 veces la norma promedio.

Sam Fussell. *Muscle. Confessions of an unlikely bodybuilder*, New York, Avon Books, 1991.

A diferencia del capítulo I, donde mostramos cómo funciona el dispositivo de entrenamiento de forma global, en este capítulo II vamos a colocar la mirada al interior de un espacio específico del *Boulevard*, el lugar en que confluyen únicamente ellos, que son jóvenes, varones y entrenados: los *fierros*. En tal sentido, lo que proponemos a continuación es dar cuenta de la manera en que un grupo se apropia de lo que el dispositivo de entrenamiento le “brinda” y el modo en que lo “reutiliza”, ya que si retuviéramos en mente la imagen de gimnasio que hemos mostrado en el capítulo I, deberíamos concluir que se trata de un espacio signado por la vigilancia y el control de los cuerpos: allí no habría lugar para argumentar respuestas, todo se reduciría al funcionamiento automático del dispositivo. Frente a él, y a los elementos de estructuración del espacio-gimnasio poco se podría hacer, convirtiéndose este último en un ámbito para la construcción de cuerpos dóciles (Foucault, 2002a:82), marcados a fuego disciplinarmente. Sin embargo, esto no es tan así. Aunque la existencia del dispositivo con su red de elementos no es quebrada, los *ferreros* eligen, reapropian y transforman “a su modo” lo que el espacio estructuralmente les propone, por lo que sus prácticas son “tácticas”⁵³ (De Certeau, 1996) que si bien son solo entendibles en el

⁵³ De Certeau definía "táctica" como "un cálculo que no puede contar con un lugar propio, ni por tanto con una frontera que distinga al otro como una totalidad visible. La táctica no tiene más lugar que el del otro. Se insinúa, fragmentariamente, sin tomarlo en su totalidad, sin poder mantenerlo a distancia. No dispone de una base donde capitalizar sus ventajas, preparar sus expansiones y asegurar una independencia en relación con las circunstancias. Lo "propio" es una victoria del lugar sobre el tiempo. Al contrario, debido a su no lugar, la táctica depende del tiempo, atenta a "coger al vuelo" las posibilidades

marco de ese dispositivo de entrenamiento anteriormente analizado, también tienen un aspecto original y creativo, relacionadas con la construcción de sus cuerpos masculinos.

A Néstor no lo conocí en el *Boulevard*, sino en el foro de Internet que frecuentan muchos *fierreros* porteños. Sin embargo, como vivía tan solo a unas pocas cuadras del *Boulevard*, aunque no entrenaba en él, entablamos una relación de amistad, también sostenida en que ambos estudiábamos en la Facultad de Ciencias Sociales de la UBA. Quizás solo él, el único *fierrero* “declaradamente marxista” que conocí, podría llegar a tener como ídolo a Alexis Stakhanoff⁵⁴, el minero soviético de la cita con la que iniciamos este capítulo:

Yo: Hola, ¿cómo andas?

Néstor: Todo bien Ale, ¿vos? Cuando me vas a pasar uno de tus textos, si me querés pasar algo es bienvenido...No te voy a robar la idea, yo estoy escribiendo sobre la URSS.

(Risas)

Yo: ¿sí? Mirá vos, que bueno.

Néstor: ¿Podrías mencionar en tu trabajo que los marxistas soviéticos habían prohibido el culturismo?

Yo: Sí, aunque no tenía ni idea de eso.

Néstor: Claro, porque consideraban que era un culto fetichista al cuerpo. Lo dijo una vez un tal Gregg, y también Alexander Federov, sin embargo sí estaba permitido entrenar la fuerza, la halterofilia.

Yo: Claro, entiendo, quizás porque es más "deportivo", una disciplina reconocida en juegos olímpicos.

Néstor: No, no es solo por eso, yo no lo veo solo desde el punto de vista utilitarista de la imagen ante los juegos olímpicos; sino también como una concordancia con todo un sistema de ideas bien pulidas, donde entrenar el cuerpo es un fetichismo típico de las sociedades individualistas. El cuerpo se entrena para lucirlo, no para estar "bien" o para tener más fuerza o

de provecho. Lo que gana no lo conserva. Necesita constantemente jugar con los acontecimientos para hacer de ellos "ocasiones". Sin cesar, el débil debe sacar provecho de fuerzas que le resultan ajenas” (1996:L).

⁵⁴ En esto parecía influir el hecho de que Néstor, a la vez que *fierrero* con intenciones de competir en fisicoculturismo, era estudiante de la carrera de Ciencia Política. Luego del primer año se pasó a la de Relaciones del Trabajo, las dos en la Universidad de Buenos Aires. Allí parecen haberlo influido muchas lecturas de autores clásicos, por lo que en ocasiones discutíamos más sobre política nacional e internacional que sobre entrenamiento.

elasticidad, sino para exhibirlo ante los demás...No te olvides de pasarme algo para leer de tus cosas. (Diálogo de campo con Néstor del 12 de enero de 2012)

La cita que prologa este capítulo también ha sido seleccionada por Courtine (1993:225) con el mismo objeto y tiene como intención señalar una relación: el entrenamiento corporal, entre los *fierreros*, está vinculado a la idea de trabajo. Ellos no son mineros ni cargan toneladas de carbón en tiempo récord, lo que hacen, en cambio, es “trabajar su cuerpo”, moldearlo según unas representaciones corporales que se apropian, y a partir de ambos componentes, prácticas y representaciones corporales, forjar una idea de cuerpo masculino específica que la encarnan en su propia corporalidad. Claro está que existen enormes diferencias entre lo que hace un minero y lo que hace un *fierrero*, sin embargo también entre ambas actividades existe una vinculación: las dos están relacionadas a la idea de trabajar, y, quizás solo en ese aspecto, *hacer fierros* tenga algo que ver con el trabajo de un minero. La relación existente entre *fierros* y trabajo es, de seguro, la que más llamó mi atención en el campo.

El término “*trabajar*”, a diferencia de la alocución “*labor*”, proviene del término “*trebejare*”, que significa realizar un esfuerzo. Esta última, “*trebejare*”, a su vez, proviene de otros dos términos del latín: *tripaliare* y *tripálium*. Los significados de estos últimos dos, por su parte, están relacionados con antiguos instrumentos de tortura (María Moliner, 1994).

Al volver sobre la etimología de la palabra, podemos ver que, en su origen, “trabajar” estaba asociado a la idea de torturar el cuerpo propio. Es esta acepción la que parece estar más emparentada con el significado que el trabajo tiene para quienes entrenan con *fierros*. Antes que divertirse, jugar, o practicar un deporte, para ellos, entrenar implica esforzarse físicamente, incluso tortuosamente: en sus propias palabras *sin dolor no hay ganancia* física (Rodríguez, 2010a:51). En otros términos, y en clara similitud a lo que Wacquant (2006) había sostenido respecto a los boxeadores del Southside de Chicago, *hacer fierros* implica un sacrificio personal individual.

Este capítulo está enteramente dedicado a indagar la particular relación existente entre *fierros* y trabajo. Nos interesa estudiar los tiempos en que se desarrolla ese trabajo, los modos en que se realiza, así como la manera en que se apropian y circulan los saberes necesarios para trabajar correctamente. En conexión con lo antedicho, nos

interesa comprender que significa “realizar de forma correcta” el trabajo con los *fierros*, así como conocer quienes son, por el contrario, los que ejecutan las labores de manera errónea. Todo esto a fin de entender que diferencias de “status” se generan al interior del *Boulevard*, entre los portadores de un saber práctico y los desposeídos de él o los recién iniciados. Asimismo, y retomando la noción de táctica con la que abrimos este apartado, nos interesa dar cuenta de la lógica táctica que guía varios de los comportamientos que los *fierreros* introducen subrepticamente dentro del dispositivo que, si bien no lo pone en jaque, representa una afrenta que genera modificaciones en lo que a priori estaba estipulado dispositivamente.

Tiempo de entrenar: entre el trabajo y el ocio

Andrés, mientras ayuda a Gustavo a realizar una “*serie pesada*” de *press de banco plano para pecho*, también le indica que el tiempo de descanso para recomenzar la siguiente serie es breve: un minuto y medio, dos como máximo. A lo lejos puede verse a Jonathan que, mientras realiza sus *sentadillas*, observa su reloj pulsera para cronometrar los tiempos de entrenamiento y descanso entre series. En la pared principal del *Boulevard* el reloj indica que son las 21:30 de la noche.

Transcurre el mes de octubre en el *Boulevard* y aunque todos lo sabemos, Lorenzo me lo recuerda: ya es tiempo de abandonar esos entrenamientos pesados que realizábamos unos meses atrás, en abril o mayo, para pasar a realizar otros, más livianos pero también más intensos; *es tiempo de hacer definición*. Su par antagónico, el *tiempo de hacer volumen* ya quedó atrás, se fue con los últimos días de frío del invierno.

Entre tiempo y entrenamiento se teje una relación única para los *fierreros* del *Boulevard*, que además tiene dos aspectos: por un lado, el macrotiempo del entrenamiento y, por el otro, su microtiempo. Comprender cada uno de esos dos aspectos es fundamental para interpretar de qué se trata entrenar con *fierros*.

Para los *fierreros*, como ya dijimos, el entrenamiento está relacionado con la idea de trabajo, en su acepción más ligada al esfuerzo; la tortura y el sacrificio individual. Esto no deja de implicar cierta contradicción con el espacio temporal de la vida cotidiana en que la actividad se ubica, ya que *hacer fierros* es una práctica de ocio, realizada durante un espacio de tiempo libre, y no de trabajo. O sea, aquí parece haber una inversión de sentido que no debería pasarse por alto: a pesar de considerarlo un

trabajo, *hacer fierros* es un “tipo de trabajo” especial porque los *fierreros* lo llevan a cabo en su tiempo libre.

Como es bien sabido, el tiempo de trabajo ocupa una parte importante dentro de la vida cotidiana de cualquier persona, junto a otras porciones de tiempo dedicadas a objetivos distintos como el descanso, la familia, los quehaceres domésticos y/o el tiempo libre. Sin embargo, todos ellos podrían ser agrupados dentro de una antinomia clásica que tiene, de un lado, al tiempo de trabajo y del otro, al tiempo libre.

El primer par de esta dicotomía, el tiempo de trabajo, al menos en las sociedades occidentales, está bastante bien reglamentado, aunque con claras diferencias según los países de que se trate. Sin embargo, en comparación histórica, la franja de tiempo que se dedica actualmente al trabajo es más o menos fija y está regida por leyes laborales bastante estrictas, en casi todo el mundo occidental. Aquéllas jornadas laborales de dieciséis horas de fines del siglo XIX, que nutrieron el horizonte de las reflexiones teóricas de Marx (1999), forman ya parte de un pasado bastante lejano.

Para reglamentar los tiempos de trabajo, también en perspectiva histórica, resultó fundamental la invención del reloj. Su introducción en la vida cotidiana data del siglo XIV, sin embargo, aquellas antiguas mediciones, como sostiene Thompson, eran mucho más controversiales que las actuales: difícilmente podría decirse que esos relojes eran exactos:

“Desde el siglo XIV en adelante se erigieron relojes en iglesias y lugares públicos; la mayoría de las parroquias inglesas deben haber poseído un reloj de iglesia hacia finales del siglo XVI. Pero la precisión de estos relojes es una cuestión polémica y se mantuvo el uso de relojes de sol (en parte para poner los demás en hora) en los siglos XVII, XVIII y XIX” (1979:249).

Al calor de los cambios que ocasionó la Revolución Industrial en los siglos XVIII y XIX, los relojes empezaron a difundirse para normalizar, sincronizar y comenzar a pergeñar toda una economía del tiempo de trabajo. En tanto proceso complejo, complejo no en sentido de complicado sino debido a que intervienen muchos componentes, esa economía del tiempo del trabajo tardó siglos en perfeccionarse, hasta que alcanzó su máximo esplendor a comienzos del siglo XX, en el espacio-fábrica fordista. La imposición de la norma y el cronómetro (Coriat, 1982) fue uno de los pilares de la

lógica de ese modelo fordista que provocó cambios rotundos en la manera de organizar el tiempo de trabajo a principios de siglo XX.

Del otro lado de la ecuación se encuentra el tiempo libre. En muchas ocasiones la noción de “tiempo libre” se utiliza de manera alternativa a la de tiempo de ocio, sin embargo es necesario resaltar que se trata de conceptos diferentes. Siguiendo a Dumazedier (1964), por tiempo libre entendemos todo aquél espacio temporal que no está dedicado a dormir, trabajar y comer, mientras que por “tiempo de ocio”, consideramos a aquél sobre el que se realiza una inversión para el desarrollo personal, el divertimento o el descanso. Por otro lado, de acuerdo con Elias y Dunning (1992:91), creemos necesario evitar confusiones, ya que no todo el tiempo no invertido en trabajo, en el sentido de ocupacional-asalariado, puede ser destinado a actividades de ocio recreativas. Por el contrario, la fracción de tiempo de ocio en el sentido recreativo es muy pequeña, una vez que se descuenta el tiempo de trabajo asalariado, el tiempo de trabajo doméstico-privado familiar, el de descanso diario, el de la satisfacción de las necesidades biológicas y el dedicado a otros tipos de sociabilidad.

Concretamente, como sostenía Dumazedier, la diferencia entre tiempo libre y tiempo de ocio es que el primer término refiere al lapso temporal, mientras que el segundo está relacionado con la utilización activa del tiempo en una práctica. Sin embargo, muchas veces ambos términos son usados alternativamente para representar el aspecto negativo del tiempo de trabajo, o sea todo aquello que no está “llenado” por actividades “obligatorias”, de las cuales no surge ni el salario ni el sustento. Sin embargo, antes que conformar la contracara o el reverso puramente negativo de la vida cotidiana, creemos que en las actividades de ocio también se pueden observar rasgos consustanciales de la identidad personal. En el caso de los *ferreros*, por ejemplo, alrededor de ese *hacer fierros*, ellos están construyendo gran parte de su identidad masculina.

Lo novedoso en todo esto es la inversión conceptual que los *ferreros* llevan a cabo: el trabajo se filtra dentro de los espacios de ocio; el ocio es entendido como un trabajo. Antes que conformar un fenómeno aislado, lo que ocurre entre los *ferreros* del *Boulevard* no deja de ser parte de una tendencia global; en la sociedad que ingresa al siglo XXI, cada vez existen menos espacios localizados fuera del imperio cronometrado del reloj. Si a principios del siglo XX el reloj se introdujo con éxito en la órbita del taller-fábrica para moldear su organización, a comienzos del siglo XXI, el reloj parece estar colonizando gran parte de los espacios de tiempo libre de la vida cotidiana.

Jonathan, Lorenzo, Gustavo y Lionel son algunos de los *fierreros* del *Boulevard*. Jonathan tiene veintisiete años y es estudiante de abogacía. A la carrera de derecho llegó hace unos pocos años atrás, antes había estudiado Relaciones del Trabajo, ambas en la Universidad de Buenos Aires. Trabajaba como “colaborador” de Andrés en el *Boulevard* por lo que se encargaba de que la sala estuviera siempre en condiciones, recogiendo los discos que quedaban en el piso, retirando los pesos de las barras y acomodándolos en sus lugares. Si bien no había estudiado para ser Profesor de Educación Física, estaba “habilitado” para ejercer “como si fuera” uno debido al cuerpo que portaba, el cual demostraba entrenamiento con los *fierros* y un capital corporal acumulado que suplía los saberes teóricos y disciplinares de los que carecía. Por su parte Lorenzo tenía treinta y dos años y trabajaba haciendo “*changas*” de plomería. También tuvo algunos trabajos intermitentes como empleado administrativo y, hasta hace poco, se encontraba buscando empleo de nuevo. Estaba separado, aunque recientemente volvió a formar pareja. Gustavo en cambio tiene treinta años y estudia la Licenciatura en Administración en la Universidad de Buenos Aires. Tuvo varios trabajos: fue preceptor en una escuela, vendedor en una pinturería, después en un *shopping*, y finalmente consiguió un puesto administrativo en el departamento de marketing de un canal de televisión, según él gracias al avance en su carrera universitaria. Era soltero y vivía en Caballito. Finalmente, Lionel vivía en Flores, estaba en pareja y trabajaba en el Servicio Penitenciario Federal. Ellos no son todos los *fierreros* del *Boulevard*. Por el contrario, son solo algunos de los que mejor conocí, los que fueron más receptivos a mis indagaciones antropológicas y con los que pude entablar una relación de campo más fluida. De todas maneras, el grupo no es mucho más grande, porque el *Boulevard* no es un gimnasio que reciba personas masivamente, como los de las cadenas, como *Megatlón* o *SportClub*. Por el contrario, es, para ellos, y como lo conceptualizara en una ocasión Lionel, “*un gimnasio de barrio*”.

Volviendo sobre el tema del tiempo, para entender mejor el papel central que reviste en el *Boulevard*, ya sea en el reloj de pared, en el reloj pulsera de Jonathan, aunque no es el único “cronometrista”, o a través de las indicaciones verbales de Andrés o de los *fierreros* que se indican entre sí un minuto, dos o tres para descansar y volver al trabajo, hay que prestar atención a dos aspectos diferentes pero igual de importantes. El primero de ellos es la “macrotemporalidad *fierrera*”, mientras que el segundo, su “microtemporalidad”. A continuación daremos cuenta de ambos, porque son vitales para

conocer el sentido que cobra el tiempo entre los *fierros*, el cual es muy distinto a la manera en que lo conceptualizamos en otros espacios de la vida cotidiana.

La macrotemporalidad del trabajo fierrero. Los cambios climáticos

La macrotemporalidad *fierrera*, tal cual hemos denominado a uno de los significados que tiene el tiempo entre los *fierros*, está relacionada con los cambios de las estaciones climáticas, ya que los *fierreros* diagraman una manera de entrenar el cuerpo para la temporada de frío y otra para la de calor. El sentido que tiene el paso del tiempo climático entre los *fierros* es algo más difícil de advertir que el simple hecho de que la lógica del reloj se incorporó dentro del *Boulevard*. Esto último es parte de una tendencia social general, común a muchos espacios de tiempo libre de la vida cotidiana, y puede advertirse fácilmente visitando el *Boulevard* en una o dos ocasiones seguidas. En cambio, el modo en que funciona la macrotemporalidad *fierrera* es solo interpretable después de haber “estado ahí” durante un largo tiempo, al menos un año entero, para ver como transcurren las actividades de los *fierreros* según los cambios climáticos y estacionales.

Sólo permaneciendo al menos un año en el *Boulevard*, es posible comprender la lógica práctica que rige la construcción del cuerpo entre los *fierros*. Caso contrario, con una “estancia” más corta, solo se tendría acceso a una de las dos etapas del entrenamiento corporal *fierrero*: la fase de *volumen*, que es llevada adelante durante la época fría del año, o la fase de *definición*, que es practicada durante la temporada de calor. Incluso quizás, con una estancia aún más reducida, limitada tan solo a una parte del período que se entretaje entre ambas grandes etapas, se vislumbraría solo una zona de mediación indefinida, una mixtura donde algunos de los *fierreros* se encuentran saliendo del *volumen*, mientras que otros ya están haciendo sus primeras rutinas de *definición*.

A principios de siglo XX, Mauss propuso que las variaciones estacionales y los cambios climáticos incidían decisivamente en la morfología de las sociedades esquimales. Así, su organización social variaba de acuerdo con dos estaciones principales: el verano y el invierno. Mientras que en la estación más cálida los asentamientos se transformaban en campamentos dispersos unos de otros, la actividad ritual se hacía más esporádica y los lazos sociales se relajaban, con la llegada de la

época de frío, los establecimientos se concentraban más cercanamente, la actividad ritual se tornaba más efervescente y los lazos comunitarios se fortalecían. Esos cambios en los ritmos sociales no obedecían a meras cuestiones climáticas, como podría llegar a creerse, por el contrario, Mauss indicaba que tenían causas sociales:

“Se diría que la vida social causa al organismo y a la conciencia individual una violencia que no se puede soportar durante mucho tiempo y que por eso el individuo se ve obligado a disminuir su vida social o a sustraerse a ella en parte. Esa es la razón de este ritmo de dispersión y concentración de la vida individual y de la vida colectiva” (1979:428).

Aún a pesar de los años, este texto es uno de los mejores ejemplos respecto a la influencia mutua entre sociabilidad y clima. Sin embargo, la existencia de un determinado ritmo social es inherente a muchos grupos humanos y no existe solo en las sociedades esquimales. Uno de todos esos casos es el de los *fierreros* del *Boulevard*. A este período que se abre en septiembre-octubre en el *Boulevard*, lo denominamos de “trabajo corporal” de verano. Se extiende hasta los meses de diciembre y enero, cuando el furor por el entrenamiento del cuerpo parece pasar de moda y muchos de los que habían llegado hace apenas unos meses atrás abandonan la práctica y el gimnasio para tomarse vacaciones. Ellos no volverán hasta la “temporada” siguiente, como denominan los empresarios de la industria a este período que se abre a principios de septiembre y/u octubre de cada año.

Hacer definición implica que los entrenamientos se vuelven más ligeros: aunque se realizan los mismos ejercicios, ahora se utilizan cargas de peso menores y se intenta elevar el número de repeticiones a quince, veinte o hasta “*quemar el músculo*”. A esta modalidad de entrenamiento también se suman algunos ejercicios aeróbicos como la cinta o la bicicleta, aunque nunca en demasía, ya que el riesgo siempre latente es estar sobreentrenando el cuerpo y perder músculo: la peor pesadilla de todo *fierrero*. Por lo tanto, y sumado a toda una serie de consumos que analizaremos en el capítulo siguiente, que también son modificados de acuerdo a los períodos del año en que se realizan, todo está apuntado a *definir* el cuerpo, a moldearlo, a reducir sus excesos sin perder la *masa* y el *volumen* muscular. En este período lo que se intenta es resaltar la forma de los

músculos, de la cintura, de los abdominales, de todo aquello que durante la época de frío estaba oculto bajo la ropa a la vista de los demás.

Desde enero y/o febrero y hasta marzo el *Boulevard* está prácticamente vacío. Los *fierreros* se han tomado vacaciones, licenciando a su cuerpo del entrenamiento esforzado por uno o dos meses. Solo algunos de ellos, los más preocupados con perder el ritmo del año, como Lorenzo por ejemplo, tratan de encontrar algún gimnasio disponible allí donde se van a veranear para “*despuntar el vicio*”, según nos contara. Según Lorenzo también, él hacía esto año tras año, y se sorprendía con la cantidad de gente que se encontraba en esos gimnasios playeros de la Costa Atlántica, donde, según sus apreciaciones, parecía haber algunos *fierreros* como él, pero también personas que aprovechaban el tiempo libre de las vacaciones para visitar un gimnasio, quizás por única vez. Esos gimnasios turísticos le ofrecían a Lorenzo la posibilidad de entrenar abonando solamente el día, lo cual lo convertía en una tentación inigualable para, antes de ir a la playa, darse una vuelta rápida por esos gimnasios suplementarios del *Boulevard* y tirar unas series de *press de pecho* o un *press militar* para los hombros. Luego sí, a la playa, pero mucho más *inflado* que antes.

En cambio, los *fierreros* del *Boulevard* que se quedan en Buenos Aires, aunque parecen ser muy pocos, siguen visitando el gimnasio, quizás más para conversar con Andrés que para entrenar. Y si lo hacen, es solo con una intensidad mínima. Estos dos meses parecen ser más bien de relajación del cuerpo, antes que de entrenamiento.

En una de esas jornadas extremadamente calurosas del verano porteño, llegué al *Boulevard* a las tres y media de la tarde. Había muy poca gente. Luego de hablar con Andrés respecto al calor agobiante, Gustavo, quien también había llegado casi al mismo tiempo que yo, me indicó que “*el calor era tanto, y el clima estaba tan pesado, que lo único que se podía hacer era cumplir*”. En un día de calor o frío extremo, la mayoría de las personas que frecuentan el *Boulevard* en todos sus horarios prefiere no asistir. Los *fierreros* razonan de un modo distinto. Para ellos, ir a entrenar es parte central de sus vidas: es parte del sacrificio que debe hacerse por el propio cuerpo. “*Cumplir*”, para Gustavo, significaba realizar un entrenamiento liviano, acorde al día, sin realizar ejercicios que pudieran ser riesgosos y/o que pudieran provocar el desvanecimiento, por ejemplo. Sin embargo, el ejercicio, aún a pesar de tratarse de una época de intensidad más baja, no debía postergarse: por el contrario, solo había que reacomodarlo, medirlo de acuerdo a lo que sí podía hacerse. En el fondo, como él mismo dijo, solo se trataba de *cumplir*.

A partir de marzo, las actividades en el *Boulevard* toman nuevamente ritmo. La gran mayoría de los *fierreros* ya ha vuelto y retorna al entrenamiento tan pronto como puede, aunque el ritmo va a ir de menor a mayor, *in crescendo* con el correr de los meses. En marzo también se abre una nueva etapa de “trabajo corporal”. A diferencia de la que se inicia en septiembre-octubre, y a la que hemos denominado de verano, esta etapa de entrenamiento tiene una extensión que va, más o menos, desde marzo hasta agosto y/o septiembre, cuando se inicia nuevamente la fase de verano.

La etapa de “trabajo corporal de invierno” no es solo importante por el tipo de entrenamiento que la caracteriza, sino también porque alrededor de ella los *fierreros* elaboran su sentido de pertenencia al grupo. Atravesar al menos un invierno en el *Boulevard*, entrenando junto a los demás, es una experiencia clave: solo quien ha estado allí durante al menos un invierno es tenido en cuenta como un *fierrero*, como alguien que no está solo “de paso” en el gimnasio.

Entrenar en los meses de julio o agosto, cuando el invierno arrecia sobre Buenos Aires y el *Boulevard* se convierte en un lugar frío y húmedo es la prueba de fuego. Se observan menos personas en todos los horarios, y en el turno exclusivamente *fierrero*, o sea la tarde-noche y hasta el cierre, puede haber alrededor de diez personas, aunque en ocasiones había solo cinco, y algunas otras eran tan solo dos o tres hombres jóvenes entrenando. Esto propiciaba la conformación de un espacio más íntimo, útil para afianzar las relaciones sociales: dado que los *fierreros* que frecuentaban el lugar eran tan pocos, ellos se reconocían debajo de los buzos, las camperas y los gorros de lana, como parte del mismo grupo que se reunía tres o cuatro veces por semana, una o dos horas, a pesar de todo, siempre en el mismo lugar, y donde el clima no parecía ser un obstáculo, porque había que seguir entrenándose, sacrificándose para construir el cuerpo que todos anhelaban.

A diferencia de la fase de “trabajo corporal de verano”, durante estos meses de invierno el tipo de entrenamiento que se realiza es totalmente opuesto. En esta etapa lo que se intenta es lograr el máximo volumen muscular posible y para ello hay que “*levantar siempre lo máximo que se pueda*”: las *repeticiones* de las series se reducen a ocho, seis o cuatro, intentando forzar el músculo, tratando de lograr el tan ansiado *fallo muscular*⁵⁵. En este período de tiempo ninguno de los *fierreros* tampoco parece estar demasiado preocupado por el exceso de peso corporal, por el contrario, entrenar fuerte

⁵⁵ El fallo muscular se produce cuando el músculo que se está entrenando no puede hacer una nueva repetición del ejercicio.

requiere comer en abundancia⁵⁶: Ahora, lo importante es volverse lo más *groso* posible, cuando lleguen los meses de septiembre-octubre y hasta el verano habrá tiempo suficiente como para desprenderse de todo el exceso de grasa corporal indeseada, con dietas y entrenamientos específicos para ello, a la vez que para no perder los kilos de músculos que han sido construidos a base de entrenamiento pesado durante la etapa anterior.

Durante este período de tiempo ningún *fierrero* se atreve a pisar una cinta o se sube a una bicicleta. Si alguno lo hace es tan solo para *calentar* antes de comenzar el entrenamiento, o, a lo sumo, para hacer un ejercicio aeróbico muy breve. De todos modos, la mayoría de los *fierreros* prefieren *calentar* con las mismas pesas, *tirando una serie larga*, de veinte a veinticinco repeticiones, antes de comenzar a entrenar las *series pesadas* del ejercicio. A diferencia de la etapa de verano, en este período, los *fierreros* priorizan todos los ejercicios que se basan en la potencia corporal: *sentadillas*, *peso muerto*, *press* para el pecho y los hombros, *prensas* para piernas.

Entonces, si solo se trata de construir músculo, hay que hacer fuerza: por eso, durante las estadias de invierno en el *Boulevard* es muy común escuchar los gritos y las exclamaciones de dolor y aliento de muchos de los *fierreros*. A veces son solo alaridos del tipo “*aaaaahhhh*”, otras son exclamaciones como “*siiiiiii*”. En otras ocasiones pueden transformarse de gritos inarticulados en frases breves de aliento: mientras Daniel ayudaba a Gustavo a terminar una *serie pesada de press de banca* lo instaba a que diera “*una más, que podés*”, seguido de un “*vamos, no seas maricón, una más*”. De fondo, la música alterna el “*heavy metal*” con el “*hip hop*” y a veces muta hacia la “*electrónica*”, entremezclada con las voces de otros *fierreros*, y el ruido de las *mancuernas* que se dejan caer pesadamente al piso después de una *serie* extenuante.

Creemos que en este punto es pertinente volver sobre la idea de “sacrificarse” por el cuerpo propio, que quedaba bien ejemplificada cuando Gustavo nos indicó que aún a pesar del calor era necesario “cumplir” con el cuerpo. Antes que nada debemos decir que tratar una práctica físico-deportiva como sacrificial no es algo nuevo, ya que estudiar “la gramática del sacrificio” en términos profanos (Evans Pritchard, 2010:9) es algo a lo que ya se ha dedicado Wacquant (1999 y 2006) cuando estudió la comunidad de púgiles del *South Side* de Chicago. Según este autor, los boxeadores del gueto negro tenían tres reglas básicas de “catequesis boxística”: no comer alimentos prohibidos,

⁵⁶ A la lógica de los consumos alimenticios relacionada con este modo de entrenamiento de invierno nos dedicaremos en el capítulo siguiente.

reducir al mínimo el círculo social y limitar al máximo los encuentros sexuales en el período pre-combate. Aunque trataremos esta cuestión con más profundidad en el capítulo III, cuando observemos la consagración final del cuerpo a un conjunto de prácticas de consumo-inversión complejas, es en este punto, con la práctica de los *fierros*, donde se da inicio al sacrificio profano del cuerpo, porque se lo ofrece a un conjunto de prácticas físicas que requieren “todo” de él, a pesar del clima, el cansancio físico o cualquier otro tipo de inconvenientes a los que hay que afrontar sin más para seguir “trabajando”.

En resumen: las dos etapas temporales de trabajo corporal, de invierno y de verano, son diferentes, incluso contrapuestas. En la etapa de trabajo de invierno se privilegia la ganancia de peso, la abundancia y el volumen corporal; en cambio, en la fase de trabajo de verano se pretende la definición de las formas y la escasez de las adiposidades no deseadas.

La microtemporalidad del trabajo fierrero. Las series y las repeticiones

Al aspecto macrotemporal del *hacer fierros* se suma la dimensión micro, referida exclusivamente al modo en que se experimenta el tiempo dentro del entrenamiento “en sí”, o sea el tiempo de los ejercicios corporales más prácticos. Harvey sostuvo que “registramos el pasaje del tiempo en segundos, minutos, horas, días, meses, años, décadas, siglos y eras, como si todo tuviera su lugar en la escala del tiempo objetivo” (1998:225). Todas esas nociones de tiempo, agregamos nosotros, se hacen aún menos precisas sino están ancladas a espacios culturales particulares, ya que, como sostiene Carbonell Camós, “el tiempo es una construcción cultural. Culturas diferentes conceptualizan el tiempo de formas diferentes” (2004:9).

Entre los *fierreros*, impera una de esas tantas maneras específicas de comprender las horas, los minutos y los segundos y tiene sentido solo dentro del espacio en que surge, o sea el *Boulevard*. Su premisa básica y guía es que el tiempo no se puede malgastar: éste vale oro. Una de las revistas que tiene Andrés sobre su escritorio de trabajo ejemplifica bastante bien lo anterior: en ella se muestra en su contratapa a un fisicoculturista negro -es una publicidad de un suplemento alimenticio-, junto a una breve esquelita escrita en letras blancas. Supuestamente, el personaje está pensando lo que ahí está escrito. Allí se puede leer en inglés lo siguiente: “*mientras vos estás*

perdiendo el tiempo, hay alguien que está entrenando". En el *Boulevard*, "perder el tiempo" es sinónimo de ir a charlar con los demás, o de conversar por teléfono celular a la par que se está entrenando, por ejemplo.

Para no perder el tiempo, los *fierreros parecen seguir una norma sencilla*: reducir los contactos al mínimo, o mejor dicho, nunca olvidarse que se está allí para "otra cosa", o sea para entrenar, por lo que los diálogos son siempre secundarios. Por ello, los *fierreros* hablan muy poco mientras entrenan, y cuando lo hacen, prefieren los diálogos entre conocidos. Algunos otros son aún más reservados y se colocan auriculares para escuchar música, pero también para mostrar que no desean ser interrumpidos. Estos últimos se muestran totalmente concentrados en lo que están haciendo, durante alrededor de una hora y media o dos como mucho, o sea lo que dura un entrenamiento, luego de lo cual se van sin cruzar palabra, quizás tan solo un saludo cordial con Andrés cuando llegan y otro cuando se retiran.

Cuando hablan entre ellos, los *fierreros* lo hacen en esos breves interregnos de tiempo de un minuto y medio, dos como máximo, que se tejen entre ejercicios. Son los momentos de descanso, después de los cuales, casi sin mediar palabra -y sin que esto sea considerado descortés- se retoma el entrenamiento de nuevo:

Después de bastante tiempo me encuentro a Jonathan, nuevamente.

Yo: ¿Como andas vos, todo bien? (Jonathan está haciendo *dominadas* en el *multipower*; yo estoy entrenando espalda en una máquina contigua).

Jonathan: Bien che (se queda "colgado", sin ejercitarse).

Yo: ¿La facultad?

Jonathan: Sabés que cambié de carrera, me fui a abogacía, dejé relaciones de trabajo.

Yo: No, no sabía nada.

Jonathan: Si, hace bastante, puedo dejar todo menos esto... (Silencio).

Yo: Si... (Se encuentra "colgado" de la barra, listo para empezar una nueva serie, me corro, evidentemente lo estoy interrumpiendo).

(Nota de campo del 10 de mayo de 2007)

Por el contrario, lo que sí está considerado desubicado es intentar mantener una conversación más allá de los límites estipulados. Pasados los minutos de descanso, uno se vuelve un "estorbo" si pretende seguir dialogando. Así resulta que las

conversaciones son siempre interrumpidas del mismo modo y lo que se iba a decir debe guardarse para dentro de unos minutos, cuando comience el nuevo intervalo de descanso.

Solo deteniéndose para esas conversaciones breves y esporádicas, los *fierreros* nunca pierden de vista el objetivo principal que los reúne en el *Boulevard*: su entrenamiento. Quien no acata esta premisa básica es reprendido tácitamente por el resto, ya que no va a encontrar personas -o encontrará muy pocas- con quien entablar diálogos. Por tal motivo, lo más probable es que termine imitando al resto y vuelva a su entrenamiento. En este sentido, el carácter imitativo de la práctica parece ser una de sus fortalezas más rotundas, ya que coacciona silenciosamente a todos a hacer lo mismo que los demás, aún cuando deseen hacer otra cosa distinta.

Las pautas de control del tiempo también son menos tácitas y más directas. Así, quien persiste en intentar hablar cuando no es debido, al levantar la vista sobre sí, se va a encontrar con un cartel de letras blancas sobre un fondo negro que se despliega desde la planta superior, una especie de balcón sobre la zona de *fierros*, que lo interpela, lisa y llanamente, a “*dejar de hablar y entrenar*”.

En resumen, el microtiempo del entrenamiento con *fierros* está perfectamente regulado, el uso de las horas, los minutos y los segundos está totalmente acomodado en función de una racionalización perfecta. Sin embargo, el énfasis por controlar parece estar colocado más en los “tiempos muertos” que en los “tiempos de trabajo”. Mientras que el tiempo que lleva realizar las *repeticiones* de una *serie* no suele ser medido por los *fierreros* -“*una serie tarda lo que te lleva hacerla*”, me respondieron en una ocasión-, los tiempos de descanso entre ellas sí son totalmente cronometrados. Entre los *fierros* parece ser importante, más que medir el tiempo de trabajo, cronometrar los espacios de descanso, ya que estos últimos no deberían extenderse mucho más allá del tiempo justo para que los músculos se recuperen, luego de lo cual hay que volver al entrenamiento.

Preparándose para el verano. Los objetivos del trabajo

“*Prepararse para el verano*” parece ser la consigna rectora del trabajo de entrenamiento que realizan los *fierreros* durante todo el año. Alrededor de ese “*prepararse para el verano*” creemos que giran varios sentidos que es necesario develar.

Tanto lo que se hace en la etapa de trabajo corporal de invierno como en la de verano, que analizamos previamente en el apartado sobre clima y entrenamiento, tiene como objetivo destacado, para los *fierreros*, llegar al verano en las mejores condiciones físicas. Una lectura -aunque seguro la más superficial de todas pero no por eso menos cierta- es que ellos tienen en mente como metas ir a mostrar sus cuerpos a la playa, a la pileta, o a la plaza del barrio, y esa sería la única mira de tanto esfuerzo entrenado. Si bien esto tiene algo, quizás mucho, de cierto, no es la única explicación a una cuestión que se nos revela más compleja.

Para entender por qué se “preparan tanto para el verano” también hay que poner el foco sobre el mismo cuerpo que se entrena. Es decir, para explicar por qué se relajan las prácticas de entrenamiento en el *Boulevard* a medida que “llega el calor”, y para que se trabajara tanto previamente al verano, es necesario buscar respuestas en los mismos cuerpos de los *fierreros*. En segundo término, pero sumándola a la explicación enraizada a los cuerpos, la otra razón está en relación directa con ciertos cambios que se dan en la época de calor en el *Boulevard*, producto de la llegada al lugar de nuevos hombres jóvenes, que podrían atentar contra el orden y los roles jerárquicamente contruidos por el dispositivo y/o la acumulación de “trabajo” corporal.

La llegada de la temporada de “vacaciones” podría ser considerada como la causa principal por la que se relajan las prácticas de entrenamiento, siempre y cuando se tenga en cuenta que “prepararse para el verano”⁵⁷ implica, a la vez que el mostrarse, el descanso del cuerpo. El cuerpo entrenado con los *fierreros* parecer tener ritmos propios y la intensidad con la que se lo entrena debe ser medida. Él no puede ser sometido al mismo trabajo forzado todo el año; esto terminaría produciendo efectos adversos. En el imaginario *fierrero* comportarse de esta manera, aunque no está vedado, implica arriesgarse a perderlo todo, a *sobreentrenarse* y a poner en peligro las ganancias musculares. Por el contrario, una estrategia lógica, para los *fierreros*, implica que el esfuerzo máximo debe aplicarse solo en los dos períodos de producción corporal, aunque con objetivos distintos, y, en ese breve período de relajamiento que va desde enero hasta marzo, en cambio, el cuerpo se licencia por un breve interregno, para luego volver a entrenarlo con la máxima intensidad.

⁵⁷ Alguna vez me sugirieron que esta organización temporal-estacional dividida en dos períodos (de verano y de invierno) era consecuencia del calendario de los principales torneos de fisiculturismo. En función de él, los culturistas más importantes, ya sea a nivel internacional como nacional, se entrenan durante la época fría para competir en la primavera-verano. Sin embargo, esta explicación no resulta funcional a un gimnasio como el *Boulevard*, donde la mayoría de los que asisten no compite.

Por todo lo anterior, creemos pertinente volver otra vez sobre los modos en que nos interpela el tiempo para entender mejor el caso. Leach sugirió que la noción de tiempo nos interpela a través de dos experiencias básicas que son la circularidad y la linealidad; pero la experiencia del tiempo lineal tiende a ser engullida por la experiencia de la circularidad o la repetición, porque “tenemos una aversión psicológica (y, en consecuencia, religiosa) a considerar la idea de la muerte o la idea del fin del universo” (1971:195). Respecto a esto hay al menos dos cosas para decir, porque el argumento del autor resulta muy pertinente para interpretar el modo en que experimenta el tiempo el grupo de *fierreros* del *Boulevard*. El modo en que ellos entrenan -y organizan el tiempo- parece estar organizado, justamente, de manera circular: fase de trabajo de invierno, fase de trabajo de verano, fase de relajamiento de la intensidad, fase de trabajo de invierno, fase de trabajo de verano y fase de relajamiento de la intensidad nuevamente. Difícilmente podría encontrarse un origen en este proceso.

El tiempo para ellos se sucede en etapas, unas a otras, y nunca como un camino lineal cuyo destino final es la obtención del cuerpo que no poseen pero que desean, imaginariamente construido alrededor de las propuestas simbólico-corporales que conviven -y les proponen- en el gimnasio. Experimentar el tiempo de este modo les permite, por la misma lógica de etapas diferenciadas y sucesivas de entrenamiento, que son repetidas una y otra vez en la carrera en el gimnasio, tener la certeza de que su entrenamiento siempre puede ser mejorado, ya que el ciclo volverá a iniciarse una y otra vez, indefinidamente. En cambio, frente a esa manera circular de hacer una experiencia del tiempo, el modo lineal de pensarlo -y de pensarse a sí mismo- es suprimido, seguramente porque acentúa la diferencia existente entre el cuerpo que realmente poseen y el cuerpo que es objeto de deseo. Las imágenes corporales dispersas por el *Boulevard* le indican a los *fierreros* el objeto deseado, pero también les remarcan la distancia existente entre ellas y el cuerpo que realmente poseen, el cual muchas veces puede estar muy alejado de esas imágenes, generando una sensación de agobio insoportable. Recorrer ese camino entre lo poseído y lo deseado solo parece poder ser metabolizado por los *fierreros* a través de la repetición de fases. De cualquier manera, ya sea circular o linealmente, lo que sí está claro es cuál es el término, qué es lo que está al final del camino, el objetivo último: producir transformaciones sustanciales en las formas de sus cuerpos; estar siempre más *grosos*.

En segundo término, alrededor del nudo conceptual “*prepararse para el verano*” se teje otra cuestión: a partir de septiembre y hasta el mes de diciembre, y como bien saben Andrés y los *ferreros* porque así ocurre año tras año, al lugar empezarán a llegar personas que no son *habitués*. Los *ferreros* los denominan *los barriletes*⁵⁸, y *prepararse para el verano*, también implica estar preparados para recibirlos, para mostrarles, a través del cuerpo, quienes “mandan” en el lugar.

Elias (1998) había sostenido que en *Winston Parva*, nombre ficticio que le dio a una comunidad que estudió, había una división social profunda, construida alrededor del momento en que los habitantes habían llegado a la localidad. Así, la variable temporal se transformaba en central y contribuía a delimitar la identidad de dos grupos. El “haber llegado antes”, o el “haber llegado después”, se constituía en una marca estigmática que reflejaba la posesión de valores, positivos para los primeros y negativos para los segundos: mientras unos eran los “establecidos”, porque ya estaban allí, los otros eran los “marginados”, tan solo por haber arribado al mismo lugar un poco después.

En el *Boulevard* ocurre algo similar. La llegada de los *barriletes*, sobre todo debido a que son un grupo muy numeroso, incluso a veces más numeroso que el de los mismos *ferreros*, podría llegar a convertirse en una verdadera afrenta para las jerarquías existentes en el *Boulevard*. En contrapartida al poder de la mayoría, la debilidad de este grupo que asoma en el *Boulevard* desde septiembre en adelante es que difícilmente podría ser considerado un “grupo”, porque no tiene lazos estables forjados entre sus miembros.

Las diferencias entre *ferreros* y *barriletes* son varias: en primer lugar la posesión de saberes específicos, en segundo término, el haber construido un “cuerpo trabajado”, y en último lugar, pero como causa primera de las anteriores, el haber pasado grandes períodos de tiempo en el *Boulevard*. Los *ferreros* poseen todo lo anterior; los *barriletes* carecen por completo de ello. En principio la relación entre *ferreros* y *barriletes* es tensa. El hecho de que los *barriletes* suelen ser mucho mayor en número no es un dato menor, porque, como dijimos más arriba, podría colocar en tensión toda la estructura social del *Boulevard*, en función tan solo de la fuerza de la mayoría. Sin embargo, los *barriletes* no van a poner en tela de juicio nada de lo que articula el espacio-*Boulevard*, por el contrario, lo van a ratificar.

⁵⁸ Esta manera de nombrarlos también imperaba entre los *ferreros* del foro para nombrar a quienes se acercan a entrenar a partir de la primavera y se van luego, cuando termina el período vacacional de verano. Retornarán recién al año siguiente, cuando inicie la nueva temporada.

Entre los *barriletes* se van a formar dos subdivisiones: la primera está conformada por quienes están solo de paso en el *Boulevard*, son aquellos que llegaron al inicio de la “temporada” y se retirarán con la llegada de los meses de enero y/o febrero, para volver recién al año siguiente, cuando inicie la nueva “temporada”. La segunda subdivisión está conformada por todos aquellos que, a diferencia de los que se van, deciden quedarse en el *Boulevard*. Esos *barriletes* que se quedan a entrenar no van a plantear una lucha frontal a los *fierreros*. Por el contrario, parecen querer imitarlos, tener cuerpos parecidos, apropiarse de los saberes que poseen, sumar horas de entrenamiento, estar ahí para que se los reconozca como pares. A diferencia de lo que ocurría en *Winston Parva*, donde la condición de “establecido” y/o “marginado” acompañaba a quien la portaba durante toda la vida, en el *Boulevard* parece posible abandonar la condición de *barrilete* y transformarse en un *fierrero*.

Lo que está detrás de todo esto es la afirmación, a veces tácita y otras más explícita, que los recién llegados hacen de todos los valores de la cultura *fierrera*. Ni el dispositivo de entrenamiento, ni el “trabajo” del cuerpo como modo principal de acumulación de capital es puesto en discusión. Tampoco se somete al juicio el hecho de que entre los *fierreros* los valores del trabajo estén relacionados con la potencia del cuerpo y/o la fuerza física. El problema en esto último es que no todos los miembros del *Boulevard* pueden hacer el mismo despliegue de potencia y fuerza física, y estos valores son fundamentales para entender el ordenamiento jerárquico del *Boulevard*, que si bien no vienen a discutir la propuesta dispositiva, se adosan como un nuevo componente para ordenar las relaciones sociales al interior del gimnasio, pero, privilegiando a ciertos grupos que pueden trabajar y acumular capital de este tipo corporalmente esforzado, frente a otros que no van a poder hacer tal despliegue de potencia y fuerza física, lo cual margina a estos últimos a un lugar relegado en la jerarquía social del *Boulevard*, tema sobre el que volveremos en el último apartado de este capítulo.

Aprendiendo a trabajar las seis partes del cuerpo-fierro

A los dos modos particulares de medir el tiempo entre los *fierreros*, se encadena una manera de conceptualizar el cuerpo que, si bien es propuesta por el dispositivo de entrenamiento, los *fierreros* le cambian el sentido original y la (re)utilizan para “medir” el grado de avance entrenado, así como el nivel de conocimiento práctico alcanzado con

los *fierros*. Es decir, a una propuesta estructural, cuyo objetivo es tan solo organizar el trabajo de entrenamiento, los *fierreros* le agregan sentidos nuevos, aunque no por ello pierda vigor el original.

Debido a la lógica de racionalización total del tiempo, en el *Boulevard* se intercambia muy poca información con los recién llegados. Primero porque el microtiempo de los *fierros*, aunque no lo impide, condiciona a que los diálogos sean muy breves. Segundo porque dialogar con los *fierreros* requiere crear algún tipo de lazo de afinidad con ellos, y, si bien el grupo de *fierreros* no es herméticamente cerrado, tampoco es totalmente abierto.

Los *fierreros* del *Boulevard* pueden reconocer fácilmente a quienes no son “*del palo*”, como ellos. En primer lugar, porque el grupo no es numeroso y pueden reconocerse entre sí: un rostro nuevo difícilmente pasa desapercibido. En segundo término, porque las “*marcas del cuerpo*” les permiten “*leer*” si se está frente a un par que tan solo ha cambiado de gimnasio y pretende sumarse al grupo del *Boulevard*, o delante de un verdadero advenedizo. Sin embargo, el modo de trabajar con los *fierros* es el principal delator de frente a quien se está delante. Haber aprendido las reglas del oficio y ponerlas en práctica en el entrenamiento demuestra que se sabe “*trabajar*” con los *fierros*, a la vez que también indica que se posee algo de tiempo en la práctica.

Trabajar con los *fierros*, a diferencia del entrenamiento aeróbico, requiere de la aprehensión de un esquema corporal desagregado en seis partes (ver Anexo III). Quizás esta sea la primera regla práctica que es necesario aprender para entrenar solo, de lo contrario se realizan ejercicios “*sin ton ni son*”, por lo menos desde la óptica de los *fierreros*.

Un adolescente que llegó al gimnasio hoy por primera vez fue interrogado por Andrés:

-“¿Qué querés, entrenar para tonificar, para volumen...?”

- Aceptando con la cara, indica esto último.

Andrés escribe eso en la ficha. Le sigue haciendo preguntas: edad, nombre y apellido, enfermedades, operaciones.

El recién llegado contesta que no tuvo ninguna enfermedad ni operación.

Andrés le indica que va a hacer primero una “*adaptación*”. Al nuevo entrenado parece no gustarle mucho la idea, y se ve en la expresión de su cara. Andrés se da cuenta y le dice: “*mirá, si querés te divido la rutina en*

dos o tres músculos y días, pero estaría bueno hacer la adaptación antes...”
El joven recién llegado sigue sin estar conforme, pero igual asiente con un “*está bien*”.

Andrés intenta convencerlo: “hagamos una cosa, empezá la adaptación, igual te divido la rutina y vemos”. “Sin la adaptación, sostiene Andrés, tendrías que *tocar* dos músculos por día, espalda y tríceps, por ejemplo, y después va a pasar mucho tiempo hasta que los vuelvas a *tocar*, por eso estaría buena la adaptación”. (Nota de campo del 14 de julio de 2009)

Como vemos en la cita anterior, el diagrama de seis partes corporales condiciona a quien llega al *Boulevard* desde el primer día. A los ojos de los *fierreros*, hacer una *adaptación* es sinónimo de ser un novato, de no valerse por sí mismo para trabajar el cuerpo, de depender totalmente de Andrés porque no se comprenden las técnicas ni el modo en que el cuerpo está dividido en partes. Por el contrario, conocer las seis fracciones en que está dividido el *cuerpo-fierro* demuestra haberse apropiado de cierto saber entrenado, aprehendido en el entrenamiento más práctico del gimnasio.

Las seis partes del que denominamos “cuerpo-fierro” son las siguientes: piernas, hombros, pecho, espalda, tríceps y bíceps⁵⁹, sin embargo, lo más común es referirse a ellas en función de oposiciones duales: pecho y bíceps, espalda y tríceps, piernas y hombros. Aunque existen otras posibles combinaciones, las antedichas son las más frecuentemente mencionadas en el *Boulevard*. Cuando se alteran, se transforman en, por ejemplo, pecho y espalda, o bíceps y tríceps. A su vez, cada una de las partes corporales está compuesta de otras partes-músculos más pequeñas. Así, las piernas tienen sus glúteos, cuádriceps, isquiotibiales y gemelos; el pecho posee su parte superior, media e inferior; los hombros tienen sus deltoides y trapecios -que los *fierreros* generalmente entrenan juntos-; los tríceps y bíceps sus cabezas y picos.

Cuando el entrenamiento de alguien en el *Boulevard* no se basa en estas dualidades y, por el contrario, consta de ejercitar todos los músculos en un mismo día -una adaptación, por ejemplo- los *fierreros* captan enseguida que se trata de alguien que no maneja la *expertise* del trabajo *fierrero*. Asimismo, como esta división sexta-partita

⁵⁹ Una persona docta en el conocimiento de las partes musculares del cuerpo, como un médico, o un profesor de educación física, encontraría esta clasificación incompleta, incluso errada, debido a que el esquema deja de lado deliberadamente músculos que también conforman el cuerpo humano. Sin embargo, esta descripción no pretende ser exhaustiva: justamente, todo lo contrario. Esta conceptualización solo atiende a la manera en que el cuerpo humano es elaborado en un contexto específico como el *Boulevard*, y en términos más amplios en el marco del dispositivo de entrenamiento.

se encuentra en relación con la distribución de los aparatos de entrenamiento dentro de la zona de *fierros*, donde hay una mini-región de piernas, otra de espalda, otra de pecho y así, manejar el esquema corporal denota que se sabe cómo recorrer el salón, así como qué máquinas se deben trabajar y con cuáles no.

El trabajo masculino y el trabajo femenino

Aprender a trabajar con los *fierros* implica también internalizar las consideraciones sobre lo que un *ferrero* puede hacer y lo que debe evitar en el *Boulevard*. En el capítulo anterior habíamos dicho que el dispositivo de entrenamiento les indica a los hombres los caminos más “apropiados” para recorrer, siempre alrededor de la ejercitación anaeróbica, mientras que los trata de mantener alejados de los circuitos aeróbicos, que son propuestos a las mujeres.

Al recorrer los caminos internos del *Boulevard*, todos delimitados por máquinas de entrenamiento, se atraviesan “regiones de aparatos” que, como dijimos más arriba, conforman un mismo micro-espacio, una región muscular específica (Hansen y Fernandez Vaz, 2006). Para entrenar las piernas, por ejemplo, se debe penetrar el espacio de los *fierros* para piernas, con máquinas posicionadas cercanamente. Lo mismo ocurre con las otras partes del cuerpo: dentro de los *fierros* hay una zona de pecho, con sus bancos planos e inclinados, una máquina de *peck deck*⁶⁰ y otras para aperturas de los pectorales; una zona de espalda, poblada por aparatos-remos y máquinas de dorsales con inclinaciones distintas; una zona de hombros, con sus aparatos para *press*⁶¹ y movimientos diversos; una zona de tríceps, con poleas y agarraderas, y una zona de bíceps, con más elementos de trabajo.

Alrededor de las prácticas que el dispositivo de entrenamiento les propone, los *ferreros* del *Boulevard* construyen un imaginario de representaciones sobre lo qué es masculino. Entre *fierros*, el entrenamiento “apropiadamente masculino” parece estar relacionado directamente a ideas tales como el vigor, la fuerza y/o la potencia, donde hacer un esfuerzo extra y levantar un poco más de peso parece ser la máxima básica.

⁶⁰ También conocida como “*mariposa*”, es una máquina con la cual se realizan unas aperturas de brazos a fin de trabajar los pectorales.

⁶¹ Al igual que en la región de pecho, en la zona de hombros existen unos aparatos denominados *press* mediante los que se hace presión con una inclinación determinada del cuerpo.

Quien comienza a hacer suyas las reglas del oficio también parece tener que incorporar las apreciaciones imperantes entre los *fierreros* respecto a que en el trabajo vale siempre más la cantidad que la calidad. Es decir, entre los *fierreros* no importa tanto el modo en que se realizan los ejercicios y su “elegancia”, -aunque es necesario realizarlos con una técnica correcta- sino levantar siempre el máximo de peso posible. Por ello, las preguntas más frecuentemente oídas entre los *fierreros* son *¿Cuánto estás tirando de press de pecho? o ¿Con qué pesos haces sentadillas?* Nunca nadie, en cambio, va a realizar comentarios refiriéndose a la capacidad corporal de realizar movimientos gráciles o a la ejecución de calidad de los ejercicios, del tipo “*qué bien hacés esos movimientos*”. Solo es necesario aprender la técnica correcta para luego tratar de mover lo máximo de peso posible.

Estas consideraciones respecto a los pesos priorizan algunas partes corporales antes que otras. Los brazos con sus bíceps y tríceps, pero fundamentalmente los primeros, parecen ser los músculos más ejecutados en el *Boulevard*, en segunda instancia aparecen el pecho, la espalda y los hombros, y en último lugar, queda el entrenamiento de piernas. Además de ser el grupo muscular más relegado, el trabajo de piernas está focalizado en ciertos músculos, mientras que otros son meramente desechados. Así, los *fierreros* entrenan sus cuádriceps, isquiotibiales y gemelos para lograr unas piernas más grandes en consonancia con el resto del aparato muscular, pero jamás entrenan los glúteos, de igual modo que los músculos interiores de las piernas, cuya ejercitación se realiza con una máquina para abrir las piernas lateralmente, y que en el imaginario *fierrero* está asociada a movimientos muy poco masculinos. Difícilmente, a un *fierrero* se le ocurriría entrenar esos músculos con esa máquina: hacerlo se encuentra en el límite de lo que es aeróbico y anaeróbico, pero también entre lo que es masculino y femenino. Desde la óptica de los *fierreros* del *Boulevard*, estas son prácticas vedadas, solo habilitadas para quienes estén dispuestos a colocar su masculinidad en riesgo, según los valores grupales.

A los circuitos por los que transitan las mujeres del *Boulevard*, los *fierreros* les ligan ideas más relacionadas con la resistencia corporal que con la fuerza física. Es decir, ellos entienden que el entrenamiento de ellas está en relación con la salud y la “buena forma física”, al igual que el que ellos realizan con los *fierreros*, pero también está de acuerdo con ciertos parámetros de “femineidad”, característica que estaría riesgo si entrenaran con los *fierreros*.

Todas estas nociones no son resistidas por las mujeres del *Boulevard*, sino por el contrario son reificadas por ellas, sobre todo porque son muy pocas las que penetran la zona de *fierros*, lo cual es una manera de afianzar el punto de vista tácitamente, de igual modo que lo corroboran verbalmente, cuando les preguntamos por qué no entrenan a la par que los hombres con los *fierros*:

“*Yo no hago fierros porque no quiero estar hinchada*” (mediante gestos me explica que significa “*hinchada*”: coloca su mano izquierda con la palma hacia abajo a unos diez centímetros de su hombro izquierdo; al mismo tiempo hace lo mismo con su mano y hombro derechos). “*Ni así como ellos*”, a quienes me señala: los más *grosos* del sector de *fierros* (Nota de campo del 9 de septiembre de 2010).

Consideraciones similares a la anterior también le ofrecen las mujeres del *Boulevard* a Andrés cuando le indican sus intenciones físicas. Al momento de indicar sus objetivos, ellas requieren ingresar muy poco en la zona de *fierros*, solo sí son ejercicios dedicados a la zona inferior del cuerpo, las piernas y los glúteos, y se resisten a entrenar las partes musculares situadas de la cintura hacia arriba. Los *fierros* para las mujeres al igual que para los *ferreros* parecen estar asociados a los físicos hipermusculados y a una actividad que es de índole netamente masculina. Así entonces, para no masculinizar su cuerpo mediante agregados de masa muscular “indeseable”, ellas suelen estar alejadas de esa zona y, por el contrario, preferir los ejercicios que consideran más “adecuados” para sus cuerpos femeninos.

A modo de resumen, podríamos decir que, como había sostenido Bourdieu, los principios de clasificación correspondientes a cada sexo basados en “fuerte / débil, grande / pequeño para el hombre, bello / feo, grande / pequeño para la mujer, pero funcionando en sentido inverso” (1981:192), parecen tener bastante vigencia con lo que ocurre en el *Boulevard*, así como con las representaciones corporales que se construyen alrededor del entrenamiento. Aprender a trabajar con los *fierros* implica apropiarse de todas esas representaciones ligadas a cada una de las partes del esquema corporal masculino y el recién iniciado las irá haciendo propias a medida que avance su carrera de entrenamiento en el gimnasio.

Los saberes del trabajo

Algunos de los saberes que tienen los *fierreros* se pueden expresar verbalmente, otros, en cambio, son solo demostrables en el saber-hacer-con-el-cuerpo y la puesta en acto en el entrenamiento. Estos saberes no surgen en el vacío, sino, en cambio, están constituidos por una amalgama heterogénea de elementos que el dispositivo de entrenamiento les propone a los entrenados del *Boulevard*. Como vimos en el capítulo anterior, en el *Boulevard* intervienen una serie de discursos poderosos y ordenatorios del espacio, entre los que se encontraban el médico y el de la educación física. De ellos se apropian los *fierreros*, aunque solo de algunos aspectos, por ejemplo del médico toman todos los conocimientos referidos a la nutrición que les sirven para construir sus cuerpos masculinos, pero descartan las advertencias que el mismo discurso médico hace sobre el uso de anabólicos, tema al que nos dedicaremos en el capítulo III: Es decir, si bien esos discursos tienen un origen dispositivo, y tienen como fin la regulación del espacio de entrenamiento, ellos también están accesibles para los actores que intervienen en el lugar, en este caso los *fierreros*, quienes se los apropian y utilizan sus sentidos dispositivos originales, o les adhieren otros significados nuevos.

Al oír las conversaciones de los *fierreros* del *Boulevard* uno tiene la sensación de estar frente a profesores de educación física, a nutricionistas especializados y/o a farmacéuticos con años de experiencia en la materia. El manejo que ellos tienen sobre una variedad de temas es sorprendente. Ya sea para nombrar ejercicios, dietas o sustancias, ellos parecen verdaderos especialistas:

Saber qué es *hacer volumen* y qué es *hacer definición*, por ejemplo, conceptos a los que ya nos dedicamos cuando explicamos la relación entre trabajo *fierrero* y cambios climáticos, es parte del conocimiento básico que debe poseer quien habita entre los *fierreros*. Del mismo modo, tener en claro de qué se trata cuando alguien habla de *papa*, la manera coloquial de denominar a los anabólicos en el *Boulevard*, o que *Gustavo está repapeado*, porque en su cuerpo se vislumbra que los está consumiendo, es igual de fundamental.

Existen también otros conocimientos, igual de demostrables en una conversación, pero que remiten directamente al conocimiento más práctico de los ejercicios. O sea, los *fierreros* son capaces de identificar con su sola mención verbal, por ejemplo, qué es *hacer tríceps con barra acostado*, dónde, cómo y para qué se hace, cuestión que requiere de tiempo y práctica en el entrenamiento con *fierreros*, y que en el

principio de esta praxis solo surge como propuesta dispositiva de Andrés para organizar el recorrido en el lugar y que queda plasmado en la rutina de ejercicio que describimos en el capítulo I.

Conocer la variedad de ejercicios existentes, o por lo menos aquellos que son más recurrentes en las rutinas de Andrés, quien tampoco las inventa, sino por el contrario, como me hubiera afirmado en una ocasión “*yo las saco de las revistas, ves estas dos rutinas que doy ahora, las copie de varias revistas que están buenas*”, ya sea con aparatos, barras o mancuernas, es parte de ese saber específico que es necesario tener para ser un *fierrero* a la vez que para ser considerado como tal por los otros. Haberse apropiado de ese saber práctico entrenado demuestra que uno sabe lo qué está haciendo, qué partes musculares está trabajando, por qué las entrena así, y cuándo las volverá a “atacar” porque ya están bien “*descansadas*”. Todo esto no implica que entre *fierreros* no se pasen “*tips*” de entrenamiento, o que no se puedan recomendar ejercicios, por el contrario sí lo hacen en ocasiones, pero lo que opera tácitamente en ese intercambio de opiniones es que quien está siendo ayudado ya acumuló también los saberes y va a poder acomodar las recomendaciones a un plan general que dirige por cuenta propia.

De la misma manera, debido a que entre entrenamiento y nutrición se teje una relación indisociable, entender cómo debe alimentarse el cuerpo en *ciclo de volumen* y/o de *definición* corporal es también parte de ese saber que es necesario poseer. Así, todo *fierrero* iniciado en las lides entiende cómo combinar sus dosis de proteínas, carbohidratos y grasas, alternándolas y/o suprimiéndolas de acuerdo a sus objetivos, tema al que volveremos en el capítulo III con mayor detalle, cuando nos dediquemos a la lógica de los consumos. Los saberes nutricionales son a veces socializados por el mismo entrenador, Andrés. Respecto a estos no parece existir un tabú, como sí ocurre con los anabólicos. Por eso, Andrés, ante un pedido de *dieta de volumen* para complementar ejercicios con el mismo fin, suele ofrecer una hoja con anotaciones sobre las comidas que deben hacerse a lo largo del día (ver Anexo III), por lo que aprehenderse de estas técnicas alimenticias suele ser accesible.

Mediante la constancia “del estar ahí”, pude acceder a gran parte de estos saberes. Sin embargo, otras estrategias también sirven para hacerse de conocimiento que luego puede esgrimirse en el gimnasio, de modo de demostrar, junto a la portación del cuerpo entrenado, que uno forma parte del grupo y debe ser reconocido como parte suya. En la Introducción de esta tesis señalé que existen ciertos espacios de

socialización *fierrera* que, subsidiariamente al *Boulevard*, sirven para intercambiar información. Me refería específicamente a los foros de Internet, espacios aparentemente anónimos, en los que confluyen muchos *fierreros* para compartir experiencias e intercambiar opiniones respecto a todo lo relacionado con el estilo de vida que llevan. Mi participación en esos foros comenzó en el año 2005, cuando buscaba más información sobre ejercicios y suplementos nutricionales, pero, sobre todo, sobre sustancias anabólicas. A diferencia del *Boulevard*, el foro de Internet tiene otra lógica: mientras que en el gimnasio los tiempos de diálogo son breves, por ejemplo los de descanso entre series, en el foro son extensos, porque los *fierreros* participan allí con la única intención de intercambiar opiniones. Durante tres años dialogué virtualmente con los *fierreros* que allí interactuaban a diario. A medida que pasaba el tiempo, pude ganar la confianza -“virtual”- del grupo más “cerrado” de foristas, los que parecían ser los “expertos”. Esto no fue producto de una búsqueda conscientemente realizada, por el contrario solo fue consecuencia, al igual que lo hacían estas demás personas, de la curiosidad personal por obtener más información -y compartirla-. Ese pequeño grupo de “expertos”, de alrededor de diez personas, del cual terminé formando parte, decidió que era una buena idea agregar a los encuentros virtuales algunos personales.

En esos encuentros reales, ellos compartieron conmigo sus experiencias de vida parecidas, marcadas a fuego por el entrenamiento, la nutrición objetivada para la práctica y el uso de anabólicos. Pero no solo de entrenamiento hablábamos en esas reuniones, aunque claramente era el tema principal, ya que ellos, además, también me mostraron sus “biografía personales”, a qué se dedicaban, cómo estaban compuestas sus familias, o qué habían estudiado.

Algunas veces nos reuníamos en restaurantes, otras en la casa de Cristián. Cristián era un profesional a punto de cumplir cuarenta años, graduado de una universidad privada y dedicado al negocio de la seguridad e higiene laboral en empresas. Cuando lo conocí tenía un hijo pequeño, un pasar bastante acomodado, estaba casado y residía en Vicente López. En esas reuniones también estaba Iván, quien vive en el barrio de Almagro, tiene alrededor de treinta años y trabajos de los más variados: cuando lo conocí era *patovica*, también tenía un emprendimiento propio en la construcción y era accionista en bolsa. También estaban Santiago y Mario, que eran amigos. Santiago estaba a punto de cumplir treinta años y es un profesional del área de sistemas. Él entrenaba en uno de los gimnasios “*del palo*” de la zona sur, donde también residía. Mario tenía la misma edad que él, era encargado de venta al público en un

importante comercio de electrodomésticos y también era del sur del Conurbano. A estas reuniones también venían Marcelo y José. Mientras Marcelo era el más joven del grupo, con veintidós años, y trabajaba en un estudio jurídico a la par que cursaba sus estudios de Administración en la Universidad, José era el mayor de todos, tenía algo más de cuarenta años, un pasar económico sumamente holgado, vivía en la zona norte y tenía muy buenos ingresos provenientes de su trabajo como restaurador de cuadros antiguos. De estas reuniones reales nunca participó Néstor. Sin embargo, todos lo reconocían como parte del grupo que interactuaba en el foro virtual, aún a pesar de que se sumó bastante posteriormente. Néstor, a quien ya he mencionado, es muy joven, tiene 23 años y es empleado del Gobierno porteño.

Aún a pesar de las relaciones de amistad que llegué a entablar con varios *fierreros* del *Boulevard*, la relación con los miembros del foro era distinta. De forma paradójica, la relación que se inició virtualmente terminó tornándose mucho más íntima. De este grupo aprendí algunos saberes vedados en el *Boulevard*, ya sea porque se hablaban a mis espaldas, o porque directamente no eran tratados, específicamente me refiero al uso de los anabólicos. Acudir a las reuniones con los “foristas” me permitió, luego, demostrar en el *Boulevard* que también los poseía -aunque nunca indiqué donde los había aprendido-. Muchos se dieron cuenta que contaba con gran cantidad de información nueva, por lo menos en la materia “sustancias químicas”, por lo que después de unos meses, algunos *fierreros* comenzaron a consultarme directamente respecto a cómo se utilizaban, o si a la hora de hacer un plan de *masa* era mejor usar *sustanon* o *testoviron*⁶². Aunque quizás lo hicieran para “tantearme” y ver si era “*del palo*”, la participación en el foro me sirvió como estrategia para consolidar una posición en el *Boulevard*, a partir de la posesión de un conjunto de saberes aprendidos virtualmente, a la vez que fue un disparador de diálogos nuevos.

Qué existe una relación entre poder y lenguaje no es un descubrimiento nuevo. Godelier, por ejemplo, sostenía que: “lo más sorprendente entre los Baruya es constatar que los hombres son iniciados para hablar un lenguaje secreto y son iniciados además en los secretos, secretos que lo son sólo para las mujeres y para los jóvenes no iniciados. Existe también una suerte de monopolio de los hombres sobre ciertos saberes y esto se traduce en el lenguaje por un código, un lenguaje secreto” (2004:111). Conocer esos secretos y hablar la lengua oculta les otorgaba a los hombres adultos Baruya un status

⁶² Ambas son testosteronas de uso inyectable.

superior; ellos son los únicos capaces de acceder a la verdadera relación entre los nombres y las cosas.

En el *Boulevard*, “saber hablar” demuestra la pertenencia al grupo de *fierreros*: quién habla la jerga imperante en el grupo es reconocido como par, como alguien que está iniciado en la cultura de los *fierros*. Incluso, para aquellos que no parecen corporalmente *fierreros*, ya sea porque el cuerpo no ha sido todavía lo suficientemente entrenado o porque ha dejado de ser *groso* debido a que abandonaron el entrenamiento, indica que, sin embargo, comparten la cultura del grupo: ya sea porque recién se han incorporado, o porque alguna vez estuvieron allí en el pasado. Esta jerga está compuesta por una mezcla de saberes que combina términos nativos con distintos tipos de saberes que van desde los de la educación física hasta los farmacéuticos, pasando por los de la nutrición, como hemos visto recién. Si bien estos saberes surgen en el *Boulevard* como parte de la red de elementos del dispositivo de entrenamiento, los *fierreros* se apropian de partes de ellos -y del dispositivo- y adaptan sus contenidos para ponerlos al servicio de un único objetivo: la creación del cuerpo masculino *fierrero*, tal cual ellos lo entienden, que no es necesariamente parecido a lo que el dispositivo tenía como propuesta originalmente.

Trabajo por duplas: el compañero de entrenamiento

Solo después de haber aprendido a ejecutar las técnicas de trabajo correctamente, lo cual implica valerse por sí mismo sin la ayuda de Andrés, un *fierrero* podrá entablar una relación de trabajo por pares. Este tipo de trabajo en duplas es bastante común en el *Boulevard*, aún a pesar de que muchos *fierreros* sigan prefiriendo entrenar solos. Sin embargo, es una posibilidad que se abre para quienes han alcanzado un grado de avance considerable en el entrenamiento, rasgo que se mide a partir de la dependencia/independencia del entrenador para trabajar con los *fierros*.

La pregunta que nos hacemos ahora es la siguiente: ¿cuál es la importancia teórica que reviste que dos personas decidan emprender una sesión de entrenamiento en conjunto? Como ya hemos sostenido en otra ocasión (2009), y también lo ha hecho Klein (1993), la figura del compañero de entrenamiento es muy común en los gimnasios y, agregamos nosotros, es importante porque al emerger también coloca en tensión la manera en que el dispositivo de entrenamiento había previsto el disciplinamiento de los

cuerpos. La figura del compañero de entrenamiento es un producto estrictamente “nativo”, que viene a insertar una cuña en la lógica disciplinar del dispositivo.

Como vimos en el capítulo I, el dispositivo de entrenamiento se sostiene en dos principios: el primero de ellos es que los *fierros* deben ser utilizados individualmente, en una relación hombre-máquina sin intermediarios. El segundo refiere al “principio de autoridad”: la única voz autorizada en el *Boulevard* es el entrenador, a quien debe recurrirse ante cualquier duda o para pedir ayuda. Por tales motivos, la aparición del compañero de entrenamiento resquebraja algo de la lógica del dispositivo a partir de la incorporación de un componente de tipo “solidario” y si bien no la quiebra totalmente, le incorpora algunas modificaciones.

Al llegar al *Boulevard*, es frecuente, antes de comenzar a entrenar, comentar lo que uno va a trabajar ese día: “*hoy me toca piernas y hombros*”, o “*el miércoles hago espalda y bíceps*”. También ocurre con frecuencia que dos *fierros* tienen un plan idéntico para el mismo día, por lo que deciden entrenar juntos durante esa hora y media. Sin embargo, no basta solamente con tener que hacer el mismo trabajo en el mismo día y horario para tejer una relación de pareja de entrenamiento estable, también es necesario ser considerado por los demás *fierros* como un “buen potencial compañero”, que no tendrá problemas para *seguir* las ejecuciones de *las series más pesadas*, a la vez que podrá *tirar pesos más o menos parejos* en todos los ejercicios. Es decir, si un *fierro levanta* en el *press de banca* cuarenta o cincuenta kilos⁶³ de cada lado, tratará de entablar relación con alguien que utilice las mismas cargas, porque sino, entrenar a la par, implica estar *cargando y descargando* la *barra* en cada nueva *serie* debido a que uno de los dos tiene menos fuerza. Tan solo con mirarse los cuerpos los *fierros* pueden “radiografiar” a un buen compañero de entrenamiento. Sin embargo, en esta elección mutua también influye la afinidad previa que ambos hayan podido llegar a construir en las breves interacciones cotidianas.

Entrenar con un compañero de entrenamiento, a grandes rasgos, funciona así: a lo largo de la rutina, mientras uno realiza una repetición de la serie en cuestión, el otro lo asiste y vigila ante posibles “eventualidades” (como que la barra se le caiga encima del pecho cuando está acostado en el banco plano de *press* de pecho). Estas eventualidades ya no son producto del desconocimiento de las técnicas, porque los

⁶³ Los cincuenta kilos de cada lado en el *press de banca* parecen ser una medida con significados importantes. Alguna vez, José, me comentó que el momento preciso para comenzar a usar esteroides era cuando podía levantar esa marca. Antes de ello, solo debía dedicarme a entrenar y “comer bien”, ya que mi cuerpo todavía no estaba capacitado para dar un nuevo paso, o sea, comenzar a utilizar sustancias.

fierreros que trabajan juntos ya han adquirido cierto “flow”, en cambio, ahora están relacionadas con que se encuentran manipulando pesos peligrosos y requieren de la asistencia mutua para evitar posibles lesiones, así como para ir “un poco más allá” de lo que el cuerpo puede dar, para forzar la resistencia de los músculos.

La fórmula del compañero de entrenamiento incorpora elementos como la “confianza”, la “intimidad” y la “moral” al trabajo con *fierros*; estos componentes son algo nuevo, no previstos en la lógica del dispositivo. En primer lugar, en la elección de un “buen compañero de entrenamiento” influye la “confianza”, porque uno debe ser capaz de confiar su cuerpo a otro, quien será encargado de velar por su seguridad. Así, al realizar una *serie pesada* de un ejercicio cualquiera, aunque esto aplica de forma más directa a todos esos que requieren del despliegue de potencia y fuerza más que de técnica precisa y ejecución correcta, los cuales son los preferidos de los *fierreros*, siempre es necesario ir un poco “más allá” de lo que el cuerpo resiste: es decir, “*siempre se puede tirar una más*”, como dicen ellos. El *press para pecho*, por ejemplo, es uno de estos ejercicios, a la vez que una demostración visual de fuerza ante el resto de los presentes de lo que se puede *levantar*. Como se está trabajando al límite, la confianza se transforma en un elemento clave, porque, en caso contrario, si quien asiste no realiza correctamente su “trabajo”, el que está ejecutando la repetición puede lastimarse gravemente.

En segundo término, la relación de compañeros también exige algo de intimidad, porque ambos van a entablar un contacto bastante íntimo con algunas partes corpóreas del otro. A la hora de elegir un compañero es necesario tener en cuenta ello, porque, por ejemplo, al realizar una *sentadilla con barra*, donde el movimiento exige que el ejecutante coloque la barra detrás de su nuca y la recueste sobre sus hombros con un peso considerable de cada lado, quien secunda el entrenamiento, por su parte, debe situarse detrás del primero, tomándolo fuerte por la cintura para guiar el ejercicio. Así, quien ayuda se transforma en el sostén, tanto físico como moral, ya que en el caso de no poder completar la serie, él levantará al primero y lo ayudará a recostar la barra nuevamente sobre el aparato.

Lo antedicho nos introduce en el tercero de los elementos que rige la relación de compañeros, el componente moral. Entre compañeros es muy común advertirse, en tono de reproche, cuando *se está robando con los pesos*, práctica que, aunque no está vedada, sí es vista por los *fierreros* del *Boulevard* como moralmente incorrecta. Entre los *fierros*, *robar* es sinónimo de no estar dando lo máximo de uno, lo que es

imprescindible en cada entrenamiento, más cuando se realiza en el marco de una relación de pareja y uno es vigilado por el otro y viceversa.

Robar es inmoral y poco honroso porque indica la utilización de pesos que se pueden *mover* fácilmente, conducta que está habilitada para un recién llegado -porque desconoce que está *robando* al igual que las reglas mínimas del oficio-, pero nunca para un *fierrero*. Por el contrario, los objetivos de este último siempre deben estar depositado en el “más allá”, donde es necesario no conformarse nunca y tratar de utilizar siempre más peso, porque esto, frente a la vista de los demás, es sinónimo de valor.

Aunque sea sumando *discos* pequeños de dos kilos y medio⁶⁴ a la barra principal, la máxima es esforzarse siempre más allá de lo que el cuerpo está dispuesto a dar. Por todo ello, una de las preguntas más frecuentemente oídas en el *Boulevard* es *¿cuánto estas tirando?*; la medida de esta respuesta es indicativa del valor personal y del riesgo que se es capaz de tomar⁶⁵. En todo esto, el rol del compañero de entrenamiento es vital, porque va a estar ahí para vigilar de forma atenta esos intentos por hacer una repetición más, incluso, después de agotadas las fuerzas. Llegado a ese punto, él solo dirá “*vas solo*”, aún cuando esto no sea cierto y, en realidad, él esté haciendo todo el esfuerzo. Sin embargo, difícilmente un compañero de entrenamiento admita esto, por el contrario lo más común es que indique que solo estaba ahí para evitar un accidente y que no tomó ninguna parte en el ejercicio. En definitiva, como vemos, la relación de compañeros de entrenamiento es física y moral a la vez.

Aún cuando muchos siguen prefiriendo entrenar solos, como ya dijimos, también ellos comprenden la lógica del compañero de entrenamiento y, a su modo, también hacen uso de ella. Así, si requieren una ayuda extra y momentánea, sin que esto implique entablar una relación de compañerismo estable, sino solo una asistencia puntual, lo hacen saber mediante una breve pregunta: “*¿me seguís?*”. Sin embargo, quien solicita ayuda también observa detenidamente el cuerpo de la persona a quien le hace el pedido, reservándola tan solo a quien identifica como *groso*, relegando a los que no tienen aspecto de *fierreros*. En su decisión también parecen influir en alguna medida

⁶⁴ Estos son los *discos* más pequeños que se pueden utilizar en el *Boulevard*.

⁶⁵ Esto también tiene sus límites. Es decir, los *fierreros* también pueden darse cuenta escrutando el cuerpo de otro si está “habilitado corporalmente” para mover el peso que colocó en una barra. En muchas ocasiones, ocurre que un recién llegado coloca más peso del que realmente puede mover, para demostrar visualmente “fuerza” y “valor” a la vista de todos, sin que pueda efectivamente hacer una repetición, o realiza los movimientos con una técnica totalmente incorrecta y peligrosa. Esto no pasa desapercibido nunca, y antes que valor o fuerza, es sinónimo, para los *fierreros*, de ineptitud o inexperiencia. Así, lo que podía ser una virtud se transforma en una falencia o defecto.

algo de los componentes de la relación de compañeros, ya que no está dispuesto a confiar en cualquiera la integridad de su cuerpo.

Retomando nuestro argumento, ¿qué tiene todo esto que ver con el dispositivo de entrenamiento? Creemos que mucho. Frente a la relación de confianza, intimidad y compromiso moral que se va tejiendo entre dos compañeros que “trabajan” juntos, el entrenador, fiel representante de la autoridad del dispositivo, irá quedando relegado. Su rol jerárquico en la sala va a ir resquebrajándose de a poco, a la vez que dejará de ser el único referente a quien se le puede y/o debe solicitar información y/o ayuda.

Frente a este cambio en el estado de cosas general del *Boulevard*, Andrés ya no podrá argumentar ser el único poseedor de una *expertise* técnica, porque los *fierreros* ya la fueron ganando también, a medida que lograron mayor experiencia con los entrenamientos, por lo cual piden menos ayuda-intervención de terceros. Así, los *fierreros* que entrenan juntos, de manera consciente o inconsciente, comienzan a retar la autoridad del entrenador, a la vez que desactivan una parte de la lógica de funcionamiento del dispositivo entrenado que, a priori, intentaba aislarlos para *hacer fierros*, incluso al punto de evitar las conversaciones más largas entre ellos. Es más: quizás la relación de compañeros sea la única manera en el *Boulevard* de entablar diálogos algo más largos, a diferencia de las conversaciones breves que se pueden mantener con alguien que entrena solo, y para quien, luego de unos escasos minutos, nos volveremos un estorbo, como vimos antes. Por su parte, Andrés tan solo podrá igualarse con ellos: será solo “uno más” de los *fierreros*, al que se le puede pedir ayuda si es necesario, pero ya sin ser el único referente. Asimismo, a medida que transcurre el tiempo y ganan más experiencia, los cuerpos de los *fierreros* van marcándose y ganando músculo, se vuelven más *grosos*. El entrenador, que también sostiene gran parte de su autoridad en función de que su cuerpo les muestra a los otros que tiene mayor entrenamiento, ahora debe competir con ellos: en el *Boulevard* ya no manda quien fue investido por la autoridad del dispositivo, sino quien está más *grosso*. Todo esto nos lleva a tener que analizar la cuestión del poder al interior del *Boulevard*, así como a dar cuenta del nuevo orden jerárquico imperante allí, porque el dispositivo de entrenamiento de los cuerpos ha sufrido modificaciones, en función de los capitales incorporados a partir del trabajo con los *fierros*.

La jerarquía interna del Boulevard. Entre fierreros y barriletes

Como apartado final de este capítulo voy a indicar la pirámide social del *Boulevard*, la cual muestra los distintos “status” de quienes habitan el lugar, en función de los saberes-poderes-cuerpos que poseen, lo cual los habilita a decir y hacer cosas distintas, a la vez que a poder “trabajar” por si solos o a depender para ello de otro/s, temas que ya hemos analizado a lo largo de este capítulo. Ese lugar ocupado en la jerarquía remite a la acumulación de capitales distintos.

Hablar de capitales es imposible sin hacer algunas referencias teóricas a Bourdieu, en primer término, aunque también resultan importantes para comprender mejor nuestro caso de estudio, los aportes que han hecho a la cuestión Lahire (2004) y Wacquant (2006). En sus trabajos sobre los boxeadores del gueto negro de Chicago (2006), Wacquant vino a indicarnos algo nuevo, a agregar un nuevo tipo de capital, a los que ya habíamos descubierto con Bourdieu⁶⁶. Para Wacquant, pero siguiendo a Bourdieu nuevamente, “definimos el capital como trabajo acumulado (en su forma materializada o en su forma 'in-corporada', hecha cuerpo) que, cuando es apropiado de manera privada, esto es, exclusiva, por los agentes o por un grupo de agentes, les permite apropiarse de la energía social en forma de trabajo viviente o reificado” (1999). Esta definición amplia de capital bien podía servir para interpretar el trabajo que los boxeadores realizan día a día sobre su cuerpo, convirtiéndolo en un capital corporal acumulable, administrable y rentabilizado económicamente en los combates en el ring. Así entonces, a la serie de capitales varios que incluían desde el económico hasta el simbólico, pero pasando también por el cultural o el social, ahora se sumaba el de tipo corporal.

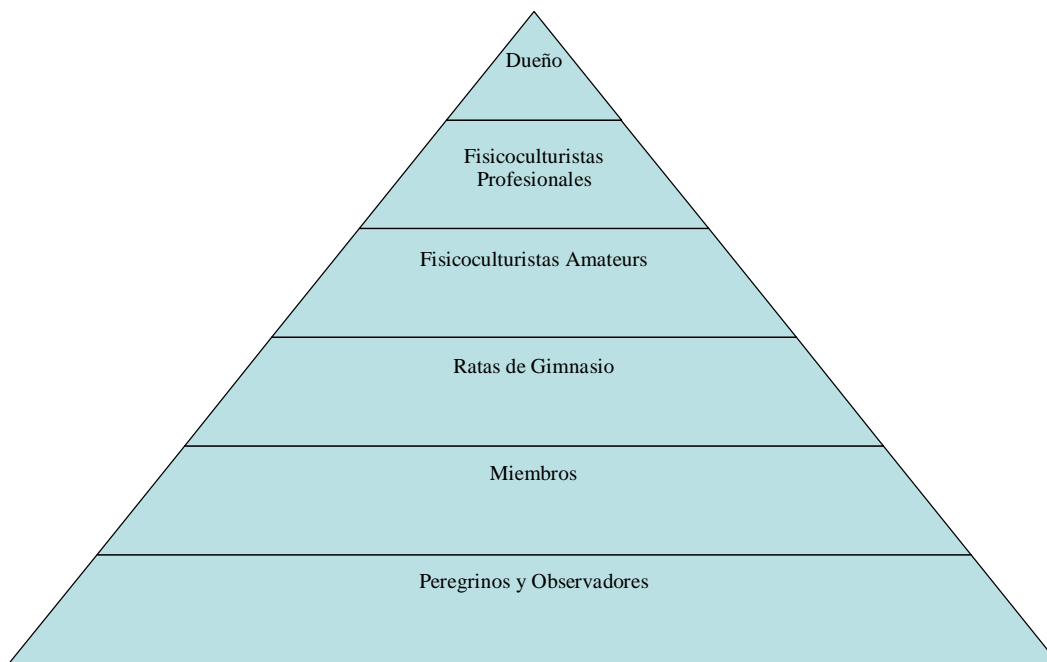
Volviendo sobre Bourdieu, pero sumando el aporte de Wacquant, debemos decir que el esquema conceptual capital-campo-*habitus* coloca en conexión varios aspectos de la realidad social. Por eso mismo, también es sumamente complejo de operacionalizar,

⁶⁶ El trabajo de Bourdieu ha sido fundacional porque contribuyó a comprender que poseer un capital no está ligado únicamente a la órbita económica, por el contrario, los capitales de tipo social, cultural y/o escolar son también “rentables”. Asimismo cualquiera de ellos puede transformarse en capital simbólico, cuando es percibido “según unas categorías de percepción, unos principios de visión y de división, unos sistemas de clasificación, unos esquemas clasificadores, unos esquemas cognitivos que son, por lo menos en parte, fruto de la incorporación de estructuras del campo considerado, es decir de la estructura de distribución del capital en el campo considerado” (1997:151). Esta definición nos conecta directamente con otro de los conceptos capitales del autor, el de campo. Para Bourdieu, el campo es el espacio en que se ponen en juego los capitales poseídos, es el espacio social de las acciones individuales, aunque estas últimas no son realizadas nunca en el vacío, sino que son parte de un *habitus*, “un estilo de vida unitario, es decir un conjunto unitario de elección de personas, de bienes y de prácticas” (1997:19).

porque los tres conceptos se implican mutuamente, es decir, no se puede hablar solamente de capitales sin hacer mención de un campo o un *habitus*, porque se trata de un “marco conceptual total” donde cada elemento implica y requiere al otro mutuamente. Es en este punto donde los aportes de Lahire han venido a brindar una nueva interpretación. Para este autor “no hay (...) individuos que puedan tener disposiciones sociales generales, coherentes y transferibles de una esfera de actividad a otra, o de una práctica a otra, salvo si -y solo si- sus experiencias sociales se han visto siempre gobernadas por los mismo principios. Lejos de ser un caso corriente, más bien cabría pensar que nos hallamos aquí ante una excepción histórica” (2004:39). Sus argumentos vienen a incorporar una “cuña” dentro de la matriz de conceptos bourdieuanos y solucionan algunos problemas relacionados con su utilización. En el caso de los *fierros* que nosotros estudiamos, ellos acumulan capitales varios como el cultural, el simbólico y/o el corporal, en el marco de sus actividades en el *Boulevard*, pero que también son solventadas por un determinado capital económico previo con el que cuentan, que no es producido por las prácticas de entrenamiento con los *fierros*. Asimismo, la rentabilidad de esos capitales que logran no puede ser bien comprendida en el ámbito específico de un solo campo, ya que por el contrario son mostrados y/o esgrimidos como tales en distintas esferas de la vida cotidiana. Además de ello, las prácticas de intervención sobre el cuerpo que realizan los *fierros* tampoco pueden ser vistas solo como fruto de un *habitus* de clase ya que, aunque este último componente es importante, también se trata de una forma de entender y apropiarse del contexto de manera “activa” que supera la idea de *habitus* bourdieuana.

Volviendo a la cuestión de las jerarquías, indicar que un gimnasio es un lugar en el que ellas existen no es una idea nueva: Klein (1993) ya ha observado esto en los gimnasios californianos. En su ficticiamente construido *Olympia Gym*, en el cual reflejaba las principales características de los cuatro gimnasios más importantes de Venice Beach, el autor indicaba que la estructura social allí imperante era la siguiente⁶⁷:

⁶⁷ Los nombres de los grupos han sido traducidos del inglés. En la versión original son Owners, Professionals, Amateurs, Gym Rats, Members, Pilgrims and Onlookers.



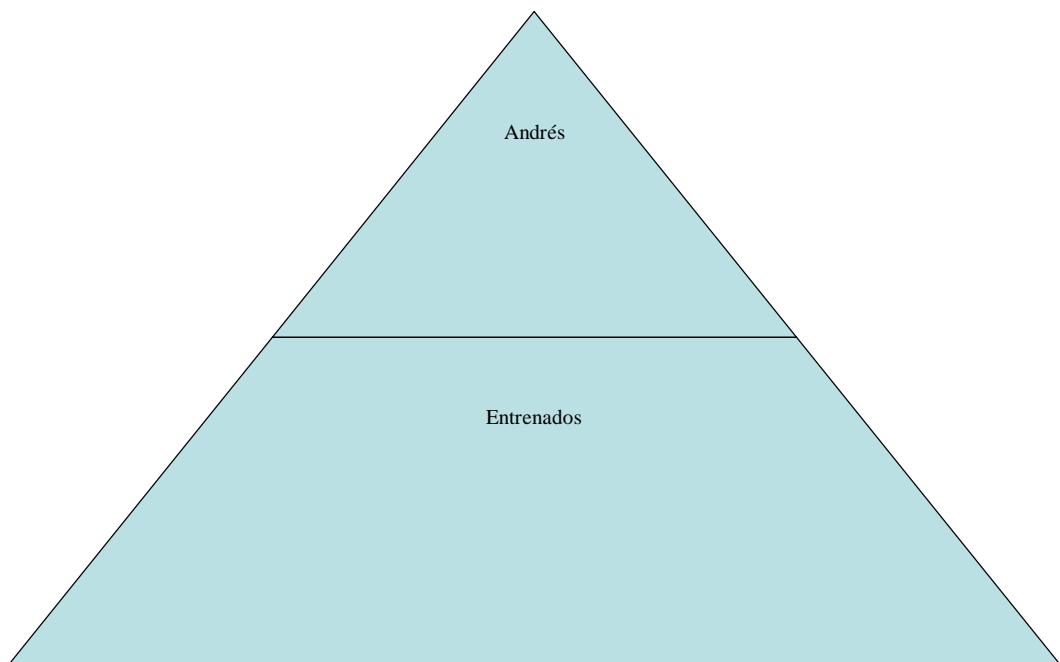
En los gimnasios californianos, los “dueños” tienen una posición de poder mayor a la de todos los actores que frecuentan el lugar: esto es consecuencia directa de que ellos detentan el poder económico del que el resto de los actores depende. Los “dueños” son quienes organizan los principales torneos de fisicoculturismo, además de dirigir la poderosa industria del *fitness* y editar las revistas especializadas en la temática; los fisicoculturistas profesionales y amateurs, en cambio, ocupan el segundo y tercero escalón de la pirámide porque dependen laboralmente de los “dueños”. En los siguientes escalafones de la pirámide observamos lo que Klein denominó las “ratas de gimnasio”, los “miembros” y los “peregrinos y observadores”. Los dos primeros grupos refieren a personas que no participan activamente de la industria, son más bien todos aquellos que van al gimnasio a entrenar solamente, por lo que son los más parecidos a nuestros *ferreros del Boulevard*. Sin embargo, como Klein se ocupó de estudiar más que nada a los fisicoculturistas, no sabemos mucho ni de las “ratas de gimnasio” ni de los “miembros”, por lo que no podemos establecer comparaciones de ningún tipo. Por último, en el escalafón final de la pirámide, el de los “peregrinos y observadores”, encontramos a los “cholulos” del gimnasio, todas aquellas personas que merodean los gimnasios californianos a fin de encontrarse con alguno de sus ídolos de películas, revistas y/o torneos, donde Arnold Schwarzenegger ocupa un rol estelar. Es decir, este

grupo es una muy particularidad propia de los gimnasios californianos que poco tiene que ver con lo que ocurre en el *Boulevard*. Todo lo antedicho lo traemos a colación a fin de indicar que lo que vamos a proponer a continuación no es algo nuevo; la construcción de una jerarquía interna de un gimnasio es algo que ya se ha intentado con éxito. Sin embargo, el orden social del *Boulevard* sí tiene algo distintivo, en primer término como producto de lo que el dispositivo de entrenamiento crea, en segundo término debido a las jerarquías construidas alrededor del “trabajo corporal”.

En el *Boulevard* no hay dinero en juego, no hay industria, ni hay fisicoculturistas de élite que se dediquen exclusivamente a competir -y vivir- de los torneos⁶⁸. Por el contrario, lo que sí hay es un fisicoculturista que entrena solo, siempre en las mañanas, y traba muy poca relación con las personas que asisten en su mismo horario. También está Andrés, y un grupo numeroso de *fierreros* y *barriletes* que van a la tarde-noche. La realidad, claramente, es otra muy distinta a la de los gimnasios de California.

Aún a pesar de no tener una relación económico-laboral con los *fierreros* que sustente su poder -más allá del cobro de una cuota mensual que les permite entrenar en el *Boulevard*-, el status del dueño sigue siendo superior al de todos los actores que intervienen en el lugar. Es decir, en este sentido, el rol jerárquico del dueño es similar al de la pirámide de los gimnasios californianos. Sin embargo, las razones son más de índole legal-dispositiva y menos económicas: el poder de su rol fue investido por la lógica del dispositivo, sostenida en la ley que indica su superioridad así como la capacidad única que posee de administrar las rutinas, de controlar la ejecución de los ejercicios, de observar que los recorridos sean consonantes con el trabajo corporal que él también propone. Es decir, si tuviéramos que representar, también por medio de una pirámide, cómo el dispositivo de entrenamiento imagina a priori el modo de funcionamiento del *Boulevard*, deberíamos decir que existen tan solo dos grupos, como vemos a continuación:

⁶⁸ Un fisicoculturista dueño de su propio gimnasio que entrevisté durante el trabajo de campo me indicó que él había abandonado la disciplina porque estaba cansado de competir por la “*copa de leche*”.

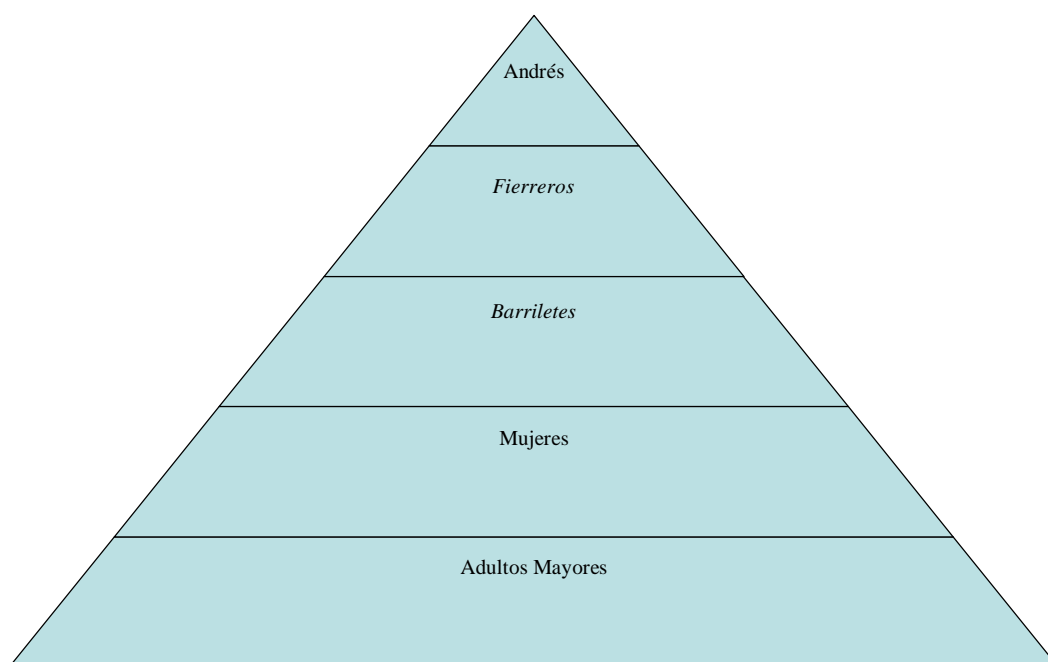


Está claro que el *Boulevard* es un caso particular porque en la figura de Andrés se solapan la de dueño y la de entrenador a cargo de la sala. En otros gimnasios, entre la figura del dueño y la de los entrenados estarían la de los entrenadores, cuya cuota de poder es siempre mayor a la de los entrenados, desde la óptica dispositiva, porque el primero define los circuitos de los segundos, pero su poder es siempre menor al del dueño del lugar, de quien depende laboralmente. De todos modos, este no es el caso del *Boulevard*, porque Andrés es dueño y entrenador, “amo y señor” del lugar, por lo menos desde la lógica del dispositivo.

Como hemos visto a lo largo de este capítulo, un grupo de hombres jóvenes al que denominamos los *fierros* despliega un conjunto de tácticas a partir de lo que el dispositivo les propone, les otorga un nuevo sentido a varios aspectos de éste y los convierten en capital. Así, a partir de una serie de saberes-cuerpos-poderes-relaciones sociales nuevas, los *fierros* se posicionan en el *Boulevard* en un lugar de privilegio.

Entre todos esos recursos que se apropian los *fierros* para colocar en duda la autoridad del dueño-entrenador -y del dispositivo, al menos en una de sus partes- uno de los más importantes es el cuerpo que, con el paso del tiempo, se fue haciendo más *grosso* que el de Andrés. Esta característica in-corporada los reviste de poder, los habilita a entrenar solos y a moverse con bastante autonomía en el *Boulevard*. Debido a esto, la

distancia jerárquica entre Andrés y los *fierreros* se acorta. Por eso, si tuviéramos que rearmar una nueva pirámide, en función de los cambios que el grupo estable del *Boulevard*, o sea los *fierreros*, produce en el lugar a partir del despliegue de un conjunto de tácticas, se vería del siguiente modo:



El status de Andrés sigue siendo superior al del resto. En algunos aspectos específicos, el sigue “mandando”, como por ejemplo a la hora de restringirle la entrada al lugar a alguien. En otros aspectos, como en la definición de los recorridos de entrenamiento ya no tanto, porque la acumulación de capital-corporal-trabajado -y hecho carne- les permitió a los *fierreros* colocarse en un lugar de igualdad a Andrés. Sin embargo, la lógica del dispositivo sigue “pesando más”, por lo que Andrés no pierde el lugar de mandamás en el *Boulevard*.

Ahora, al desplegar una serie de tácticas que valorizan el trabajo entrenado del cuerpo, específicamente el trabajo más ligado a la fuerza y la potencia física, los *fierreros* pudieron hacerse de una cuota de poder importante en el lugar, pero también crearon “alter-egos” de ellos, como son los *barriletes*. Estos últimos ocupan el tercer estrato de la pirámide. Aunque se trata de un grupo sumamente inestable, como ya vimos, porque algunos de sus miembros se van del gimnasio después de unos pocos

meses, mientras que otros pasan a formar parte de los *fierreros* si es que pueden sumar tiempo, entrenamiento y capitales; a priori ellos solo poseen “en potencia” la capacidad de someter el cuerpo al trabajo de fuerza que sirve para hacerse de una posición jerárquica privilegiada en el gimnasio. Sin embargo, mientras no hagan de esa potencia un cuerpo, mediante el trabajo con los *fierros*, van a mantener su condición de *barriletes*, y tendrán muchas menos posibilidades de desplegar “tácticas” parecidas a la de los *fierreros*, las cuales les permitirían posicionarse mejor en el espacio-gimnasio.

Hemos visto en este capítulo, al igual que en el I, que el dispositivo de entrenamiento organiza el espacio-*Boulevard* en función del género, y reviste en muchos aspectos características totalmente machistas. Las mujeres del lugar son conducidas por el mismo dispositivo hacia espacios femeninos, como ya hemos visto, máquinas que incluso tienen adosadas sobre sí calcomanías que dicen “de uso exclusivo femenino”. Este aspecto del dispositivo no es puesto en discusión por el accionar de los *fierreros*, por lo que permanece inalterable, tal cual lo propone la lógica dispositiva. Asimismo, aquellas mujeres que intentan superar estas barreras (si es que lo intentan y no se conforman con lo que el dispositivo les ofrece como “propuesta”), lo cual parece no suceder muy frecuentemente, porque, como ya hemos visto, ellas reifican todas estas representaciones del cuerpo “*porque no quieren estar como ellos*”, son vistas como “*bichos raros*” que entrenan “*de más*”, una mezcla extraña entre fisicoculturista y mujer que, para los *fierreros*, atenta contra la supuesta esencia de su “femineidad profunda”.

Aún mucho más marginado es el lugar de quienes tienen más de cincuenta años de edad. Aunque el límite construido gira en torno a esa edad-promedio, éste no debería pensarse de modo estático, por el contrario es sumamente difuso, es más bien una frontera “en torno a” ese número, pero en realidad en torno a sí pueden o no hacer la misma fuerza que los *fierreros* más jóvenes del lugar. Todos ellos son los que tienen menos poder en el *Boulevard*. Por eso, habitan los horarios menos frecuentados, así como los espacios del *Boulevard* también más secundarios, más aeróbicos, todos los aparatos en los que no es necesario demostrar fuerza física ni potencia corporal. Es decir, no solo en función del género se estructura este espacio, sino también alrededor de la idea de juventud, la cual está ligada a la potencia, a la fuerza, a un cuerpo poderoso; en el fondo a estas personas lo que les falta es la juventud masculina, principio alrededor del cual en el *Boulevard* se organiza todo. Por todo esto, las mujeres que han superado la barrera de los cincuenta años tienen un rol doblemente estigmatizado, porque son mujeres y mayores. En un espacio estructurado en función de

la antinomia masculino-femenino, y donde la norma-valor fundamental parece ser la juventud masculina⁶⁹, ellas poseen un rol totalmente relegado.

En el tercer y último capítulo de esta tesis indagaremos una serie de prácticas de consumo-inversión, que si bien son llevadas a cabo la mayoría de las veces fuera del espacio *Boulevard*, sirven para suplementar las posiciones logradas dentro de la jerarquía por la acumulación de capital corporal trabajado. Sin embargo, estas inversiones no son gratuitas, por el contrario requieren de gastos económicos onerosos, por lo cual ya no solo se trata de “*trabajar duro con los fierros*” sino también de contar con el capital necesario para ponerlo al servicio de esta práctica de entrenamiento físico-corporal.

⁶⁹ Volvemos a recalcar que esta norma-valor tiene ese carácter “fundamental” solo si es vista desde el punto de vista de los *fierros*. De seguro hay otras construcciones y/o reapropiaciones alternativas de la propuesta dispositiva, que otorgan más valor a otra noción distinta a la de “juventud masculina”, que desarrollan los diversos grupos de mujeres que frecuentan el *Boulevard*.

Capítulo III. Un menú variado de consumo-inversión corporal

Es necesario que el individuo se tome a sí mismo como objeto, como el más bello de los objetos, como el más precioso material de intercambio, para que pueda instituirse, en el nivel del cuerpo deconstruido, de la sexualidad deconstruida, un proceso económico de rentabilidad.

Jean Baudrillard, “El objeto de consumo más bello: el cuerpo”, en *La sociedad de consumo, sus mitos, sus estructuras*, Madrid, Siglo XXI, 2009.

Hasta aquí hemos hecho lo siguiente: en primer lugar, en la Introducción de esta tesis, dimos cuenta de la manera en que se propagaron los gimnasios de entrenamiento recreativo y/o deportivo por la ciudad de Buenos Aires y sus alrededores, sobre todo a partir de la década de 1990. También mostramos la importancia que reviste estudiar estos espacios, debido a que alrededor de concurrir y pertenecer a ellos, muchas personas están construyendo parte de sus identidades personales. Para estudiar mejor esto último, elegimos uno en particular como el *Boulevard*, y en el capítulo I mostramos como está estructurado internamente. Para explicar mejor esa organización interna, recurrimos a la noción foucaultiana de “dispositivo”, donde una red de elementos de toda índole, discursivos y no discursivos, se despliega para organizar actividades, recorridos y jerarquías espaciales y entre los actores. Como no todo es poder disciplinar, en el capítulo II retomamos la noción de “táctica” de De Certeau, a partir de la cual interpretamos cómo un grupo específico del *Boulevard*, el de los hombres jóvenes que entrenan con los *fierros*, los *fierreros*, se apropia de algunas de los elementos del dispositivo y los reutiliza para “empoderarse”, a la vez que les dan sentidos nuevos a las prácticas que ellos realizan sobre sus cuerpos.

En este tercer capítulo y último de la tesis, nos dedicaremos a analizar el consumo de bienes materiales y simbólicos que hacen los *fierros*. Y esto debido a que, como afirma Tevik (2006) siguiendo a Douglas e Isherwood (1979), creemos que los bienes son “buenos para pensar”, por las asociaciones sociales que evocan esos bienes (2006:123).

El papel que la lógica de mercado juega en la práctica de hacer *fierros* reviste demasiada complejidad, por lo tanto fue necesario dedicarle un capítulo completo a su estudio, separado de aquel sobre el dispositivo de entrenamiento de los cuerpos, así como del destinado al “trabajo” como forma de acumulación de capital corporizado. Además de ello, colocar este capítulo a continuación del dedicado al trabajo corporal tiene otra razón. El consumo de bienes, que los *fierros* del *Boulevard* lleva a cabo, se inicia y/o toma vigor justamente cuando, según ellos, se ha alcanzado un *límite* en el trabajo. Hasta ese punto, el trabajo del cuerpo era más que suficiente, era posible acumular capital utilizando lo que el cuerpo tenía para dar “*naturalmente*”, como suelen decir los *fierros*. Alcanzado ese límite, es momento de ampliar el repertorio de prácticas y comenzar, en primer lugar a reacondicionar la dieta al trabajo, y en segundo término a *suplementar* el cuerpo externamente porque éste ya no se basta a sí solo.

Como veremos en este capítulo, lo que entra dentro del concepto de “suplemento” es una variada gama de objetos de consumo que cubre desde, los suplementos alimenticios, alimentos concentrados que vienen a suplir las falencias de la dieta, hasta los esteroides anabólicos, los suplementos químicos. Así resulta que, para continuar la carrera entrenada en el *Boulevard* de manera exitosa, ya no basta con “*trabajar duro*”, ahora también es necesario comenzar a hacer inversiones sobre el cuerpo, las cuales se realizan utilizando y/o combinando todo un repertorio de productos. Es decir que, para seguir maximizando las ganancias corporales logradas hasta este punto, al mismo tiempo que para no perder una posición de poder consolidada en el *Boulevard*, ahora es necesario sumar más capital económico: al tiempo libre disponible que había que tener a priori para dedicarlo a esta práctica de entrenamiento y al pago de una cuota mensual, se agrega ahora más dinero para solventar los nuevos gastos ocasionados por los *fierros*. Todo esto nos revela un aspecto de la práctica de *hacer fierros* que no había mostrado tal importancia hasta aquí, por lo que podría pasar desapercibido: para convertirse en un “*fierro exitoso*” y seguir portando el cuerpo legítimo en el *Boulevard* es necesario, no solo estar dispuesto a “trabajar duro”, sino

también poseer el capital económico necesario para hacer una inversión cada vez más onerosa sobre el cuerpo a fin de complementar el trabajo.

Sin embargo, este aspecto más mercantil de la práctica pretende ser velado por el dispositivo de entrenamiento detrás de una serie de clichés tales como *valorar la confianza en uno mismo o tener fe en sí*, que se hacen presentes en el *Boulevard* a través de muchos elementos dispositivos, como por ejemplo los pósters, los carteles y/o las imágenes, a los que hemos analizado en el capítulo I. Estos clichés aparecen justamente para plantear la idea de que existe un escenario igual para todos, donde solo se requiere confianza, fe, voluntad y mucho trabajo, a la vez que surgen para ocultar el peso de las inversiones económicas corporales, las cuales, como veremos en este capítulo, juegan un papel más que preponderante en la construcción de este tipo especial de “hombre entre los fierros”. Al respecto de esto, transcribo una conversación con Néstor, algo larga pero sumamente esclarecedora:

Néstor: Creo que quizás deberías añadir que el culturismo evolucionó más en los países más desarrollados donde hubo mayor cultura individual, ahí donde mencionas la cultura californiana (**se refiere a un texto mío que leyó**) me sentí identificado...

Yo: Voy a anotar eso...porque sino después me olvido.

Néstor: Y mencionar que el tema de la superación individual está plasmado en el cine como en *Rocky I* de 1975, donde un tipo pobre de Filadelfia, un pobre pugilista, “a pesar” de ello, sigue al frente dando batalla, bah lo digo, porque *Rocky* es como un crucifijo en esta religión, una imagen simbólica del mundo este, bah capaz que lo digo es una pavada...

Yo: No, no, eso que decís es muy lúcido, está presente en las revistas, esa cosa de “confiar en uno mismo”.

Néstor: Sí, me cansé de leer esa estupidez, siempre todos dicen eso, sin darse cuenta que en realidad son parte de algo mayor, que es un estrato social.

Yo: Si, como si uno pudiera hacer cualquier cosa, lo que quiera.

Néstor: Amén de casos particulares, es la idea de la clase media, aunque esto tiene que ver con temas ajenos, como por ejemplo cuando hay elecciones, yo en mi *gym* a veces indago, lo puedo hacer, tengo el respeto ganado y puedo tocar temas ajenos como preguntar a quiénes votan, y la mayoría te

tira un Macri por ejemplo, ellos pueden pagarse una salud privada...Supongo que el tema de los *fierreros* es más largo, pero esto hay que mencionarlo; que el hecho de ser *fierrero* es un apéndice clasista...bah, a mi mucho no me escuches, ¿Cómo no voy a confiar aún en el siglo XXI en el clasismo, si siempre te hablo de Lenin? (Risas) (Diálogo de campo con Néstor del 10 de agosto de 2011) (la negrita es mía).

Retomando a Baudrillard, cuando el autor escribió *La sociedad de consumo* en 1970, dedicó uno de los apartados de la tercera parte de la obra a lo que él denominó “el objeto de consumo más bello”: el cuerpo. Según el autor, el cuerpo es objeto de un redescubrimiento “que, bajo el signo de la liberación física y sexual, se produce después de una era milenaria de puritanismo” (2009:155). Si bien en una lectura más contextualizada de ese párrafo pareciera que el autor estaba refiriéndose al cuerpo femenino antes que al masculino, en las últimas décadas, sus dichos bien podrían hacerse extensivos también al cuerpo de los hombres, porque se ha transformado, para ellos, en un objeto de idéntica atención prioritaria. La aparición del hombre “metrosexual” parece ser un buen ejemplo de lo antedicho. Este nuevo “modelo de hombre” surgió a fines del siglo XX y parece gozar de plena vigencia también a principios del XXI. Caracterizado como un “hombre urbano heterosexual con gran sentido estético”, o como ese hombre que “gasta tiempo y dinero en su apariencia y en ir de *shopping*”, o como aquel varón “qué está dispuesto a reconocer su lado femenino” (Flocker, 2003), para entender este nuevo modelo de masculinidad, resulta fundamental prestar atención a la dimensión del consumo de bienes e imágenes.

Aunque nunca lo hemos indagado, es muy probable que los *fierreros* del *Boulevard* jamás se consideraran a sí mismos como “metrosexuales”⁷⁰. Sin embargo, entre metrosexuales y *fierreros* creemos que sí existe una conexión, porque al igual que entre los primeros, para construirse en un hombre-*fierrero* también es necesario desarrollar todo un repertorio de consumo de bienes.

Baudrillard también sostuvo, hace ya más de cuarenta años, que la presencia del cuerpo “en la publicidad, en la moda, en la cultura de masas -el culto higiénico, dietético, terapéutico de que se lo rodea, la obsesión de juventud, de elegancia de

⁷⁰ Es solo una conjetura teórica, aunque fundamentada. El metrosexualismo parece caracterizarse por hacer aflorar el lado femenino del hombre, aspecto que no aparece como importante de resaltar entre los *fierreros*. Por el contrario, como hemos visto en el capítulo II, ellos tratan de exaltar todos los aspectos más “viriles” de la masculinidad, como la potencia y/o la fuerza física por ejemplo.

virilidad/feminidad, los tratamientos de belleza, los regímenes, las prácticas sacrificiales asociadas a él, el Mito del Placer que lo envuelve- son todos testimonios de que el cuerpo hoy ha llegado a ser *objeto de salvación* (2009:155). Hoy día, todas esas definiciones parecen seguir teniendo vigencia y son adaptables tanto al cuerpo de las mujeres como de los hombres, porque, como ya dijimos, en lo que respecta al acto específico de consumir, los varones ahora tienen un abanico igual de amplio que las mujeres, una oferta de bienes variados que tienen a su cuerpo como destinatario de ese consumo.

Así entonces, para comprender las diferentes masculinidades (Connell, 2003) de las sociedades contemporáneas parece ser importante prestar atención al consumo de determinados objetos que los hombres hacen, lo cual se revela como un aspecto sumamente novedoso en este campo de estudios. Por ello, lo que proponemos a continuación es prestar atención al consumo que los *fierreros* del *Boulevard* realizan de imágenes, símbolos y productos varios, donde intervienen restricciones de corte económico, pero también otras de índole más moral. Acceder a tales bienes implica entrelazadamente mayores gastos dinerarios, pero también tomar decisiones respecto a los límites que uno ha decidido traspasar y/o está habilitado para afrontar con su propio cuerpo. Todos estos consumos-inversiones que aquí estudiaremos tienen al cuerpo como objetivo-meta de esas prácticas, y en él se encarna gran parte de la identidad masculina de este grupo de hombres jóvenes que frecuentan el *Boulevard* a diario.

El modelo para armar: grosos pero marcados

Retomando algunos de los aportes del capítulo I, allí habíamos observado que en el *Boulevard* se intersectan imágenes corporales variadas, que sirven como modelos a quienes frecuentan el lugar. El saber médico, el saber de la educación física, el que propone la disciplina fisicoculturista y el que proyecta la publicidad de los suplementos nutricionales, la indumentaria deportiva y otros productos que tienen al cuerpo como objeto de consumo-inversión privilegiado, proponen imágenes variopintas que quienes entrenan en el *Boulevard* las adoptan, ya sea alguna en particular o todas al mismo tiempo. En el caso de los *fierreros*, ¿qué es lo que hacen ellos con todas estas propuestas discursivas? Combinarlas. Ellos las adoptan, las hacen suyas y las relacionan en una fórmula que intenta compatibilizar los que consideran rasgos “positivos” de

algunos de los discursos: es un experimento que se realiza en el cuerpo propio y que intenta adherir a él tanto la idea de “saludabilidad”, por un lado, como la de “grandeza” del cuerpo, otro aspecto que también seleccionan. Para ello, los *fierreros* intentan estar *grosos*, pero sin embargo, *marcados*.

La fórmula “*grosos pero marcados*” es una creación original que los *fierreros* hacen con las imágenes, los discursos y los saberes que los interpelan en el *Boulevard*. Lejos de ser un proceso mecánico por el cual ciertos discursos poderosos introyectan imágenes-modelos en los sujetos, los entrenados del *Boulevard* eligen unas y descartan otras, aunque obviamente sobre un repertorio limitado. Sin embargo, esto no contradice el hecho de que se trata de una construcción autónoma que el grupo lleva adelante con sus propios medios.

Ellos crean la fórmula *grosos pero marcados*, y la tienen como mira de sus objetivos corporales, porque a su alrededor también fueron modelando su modo de entender la masculinidad. *Groso* pero *marcado* quiere decir que el cuerpo tiene acumulado tamaño muscular exuberante, por eso es *groso*, al mismo tiempo que, también en términos nativos, está lo suficientemente “*limpio*” de grasa corporal, sobre todo en la zona media, y sobresalen unos abdominales fuertes, duros, pero sobre todo bien visibles, razón por la cual está *marcado*. Prestar atención a la fórmula *grosos pero marcados* es importante no solo por lo que significa en el cuerpo, sin también por el imaginario que evocan ambos términos: *groso*, en el *Boulevard*, está relacionado con alguien que tiene potencia, vigor y fuerza física; en cambio, *marcado*, tiene que ver con que, aunque construyó músculo masivamente, no ha perdido las formas y las líneas musculares debajo de una “montaña de músculos”, por lo que también es ágil y ciertamente flexible. Si tuviéramos que asociar cada término a una parte corporal, *groso* estaría emparentado con el tamaño de la espalda o los brazos, mientras que *marcado* estaría en relación con unos abdominales visibles y notorios, como ya dijimos. Se trata de una combinación siempre frágil, porque estar demasiado grande más que *groso* significa estar “gordo”⁷¹, mientras que estar *demasiado marcado* implica *achicarse*⁷².

⁷¹ “*El gordo que se hace el grueso*” es una frase despectiva de uso corriente en el *Boulevard*. Generalmente, los *fierreros* la utilizan para señalar a alguien que con poco tiempo de entrenamiento, pero con mucho peso corporal, quiere equipararse con ellos. Desde la óptica compartida del grupo, y con un argumento que se fortalece en sus cuerpos, ellos tienen kilos de músculo construido en base al trabajo, mientras que el primero tiene kilos de grasa no producidos con el esfuerzo físico.

⁷² La contracara del “*gordo que se hace el grueso*” son aquellos que tienen cuerpos extremadamente delgados y que por ello pretenden mostrarse como bien *marcados*, sobre todo en la zona abdominal. Otra vez, para los *fierreros* como Néstor por ejemplo, ellos eran *larvas* que no estaban *marcados* por haber entrenado mucho, sino porque jamás habían entrenado y su contextura era “naturalmente” así. La crítica

Construir un cuerpo *grosso pero marcado* también es una táctica de los *fierreros* para situar su corporalidad a “mitad de camino” entre varios de los discursos que los interpelan, para colocarse entre lo “saludable” y lo “grande”, por ejemplo, y así, imbricar solo de connotaciones positivas a su cuerpo. Así entonces, conviene que el cuerpo esté *marcado* porque lo ajusta, en cuanto al peso, a los parámetros que estipula el saber médico⁷³, mientras que por el otro lado, el cuerpo *grosso* demuestra poseer “grandeza física” y asimilarse -aunque sea en algún aspecto- a lo que propone el patrón fisicoculturista, que también es imperante en el *Boulevard*, aunque a esos modelos de cuerpo le hayan incorporada varias modificaciones, porque los *fierreros* no parecen aspirar a ser fisicoculturistas, sino solo a tener físicos *grossos pero marcados*. Y esto último es central. Porque sin el análisis adecuado, podría creerse que los *fierreros* son un grupo de hombres desarrollando una carrera cuya meta es transformarse en fisicoculturistas a futuro, cuando por el contrario, ellos no parecen tener pretensiones competitivas⁷⁴, sino tan solo desean adecuar su cuerpo dentro de unos límites imaginarios, *grossos pero marcados*, a la vez que buscan mantenerse alejados de las corporalidades que creen “desviadas”, entre las cuales el tipo fisicoculturista es una de ellas por “exceso” de volumen⁷⁵, mientras que por el otro lado, un cuerpo sin entrenamiento *fierrero* lo es por la “falta” de peso y músculos.

Para tener ese cuerpo, los *fierreros trabajan* a diario, como ya hemos visto en el capítulo anterior. Sin embargo, luego de determinados momentos de quiebre, para que ese trabajo siga siendo exitoso, se requieren de unas inversiones en y sobre el cuerpo, como dijimos al inicio de este capítulo, que solo pueden llevarse adelante si se cuenta con un determinado capital económico y con recursos culturales que son aprendidos en su mayoría en el *Boulevard* respecto a cómo y en qué momentos realizar las inversiones.

sobre ellos apuntaba en sentido inverso: a ellos lo que les falta son músculos, más allá de lo muy *marcado* que estén sus cuerpos.

⁷³ El discurso del saber médico genera una noción de cuerpo en función de un patrón clínico, el índice de masa corporal (IMC), que correlacionando peso y altura determina que el “cuerpo correcto” es aquel que está en una relación de coordinación: a una altura corporal dada una cantidad de kilos determinados por intervalos, ni más ni menos. Estar dentro de esos intervalos transforma al cuerpo, por lo menos desde la relación altura-peso en “saludable”, y, por el contrario, el cuerpo que no se ajusta a los parámetros de ese patrón clínico es incorrecto, no correlacionado, enfermo, y requiere ser intervenido, ya sea, debido a su sobrepeso o a su bajo peso.

⁷⁴ Santiago tiene anhelos fisicoculturistas, pero su caso parece representar más bien la excepción que la regla dentro del grupo.

⁷⁵ Por eso, muchos de los *fierreros* respondían, cuando les preguntaba su opinión respecto a los cuerpos de los grandes fisicoculturistas norteamericanos, que “*ya era demasiado*”, “*que no les parecía bien tanto*” o hasta que “*esos cuerpos no eran normales*”.

Explicado cuál es el “modelo para armar”, o sea el cuerpo de tipo *groso pero marcado*, ahora es turno de dar cuenta sobre el cómo se puede y/o debe hacer, de qué manera y mediante que herramientas la operación será llevada a cabo de manera exitosa. Existen tres prácticas de consumo-inversión necesarias para dar continuidad al experimento de construir un hombre entre los *fierros*, y todas son bastante onerosas⁷⁶. Esas prácticas son de tres tipos: dietarias, suplementarias y anabólicas. Todas ellas comienzan a hacerse cada vez más necesarias, casi imprescindibles, única garantía de éxito para continuar la carrera entre los *fierros*. En orden de gasto-inversión, las prácticas dietarias parecen ser las más económicas, mientras que las referidas al gasto de suplementos son algo más costosas. En último término, el consumo de anabólicos es la más onerosa de las tres, es la consagración del cuerpo a una práctica reservada para pocos, exclusiva para aquellos que tienen mayores recursos para costearla.

Todo el conjunto de prácticas parece organizarse de acuerdo a un “recorrido”, que consta de tres etapas, y donde primero debe adaptarse el consumo de alimentos, luego, cuando se “*aprende a comer*” según los *fierros*, hay que comenzar a experimentar con los suplementos dietéticos, para, finalmente, cuando se ha aprendido a utilizar la máquina-cuerpo⁷⁷ a la perfección, se pasa a la última fase, se comienza a hacer uso de las sustancias químicas. En este “recorrido”, ninguno de los consumos se va descartando, ya que a medida que se agrega uno nuevo, también se acumula a los anteriores. Es decir, al final de la carrera, cuando empiezan a experimentar con las sustancias anabólicas, los *fierros* mantienen dentro de sus consumos, aquellos que ya han incorporado previamente, o sea, los de los alimentos y suplementos dietéticos. A continuación daremos cuenta con más nivel de detalle de que trata cada uno de estos consumos-inversiones sobre el cuerpo.

⁷⁶ Que se suman al gasto de la cuota mensual del *Boulevard*, única manera de tener acceso a este espacio de entrenamiento privado no habilitado para todos. Los \$ 30 pesos que antaño se abonaban como cuota, y que habilitan a frecuentar el lugar, se han transformado actualmente en \$ 150, sin embargo continúa siendo un gasto que la mayoría de los que allí asisten parecen poder afrontar bastante holgadamente destinando parte del presupuesto personal. En términos comparativos, la cuota mensual del *Boulevard* es bastante parecida a la de otros gimnasios cercanos de características similares. En cambio, si la comparamos con la de los “gimnasios-cadena” *Megatlón* o *Sport Club* cercanos es una cuota barata, porque la de estos últimos es entre dos tres veces más cara dependiendo del tipo de “membresía”, y debido a que las actividades que allí se ofrecen son mucho más variadas, desde natación y artes marciales hasta aeróbicos de todo tipo.

⁷⁷ Pensar al cuerpo como una máquina es una de las analogías más frecuentes en los gimnasios de *fierros*. Solo a modo de ejemplo, una de las tantas frases que interaccionan entre sí en el *Boulevard* nos indicaba “*no entrenes con máquinas, convertite en una*”.

¿Las cuatro comidas diarias?: O cómo alimentarse como un fierrero

Para los *fierreros*, la dieta se transforma en una dimensión fundamental de la vida, porque puede ser totalmente reconvertida a las metas del trabajo con el cuerpo. *Comer bien es incluso más importante que entrenar*, me dijeron en muchas ocasiones varios de los *fierreros* del *Boulevard*, y esto era así debido a que de ese modo se maximizaban los resultados y/o se alcanzaban más rápidamente.

Consumir alimentos, por eso, cobra un nuevo sentido: para potenciar el trabajo corporal es necesario, antes que disfrutar de ellos, utilizarlos, combinarlos y organizarlos racionalmente de acuerdo a los objetivos corpóreos de estar *grosos* pero *marcados*, seleccionando algunos y desestimando otros. Sin embargo, hay que destacar que los *fierreros* no consideran a los alimentos como suplementos, aún cuando si observamos el nuevo modo en que ellos empiezan a comer, éste también parece estar teñido de la misma lógica suplementaria que rige para los suplementos nutricionales y/o los químicos, como veremos después. De todos modos, para ellos, la dieta no es un suplemento. Quizás, y solo como una conjetura teórica, esto tenga que ver con el hecho de que los dos últimos tipos de consumo constituyen una novedad en la vida de los *fierreros*; porque ellos no utilizaban ni suplementos dietéticos ni anabólicos antes de comenzar su carrera entrenada, y aparecen ahora como dimensiones nuevas y “suplementarias”. Los alimentos, en cambio, ya estaban ahí y eran consumidos a diario, por lo que no son elementos nuevos que aparecen como suplemento, sino que son parte de aquello que es necesario “suplementar”. Por ello, antes que de una incorporación suplementaria, se trata de una reconversión del consumo alimenticio a la lógica del suplemento, y a los fines de estar *grosos* pero *marcados*.

El saber médico nos recuerda casi a diario que es necesario, para mantener nuestro cuerpo saludable, realizar cuatro comidas diarias y, según algunas recomendaciones más precisas, éstas deberían extenderse a seis pequeñas ingestas distribuidas a lo largo del día (Ver, por ejemplo, Cormillot, 2012). El modo en que los *fierreros* se alimentan tiene elementos en común con lo anterior. Por ejemplo, y quizás esta sea la coincidencia más clara, ellos consideran que su cuerpo debe ser alimentado entre cuatro y seis veces diarias, algunas más también serían convenientes. Sin embargo, en el aspecto que más se distancian de la propuesta médica es en la cantidad de alimentos y calorías totales que ellos piensan deben ingerirse.

Los *fierreros* duplican y a veces triplican el total de alimentos que una persona promedio consume a diario. Es decir, si las recomendaciones de las etiquetas de los alimentos que consumimos a diario nos recuerdan que la ingesta promedio de calorías de una persona “normal” es de dos mil calorías, también debemos decir que este criterio no es acatado por ningún *fierrero*. Ellos llevan adelante dietas de cuatro mil, cinco mil y a veces hasta seis mil calorías. Estas dietas parecen basarse en la consigna “comer y comer, y después si queda algo de tiempo, seguir comiendo”, aunque los alimentos son incluidos o quitados de acuerdo a los objetivos en mente, ya sea estar más *grosos*, o acentuar más el *marcado* del cuerpo.

Marcelo, por ejemplo, me contó que en una ocasión que “*salió a bailar*” se le ocurrió llevar un *tupper* con comida. Cuando intentó pasar el control de seguridad los *patovicas* se sorprendieron pero lo dejaron pasar, porque según él lo reconocieron como un “par”, como alguien que entrenaba y no podía pasar seis horas dentro del lugar sin ingerir alimentos ni suplementos. Iván, por su lado, compraba latas de atún al por mayor, para abaratar costos. Lionel, quien me pedía a veces consejos, me preguntó si me parecía una buena idea agregarle atún al batido de proteína en polvo, para sumar más proteína a la ingesta, a lo cual respondí que me parecía una idea pésima, más por el sabor desagradable de la mezcla de vainilla con atún, que por lo cierto o no de que esa mezcla fuera realmente efectiva.

Los *fierreros* realizan una selección minuciosa de los alimentos que van a ingerir, pensando más en sus cualidades que en disfrutarlos. Siempre prefieren las comidas que aportan altas dosis de proteína, la principal herramienta para construir músculos macizos, y esto es independiente del período de entrenamiento, ya sea en época de *volumen* o de *definición*, siempre es necesario priorizar dietas proteicas. Por tal motivo, el consumo abundante de carne, pollo, pescado y huevos es condición casi *sine qua non*, porque asegura la ingesta diaria necesaria de esos nutrientes. Asimismo, la priorización de carbohidratos complejos como el arroz, las pastas o la avena, por encima de los carbohidratos simples, los cuales son relegados o directamente excluidos de la dieta, se conjuga con el consumo de algunas frutas, entre las cuales la banana suele ser la preferida debido a sus mejores aportes nutricionales.

El consumo de todos estos alimentos varía y es combinado de forma diferente según los objetivos físicos perseguidos, como dijimos en el párrafo anterior, ya sea porque se requiere aumentar de peso para estar más *grosos*, o, por el contrario, comenzar a *marcar* la musculatura y acentuar la *definición* corpórea. De todos modos,

en cualquiera de las dos opciones, toda la gama de productos alimenticios que ellos utilizan es bastante más costosa si se la compara con otros “menús” más “comunes”, a base de galletitas, bizcochos o cualquier alimento rico en azúcares que aunque proporcionan energía, no son adecuados para la nutrición que necesita el cuerpo *fierrero*. Por todo esto, difícilmente el desayuno de un *fierrero* conste de “mate con galletitas o facturas”, por ejemplo, como podría hacerlo cualquier “persona promedio”, por el contrario, es mucho más probable que combine unos huevos cocidos o crudos con medio litro de leche, miel, almendras y algún cereal⁷⁸.

Bourdieu sostuvo que el gusto en materia de alimentos no puede ser autonomizado de las otras dimensiones de la “relación con el mundo” que cada clase va construyendo sobre sí. El gusto alimenticio, para el autor, “depende también de la idea que cada clase se hace del cuerpo y de los efectos de la alimentación sobre el mismo, es decir, sobre su fuerza, su salud y su belleza, y de las categorías que emplea para evaluar estos efectos, pudiendo ser escogidos algunos de ellos por una clase e ignorado por otra” (1988:188). En el caso de los *fierreros* del *Boulevard* podemos indicar, siguiendo a Bourdieu, dos cosas: en primer lugar que el consumo de alimentos que ellos hacen está relacionado, como venimos viendo, con expectativas corporales basadas en las imágenes del cuerpo que se han apropiado en el *Boulevard*. Es decir, cuando realizan esta selección de alimentos suplementarios están también tomando decisiones acerca de la mejor manera, desde su punto de vista, para asemejarse a las formas corpóreas que desean. En segundo lugar, lo que para ellos resulta fundamental, para otras personas, con otras expectativas corporales, puede pasar totalmente desapercibido. Primero, porque una persona que no entrena a diario su cuerpo en el gimnasio no ha hecho suyas las imágenes que allí interpelan a los *habitués*. Segundo, pero relacionado con lo antedicho, esa persona que no asiste a entrenar al *Boulevard* tampoco considera como una necesidad “suplementarse” a sí mismo para mejorar la forma corporal, ya que no experimenta que a su cuerpo le “falte” algo. En todas las decisiones que toman los *fierreros* para acercarse al cuerpo que desean, interviene, aunque no exclusivamente, la pertenencia de clase social acomodada, media y/o alta, al menos en el sentido de que la construcción de un cuerpo vinculado a ciertas imágenes ideales requiere de “saber leer” el modelo para armar, aprehenderlo de algún modo, trabajar para construirlo y realizar

⁷⁸ Dado que es bastante difícil describir una dieta de estas características, he agregado en el Anexo III un modelo típico que *Andrés*, a pedido, sugiere a quien le solicita una dieta *fierrera*.

toda una serie de consumos-inversiones que demandan un poder adquisitivo bastante holgado⁷⁹. Finalmente, aunque algo de la lógica del suplemento puede verse en los usos que hacen los *fierreros* de los alimentos, ésta se observará mucho más claramente a partir de la incorporación de los suplementos nutricionales y/o deportivos propiamente dichos.

El suplemento de la dieta

Etimológicamente, el significado de la palabra “*suplemento*” indica que se trata de un objeto que viene a completar una entidad, ya sea porque esta última está incompleta, o porque debe perfeccionarse. Desde esta perspectiva, el consumo de un suplemento nutricional deportivo se realizaría a fin de completar algo que le falta a la dieta del cuerpo, o bien a fin de mejorarla.

La primera vez que escuché que *para entrenar el cuerpo había que usar suplementos*, me llamó la atención. Sin embargo no indagué más en ese momento. Con el tiempo sí empecé a preguntarme: ¿Qué es un suplemento? ¿Por qué se denominan suplementos? ¿Para qué se utiliza un suplemento? Los suplementos nutricionales deportivos conforman un grupo de productos que tiene funciones diversas. Según hemos observado sirven a fines tales como optimizar el rendimiento físico, favorecer la reparación muscular, ganar peso o quemar grasas. La comercialización de estos productos ha crecido tanto en las últimas décadas que ha terminado constituyéndose en uno de los mercados más modernos, dinámicos y de mayor expansión en el mundo (Schjøll, 2009)⁸⁰.

Desde la perspectiva de los representantes de la industria, el público-consumidor de estos productos no estaría constituido exclusivamente solo por quienes entrenan en los gimnasios, por el contrario, su “target”⁸¹, en sentido amplio, estaría conformado por todas las personas que practican algún deporte, práctica corporal o disciplina física. Más

⁷⁹ Quizás en este último aspecto sea donde interviene el componente de clase social más claramente, como limitante económico a la hora de realizar y/o incorporar consumos-inversiones monetarias.

⁸⁰ En nuestro país, muchos locales dedicados a otro tipo de productos nutricionales -panes, galletas, aceites, dulces, etcétera, considerados, en términos amplios, “saludables” y/o “lights”- han incorporado en su stock a los suplementos, diversificando aún más su oferta. Incluso también, muchas farmacias grandes, incluida la principal cadena de la ciudad de Buenos Aires, los distribuye con éxito. Junto a los gimnasios, todos estos lugares constituyen el “mercado natural” de los suplementos.

⁸¹ Según Guerschman (2011), Dvoskin sostiene que “target”, en inglés, significa “blanco” u “objetivo” y alude al grupo o público al cual una empresa pretende dirigir un determinado producto o servicio (2004:43).

específicamente, según reza la publicidad de una marca de suplementos reconocida, estos productos “cubren las necesidades del deportista de alta competencia, del amateur y de las personas que cuidan su cuerpo a través de la actividad física”. Como puede observarse, esta definición es tan amplia que parece alcanzar a cualquier persona (sin diferencia de edad, tipo de ejercitación o grado de avance entrenado), incluso a quienes no realizan ninguna práctica física y/o deportiva. Sin embargo, a pesar de esto, las personas que entrenan en gimnasios parecen ser uno de sus principales consumidores. Así lo observamos a lo largo del trabajo de campo etnográfico y, justamente, quienes más lo hacen parecen ser los *fierreros*.

A la dieta, entonces, ellos le suman los suplementos nutricionales adecuados: un ganador de peso en polvo, en el caso de que se desee ganar kilos, una proteína de suero lácteo, la más utilizada por todos en el *Boulevard*, o de huevo, ambas también en polvo, creatina, glutamina y quemadores de grasa. Todos estos son los más utilizados, aún a pesar de ser sumamente costosos, más aún si son importados, y conforman la “canasta básica” *fierrera*.

Como me señalara el dueño de una tienda de nutrición deportiva ubicada en el barrio de Caballito, a la que muchas de las personas que entrenan en los gimnasios cercanos acuden a proveerse de estos productos, incluido varios *fierreros* del *Boulevard*, el gasto promedio básico de sus clientes-entrenados “arranca” con los \$ 200 pesos, con lo cual solo pueden comprar una proteína mensualmente. Algunos otros gastan \$ 500 pesos por mes, con lo cual pueden agregar a la proteína una creatina o una glutamina. Sólo unos pocos, según él, desembolsan alrededor de \$ 1000 pesos por mes en suplementos: a la proteína y la creatina o la glutamina, también le suman un quemador de grasa, u óxido nítrico en cápsulas, el “*suplemento de moda*” desde hace unos pocos años. Esta lista de compras puede agrandarse mucho más, siempre y cuando se disponga del capital económico necesario⁸².

Del uso de suplementos, al igual que sucedía con el de los alimentos, como vimos en el apartado anterior, los *fierreros* suelen hablar con libertad, “sin demasiadas reservas” frente a quienes no pertenecen al “entorno”, porque son aspectos que consideran dignos de exhibir, porque son parte del “sacrificio” que realizan sobre si y sobre sus cuerpos, que son sinónimos de voluntad, dedicación y esfuerzo entre otros atributos considerados socialmente como positivos.

⁸² Los precios corresponden a junio de 2012. Según las tiendas, estos pueden variar; además, los valores que hemos presentado son estimaciones de gastos promedio.

Hablar de sacrificio nos conduce a un campo de investigación sumamente vasto, entre cuyos aportes más importantes cuentan los de Durkheim (2003) y Robertson Smith (1894), aunque de seguro los más vitales sean *El ensayo sobre el sacrificio* y *Sobre algunos resultados de la sociología religiosa* de Hubert y Mauss (2010). Si nos retrotraemos a los textos de estos últimos, en términos teóricos, ellos definen el sacrificio como “un acto religioso que, por la consagración de una víctima, modifica el estado de la persona moral que lo consume, o de algunos objetos en los que la persona se interesa” (2010:83). Ahora, pensar que los *fierros* realizan un tipo de sacrificio implica despegar el concepto de la órbita religiosa, porque se trata de uno totalmente profano. En tal sentido, también Hubert y Mauss ya habían observado sobre la potencia que tiene pensar la noción de sacrificio disociadamente de lo religioso:

“Por lo demás, se ha podido ver en este recorrido cuántas creencias sociales y prácticas sociales que no son propiamente religiosas aparecen relacionadas con el sacrificio. Ha sido sucesivamente una cuestión de contrato, de redención, de castigo, de don, de abnegación, de ideas relativas al alma y a la inmortalidad que aún están en la base de la moral común. Esto habla de lo importante que es la noción de sacrificio para la sociología” (2010:181).

Como vemos, los autores sostienen que muchas prácticas que no son estrictamente religiosas también pueden aparecer relacionadas con el sacrificio. Los *fierros* realizan un sacrificio porque se consagran a sí mismos y a sus cuerpos, en tanto ese “objeto que a la persona le interesa” si seguimos al pie de la letra la definición anterior, a un conjunto de prácticas alimentarias y suplementarias para mejorar sus performances en el trabajo con los *fierros*. Aunque se trata de un sacrificio profano, en alguna medida el cuerpo parece estar revestido también por un halo sagrado, porque debe ser alimentado y suplementado de acuerdo a pautas de conducta estrictas, a fin de moldearlo *grosso modo*. Pensar “la gramática del sacrificio” (Evans Pritchard, 2010:9) en estos términos no es nuevo; porque Wacquant ha sido pionero en esta materia. Según este autor, los boxeadores del gueto negro de Chicago tienen tres reglas básicas de “catequesis boxística”: no comer alimentos prohibidos, reducir al mínimo el círculo social y limitar al máximo los encuentros sexuales en el período precombate. Así, alimentación, sociabilidad y sexualidad conformaban los aspectos centrales del sacrificio boxístico profano. Al actuar de esa manera, el boxeador se sacrificaba a sí

mismo y a su cuerpo, modificaba su estado moral porque se convertía en “otro” separado del resto de los profanos, se elevaba por encima de ellos. En otros términos y siguiendo a Durkheim, “después de someterse a las prohibiciones prescritas, el hombre no es el mismo que era. Antes, era un ser ordinario...Después, se ha acercado a lo sagrado por el mero hecho de distanciarse de lo profano. Se ha purificado y santificado precisamente por separarse de las cosas bajas y triviales que antes gravaban su naturaleza” (2006:149). Lo que hacen los *fierreros* del *Boulevard* tiene muchos puntos de contacto con lo que hacen los boxeadores de *Woodland*, porque al *trabajo duro con los fierros*, le sumaron sus dietas hiper-rationales y organizadas, donde hay muy pocos “excesos”, así como agregaron los suplementos nutricionales que faltan en sus dietas y en sus cuerpos para potenciar las performances de entrenamiento. Sin embargo, quizás la diferencia fundamental entre ambos grupos sean los capitales con que cuentan para consumir-invertir en su cuerpo, porque mientras los boxeadores del gueto negro de Chicago no tenían mucho más que su carne para dar, los *fierreros* tienen ingresos suficientes para reconvertir la dieta a una más costosa, así como pueden incorporar suplementos que los van a ayudar a acelerar el proceso de autoconstrucción corpórea que implican también mayores inversiones dinerarias. Es decir, como ya hemos remarcado, ellos ponen a disposición del sacrificio gran parte de su presupuesto económico personal.

El consumo al que nos dedicaremos en los apartados siguientes, aunque forma parte del mismo conjunto de prácticas alrededor de las cuales los *fierreros* organizan su sacrificio, tiene características distintas porque suele mantenerse en secreto y/o es solo comentado entre pares. Aunque es parte importante del conjunto de consumos-inversiones, no parece ser digno de exhibición, como si es el cuerpo en que se graban los resultados de las intervenciones.

“De eso no se habla”: el consumo de esteroides anabólicos

El último tipo de consumo que trataremos aquí es el que más “mitos” tiene a su alrededor como ya hemos indicado en la Introducción; como es de prever se trata del de esteroides anabólicos. Entre este consumo y el de alimentos y suplementos existe una ligazón, ya que cierta lógica racional los impregna a todos, donde nada queda librado al azar, todos los consumos deben ser concienzudamente analizados. Así, los *fierreros* que

utilizan anabólicos se preguntan previamente a ingerirlos: ¿para qué voy a consumirlos? ¿De qué modo los combino? ¿Qué es lo que van a aportar a mi cuerpo? Se trata de la misma batería de preguntas que ellos se hacen al combinar alimentos y/o suplementos, sin embargo, también existen algunas diferencias, porque este no es cualquier tipo de consumo.

Tratar el uso de anabólicos como un tipo de consumo, antes que como una patología, puede resultar controversial. Sobre todo debido a que como ya hemos visto en la Introducción de esta tesis, desde la óptica médica, su uso involucra riesgos diversos para la salud de índole tanto física como psíquica. Entre las enfermedades físicas, las más mencionadas son infertilidad, disfunción eréctil, disminución del volumen testicular y aumento de las mamas. Entre las patologías psíquicas la más conocida es el aumento, supuesto, de la agresividad por parte de quien los está utilizando. Sin embargo, como también ya dijimos anteriormente, esta lista se agranda al punto de que cualquier enfermedad parece estar relacionada con el consumo de estas sustancias. Además de lo anterior, sobre esta práctica de consumo recae también una condena médica y, en muy buena medida por ello, pública. Por eso, usar anabólicos es “algo de lo que no se habla” para los *fierros*: ni frente a la familia, ni en el trabajo, ni en la universidad y sobre todo, como es de esperar, nunca frente a un médico:

Llegó a casa preocupado. Aunque había venido por otra cosa, estaba claro que quería contarme respecto a eso que tanto lo preocupaba, que el médico le había dicho que tenía inflamado el esófago. También me dijo que tuvo que dejar las pastillas, aunque de todos modos ya las estaba terminando. Cuando le pregunté si le había dicho al médico respecto a lo que estaba utilizando, me dijo que no, que solo se lo hubiera dicho si éste le preguntaba, sino le preguntaba nada, él no iba a decir nada. De todos modos él creía que el médico se daba cuenta de todo igual (Nota de campo, domingo 8 de agosto de 2011).

Decidir consumir esteroides entonces implica una apuesta doble: en primer lugar los *fierros* parecen poner en riesgo la salud del cuerpo, en segundo término, también se exponen a ser señalados por los demás como simples consumidores de drogas,

estigma del cual quieren escapar, por lo cual ocultan las prácticas⁸³. Los *fierreros* aceptan los dos riesgos, los consumen, se arriesgan al escarnio si es que los descubren y, aunque difícilmente lo afirmen en público y reserven este tema a sus diálogos intrapares (y también con muchos reparos, como hemos visto), en el cuerpo se marca su uso, o por lo menos así parecen observarlo los demás: aún sin entender demasiado a que se refería, era frecuente que Lorenzo me indicara a quienes observaba como *repapeados* en el *Boulevard*. Generalmente en los meses de invierno, cuando se realizan *planes* para ganar peso y músculo, él trataba de enseñarme a agudizar la mirada para descubrir quienes estaban consumiendo “algo”, aunque no lo revelaran. Si bien al principio me costaba distinguir estas diferencias, Lorenzo me sugería prestar atención a algunos detalles tales como: las cargas excesivamente pesadas en los ejercicios –“no puede ser que esté haciendo sentadillas naturalmente con esa cantidad de kilos”- o, a la forma de los músculos del cuerpo –¿no ves que está inflado?- ya que, supuestamente, debido al consumo, el cuerpo tiende a hincharse por una mayor retención de agua. Todo esto siempre me fue difícil de estimar, aún a pesar de que Lorenzo no tuviera duda alguna de que varios mentían y se *mataban a papa*.

Aunque organizar las comidas y utilizar los suplementos de acuerdo a los objetivos corpóreos de estar *grosos* pero *marcados* es parte de un esquema complejo metódicamente llevado adelante, en el uso de anabólicos este ejercicio es llevado al extremo: las sustancias son ingeridas en configuraciones precisas donde nada queda librado al azar, desde qué sustancia se utiliza, en qué dosis, hasta en qué días y horarios y por cuánto tiempo, todo es tenido en cuenta al detalle.

A diferencia de cualquier droga de las denominadas “recreativas”⁸⁴, las cuales parecen ser más bien el reverso de las que estudiamos aquí⁸⁵, el consumo de anabólicos no tiene nada de recreación, ni se caracteriza por lo lúdico o lo divertido: por el

⁸³ De todos modos, debo aclarar que en los últimos años parece haber surgido otra manera de observar el consumo y observarse a sí mismos, de parte de algunos *fierreros*. Tiempo atrás, uno de ellos me indicó que *las cosas habían cambiado, que ya no era como antes*, que actualmente no existían tantos prejuicios respecto a dar cuenta de un conjunto de prácticas que antaño estaban estigmatizadas. Sin embargo, esto no anula que anteriormente Iván me dijera que *tuviera cuidado, porque hay mucho loco que sobre esto no quiere hablar nada*. Considero que algo de ambas perspectivas pervive hoy día respecto al consumo de esteroides anabólicos entre los *fierreros* de los gimnasios porteños.

⁸⁴ Dentro de este grupo entran una amplia gama de sustancias que aparentemente son más consumidas e contextos de recreación como fiestas, bares, y/o clubes.

⁸⁵ Tanto drogas de recreación como sustancias anabólicas esteroides se han hecho populares en las últimas décadas, casi al mismo tiempo, como parte de un proceso que tiene de un lado a las de la diversión y del otro a las del raciocinio. Sería interesante investigar con mayor profundidad en que se diferencian y/o en que se complementan. Asimismo, la pregunta que subyace en el fondo es ¿estamos asistiendo a la aparición de nuevas sustancias, con nuevos modos de consumo y con nuevos consumidores? Todos estos interrogantes requieren de una investigación mucho mayor a la presente.

contrario, su consumo se hace en el marco de un “*plan*” o “*ciclo*”, tal cual lo denominan los *ferreros*, sumamente estricto, donde combinan sustancias de manera hiper-racional. En un trabajo anterior (Rodríguez y Rosenberg, 2011b), sostuvimos que para estudiar el consumo de drogas en las sociedades contemporáneas es necesario estar dispuesto a abrir direcciones de investigación diferentes: no se pueden analizar del mismo modo las prácticas y las representaciones que los usuarios de distintos tipos de drogas poseen sobre su consumo, ya que, de hecho, tanto las prácticas como los significados emparentados suelen ser muy diferentes según el tipo de sustancia. Es decir, es muy difícil relacionar en una misma investigación a un fumador de “paco⁸⁶” con alguien que ingiere una pastilla de éxtasis en una fiesta electrónica, o a un joven que fuma marihuana en un recital de rock con un *ferrero* que usa anabólicos inyectables para suplementar su entrenamiento en el gimnasio. Asimismo, las categorías más típicas del sentido común, como “drogadicto” por ejemplo, que muchas veces son también reificadas por el saber científico, tienden a oscurecer más que a revelar la realidad. En materia de drogas parece haber tal diversidad que nos encontramos obligados a abordar cada uno de los consumos de forma específica. Luego sí es posible realizar comparaciones entre los casos, sin embargo, lo que desde nuestra óptica resulta inaceptable es plantear una estrategia general a partir del concepto de “droga” y pretender estudiar todas las prácticas de consumo al mismo tiempo y reduciendo la particularidad propia de cada una de ellas.

Volviendo sobre el tema de los anabólicos, el antropólogo brasileiro César Sabino sugirió que para analizar su uso era pertinente recurrir a la antigua antinomia entre aquello que puede ser considerado apolíneo, y aquello otro que está más emparentado con lo dionisíaco. Si bien retomar esta dualidad no es una novedad, porque así lo han hecho gran cantidad de pensadores tanto del mundo de la ciencia como de la literatura (Plutarco, 1930; Nietzsche, 1995; Mann, 2003; Hesse, 2009), sí es original aplicarlo al estudio del consumo de drogas.

Los antiguos griegos nunca consideraron a Dionisio y a Apolo como dioses rivales. Sin embargo, los significados que despierta cada deidad en nosotros sí son bastante distintos. Por un lado, mientras a Dionisio -el Dios del vino- se lo suele asociar con los excesos, la intoxicación y los placeres; por el otro, a Apolo -el Dios de la luz- se lo relaciona con la racionalidad, la verdad y la claridad. Sabino creyó ver que el uso de

⁸⁶ Pasta base de cocaína.

las drogas denominadas “sociales” está más emparentado con los dominios de Dionisio y, por el contrario, el consumo de anabólicos está más relacionado con una conducta apolínea:

A diferencia de las drogas como la marihuana, la cocaína, la heroína, entre otras, todas sustancias que se consideran relacionadas con la pérdida del autocontrol y que ocasionan irresponsabilidad y violación de los imperativos morales básicos (Becker, 1971), siendo responsables de la concepción por parte de la sociedad y de las instituciones en general de que sus usuarios son personas con conductas desenfrenadas y cercanas a la locura, en fin, conductas que podrían ser denominadas dionisiacas, los anabolizantes (o *bombas*⁸⁷ como los *marombeiros*⁸⁸ las llaman), por el contrario, operan en sentido inverso” (Sabino, 2000) (traducción propia).

Al contrario de las “drogas dionisiacas”, o sea todas aquellas relacionadas con el éxtasis y/o la intoxicación, donde la meta parece ser alcanzar un estado mental superior, los anabólicos son utilizados para alcanzar objetivos mucho más terrenales. Consumirlos nada tiene que ver con la embriaguez, por el contrario, su uso es metódico y racional, de acuerdo a *planes* concienzudamente preparados para transformar el cuerpo propio. Asimismo, a diferencia de las drogas de Dionisio, donde el tiempo de éxtasis es efímero, entre anabólicos y tiempo se teje una relación de plazos extensos: aunque dependiendo del *plan*, el consumo de estas sustancias nunca se hace por períodos inferiores a cuatro semanas, y la mayoría de los *ferreros* reconoce llevarlos a cabo en *ciclos* de seis u ocho, y nunca superiores a doce, porque, aparentemente, sino aumentan demasiado los riesgos y las “consecuencias no deseadas” de las sustancias sobre el cuerpo. Además, entre aquellas drogas del éxtasis y estas otras del raciocinio, la corporalidad juega un papel distinto: sí al fumar marihuana, por ejemplo, el cuerpo es tan solo un medio para alcanzar un estado de evasión mental, por el contrario, al utilizar anabólicos el cuerpo es el fin en sí mismo, es lo que se pretende modificar mediante el uso de la sustancia. De todas maneras, los *planes* que realizan los *ferreros* son muy diferentes entre sí, aunque existen dos maneras que podríamos denominar “típicas”, a

⁸⁷ *Bomba* es sinónimo de *papa*. O sea que se refiere, en lenguaje coloquial, a los esteroides anabólicos.

⁸⁸ *Marombeiro* es sinónimo de fisiculturista para Sabino, también en la jerga de los gimnasios cariocas. Serían algo así como “colegas” de los *ferreros* que estudiamos en este trabajo.

las que pasaremos revista a continuación, ya que cada tipo de consumo nos habla de un perfil de consumidor distinto.

Anabólicos orales para los que no se “animan a ir más allá”

Una de las palabras más oídas en muchos de los gimnasios porteños, y obviamente también en el *Boulevard*, es “*estano*”⁸⁹. Sin embargo, solo después de habitar el lugar durante varios meses uno puede aprender a reconocerla, se familiariza con ella y empieza a comprender algo más sobre su significado.

Hacer un plan de estano oral en pirámide parece ser la puerta de entrada al universo de sustancias de este tipo. Los *fierreros* que se atrevieron a dar este paso, que no son todos, hicieron su primer plan en función de esa droga y de acuerdo a los mismos lineamientos: dado que lo más común es conseguir unos frascos de pastillas conocidos como de “*100 x 10*”, donde 100 es la cantidad de pastillas y 10 es la cantidad de miligramos contenidos en cada comprimido, lo que debe hacerse con esa cantidad de pastillas es tomarlas aumentando la dosis gradualmente. Así entonces, según las recomendaciones, que casi siempre son iguales, el plan consiste en tomar dos comprimidos durante la primera semana, tres durante la segunda, cuatro durante la tercera y cinco durante la cuarta. En la quinta semana se mantiene la misma dosis que en la anterior, y desde allí, se opera en sentido reverso, o sea, se comienza a descender con la dosis gradualmente. Entonces, durante la sexta semana se ingieren cuatro comprimidos, en la séptima tres, en la octava solo dos (Ver Anexo III). Luego de este procedimiento, y al cabo de ocho semanas, el *plan* ha concluido. Aunque existen otros *ciclos* parecidos, como el *plan de diana en pirámide*, el que hemos referido resulta ser el más común entre los *fierreros*.

Varios de los *fierreros* del *Boulevard* realizaban uno o dos *planes de estano oral en pirámide* al año, o por lo menos eso es lo que decían en los diálogos intra-pares de los cuales me hicieron partícipe, aunque según Lorenzo, que siempre desconfiaba

⁸⁹ “*Estano*” es la abreviatura de estanozolol. Sin dudas, es el esteroide más popular en los gimnasios porteños y, aunque puede ser ingerido tanto de modo oral como inyectable, la *pirámide de estano oral* parece ser el *plan* más frecuente de todos, sobre todo entre quienes hacen sus primeras experiencias con los anabólicos.

absolutamente de todo y de todos, *seguro estaban mintiendo porque él los había visto ir demasiadas veces a la farmacia que está cerca de su casa*⁹⁰.

Estar en el foro virtual de Internet me permitió complementar la información que me proporcionó Lorenzo en el *Boulevard*, al mismo tiempo que pude comprender algo más sobre lo que estaba insinuando: comencé a ver que el universo de los anabólicos no se reducía a los *planes de estano oral en pirámide*, por el contrario había un sinnúmero de sustancias más que los *fierreros* utilizaban, algunas estaban disponibles a la venta en las mismas farmacias, otras había que encargarlas a través de contactos y/o conocidos. Los *fierreros* del foro elaboraban planes de características aún más complejas, combinando dos o tres sustancias inyectables al mismo tiempo, rotándolas, ajustando las dosis y calculando los tiempos en que había que hacer una nueva aplicación. Por el contrario, en el *Boulevard*, respecto a esto imperaba cierto silencio. Ya sea por desconocimiento, o por ocultar las prácticas, del uso de los anabólicos inyectables se hablaba poco y nada⁹¹.

En una oportunidad, cuando conversaba con Iván, le comenté respecto a lo anterior. Le indiqué que en el *Boulevard* nadie parecía realizar planes de mayor complejidad al clásico *plan oral de estano*, mientras que en el foro se conversaba de combinar *testosteronas rápidas o lentas*, con otras sustancias veterinarias, al mismo tiempo que con *postciclos* precisamente diseñados para evitar la pérdida de masa muscular luego de los *planes* llevados adelante durante varias semanas con tanta dedicación. Aunque él creía que podían desconocerlos, también me indicó, al igual que Lorenzo me había dicho, que *podía ser que estuvieran mintiendo*. Sin embargo, también me mostró una tercera posibilidad: *solo los que se animan a ir más allá* van a iniciarse por el camino de las sustancias inyectables. Ahora, ¿que significaba ese “ir más allá”? Frente “al más acá”, o sea el universo de los alimentos y los suplementos perfectamente combinados para potenciar el trabajo, así como el uso metódico de los anabólicos orales, con la distribución correcta de las pastillas a lo largo del día para regular las dosis constantes en el cuerpo, se abría un horizonte de prácticas “más allá” y distanciadas de las primeras.

⁹⁰ Lo que él insinuaba con esto es que en esa farmacia, se aplicaban las sustancias que habían conseguido previamente, y/o en algunos casos también las compraban ahí. Aunque conocí muchos *fierreros* que se aplicaban directamente las drogas en su casa, porque habían aprendido a aplicar inyecciones intramusculares para ello, muchos otros se resistían y preferían que se las aplicara un especialista, como un farmacéutico o una enfermera.

⁹¹ En el *Boulevard* no se comercializan esteroides. Sí se intercambiaba información “por lo bajo” entre los *fierreros* respecto a los lugares y/o los contactos donde conseguirlos, al igual que en todos los gimnasios que mencioné en este trabajo, y siempre tratando de no alertar a los dueños y/o instructores.

Inyectarse o no inyectarse. La sangre como frontera

Míguez sostuvo en un trabajo que ya citamos en esta tesis (2002), que la fortaleza de la identidad de determinados grupos sociales, como el de los “jóvenes delincuentes” que él se dedicó a estudiar, está “inscrita en la piel”. Los miembros de ese grupo transformaban “a la piel en una superficie de registro de la propia biografía” (2002:11) porque carecen de superficies más estables, como relaciones afectivas duraderas y de largo plazo. Así, la piel de su cuerpo se transformaba en el lugar más firme para alojar a sus seres queridos, porque allí pueden inscribir los nombres de quienes aman para siempre, aún a pesar de los contextos socio-familiares signados por las relaciones inestables, breves e impredecibles. Aunque con muchas diferencias, ya que el contexto socio-familiar-laboral de los *fierreros* poco o nada se parece con el de los miembros del grupo que estudiaba Míguez, ya que no se trata de personas en situación de marginalidad y pobreza como ya hemos visto en el capítulo II, sí creemos que podemos reutilizar el modo en que el autor analizó cómo un determinado grupo social inscribe su identidad en lo más profundo de su cuerpo.

Estas prácticas parecen situarse “más allá” porque para atreverse a ellas hay que entregar el cuerpo a las inyecciones regulares de anabólicos en la sangre. A diferencia del consumo oral de pastillas, y a pesar de que la droga utilizada muchas veces es la misma, porque el “*estano*” tiene tanto su versión oral como inyectable, desde el punto de vista de los *fierreros* no es lo mismo ingerir la sustancia oralmente que inyectarla de forma directa en el torrente sanguíneo del cuerpo. Así, en sus opiniones ante mis preguntas respecto a por qué no se inyectaban las sustancias, en vez de tomar, por ejemplo, doscientas pastillas en dos meses, las respuestas eran siempre parecidas: “*me parece demasiado*”, “*no quiero involucrarme tanto*”, “*yo quiero ir hasta ahí, tanto no*”, “*no me animo a dar ese paso*”⁹².

Más allá de la discusión respecto a si es más efectiva la ingesta de una sustancia vía oral o de forma inyectada, debate que pueden salvar mucho mejor los médicos que los científicos sociales, al igual que si implica mayores riesgos ingerirlas de un modo u otro, lo importante para nosotros es que en las percepciones de los *fierreros* existía una diferencia sustancial entre utilizarlas en pastillas o inyectarlas en la sangre de su cuerpo. Ellos entendían que la segunda manera de administrárselas resultaba mucho más

⁹² Todo esto incluso a pesar de que muchos de los *fierreros* creen que los compuestos inyectables son siempre menos tóxicos que los comprimidos.

comprometedora, porque implicaba una entrega total de la corporalidad al “trabajo” con los *fierros*. En este punto, creemos que es posible conectar esta práctica con uno de los temas antropológicos más clásicos, el estudio del ritual. Entre los aportes más importantes al tema se cuentan los de Van Gennep (1986) y los de Turner (1988, 1999), quienes se concentraron en estudiar uno de los distintos tipos de ritos como son los “rito de paso”. Así, según indica Turner, siguiendo al primero, los “ritos de paso” incluyen tres fases: separación, margen (o limen) y agregación:

“La primera fase, o fase de separación supone una conducta simbólica que signifique la separación del grupo o el individuo de su anterior situación dentro de la estructura social o de un conjunto de condiciones culturales (o “estado”); durante el período siguiente, o período liminar, el estado del sujeto del rito (o “pasajero”) es ambiguo, atravesando por un espacio en el que se encuentra muy pocos o ningún atributo, tanto del estado pasado como del venidero; en la tercera fase, el paso se ha consumado ya. El sujeto del rito, tanto si es individual como si es corporativo, alcanza un nuevo estado a través del rito y, en virtud de esto, adquiere derechos y obligaciones de tipo “estructural” y claramente definido, esperándose de él que se comporte de acuerdo con ciertas normas de uso y patrones éticos” (Turner, 1999:104).

Este esquema no puede ser extrapolado directamente a la práctica de consumo de anabólicos inyectables que realizan los *fierros* que se han atrevido a dar un paso “*hacia el más allá*”, debido, sobre todo, a que es difícil encontrar algo parecido a una etapa liminal o de separación. Sin embargo, el modelo sí sirve para entender la existencia de un antes y un después, signada por una práctica específica como es la decisión -y posterior puesta en acto- de iniciarse con las sustancias inyectables. En tal sentido, y siguiendo a Bourdieu (1993), al atreverse a dar “ese paso”, algunos de los *fierros* van a instaurar una diferencia con los demás, con quienes tan solo se contentan con realizar uno o dos *planes de estano oral en pirámide* al año. Haber tomado esa decisión implica, para ellos, un pasaje hacia otro estado de cosas, que queda reflejado en sus apreciaciones, sobre todo aquellas referidas a la “primera vez”: así ellos asentían que se trataba de un acto central, un momento único, y que ahora sentían que “*estaban jugando en primera*” o que “*ahora sí la cosa iba en serio*”. En contraposición a ellos los *fierros* “menos avanzados” reconocen que sus pares se han adelantado hacia otro

estadio en su relación con los *fierros*, al mismo tiempo que siguen aduciendo que ellos “no quieren ir tan allá” porque “no les parece dar ese paso”, como ya dijimos más arriba. Entre ambos grupos se abre una separación fundamental signada alrededor del consumo de un producto, pero también de un rito de sangre.

Siguiendo a Bourdieu nuevamente, podemos decir que este evento tiene las características de un acto de institución⁹³ (1993); eso porque a partir de él se establece una diferencia entre un antes y un después de la “consagración”. Además, esta última práctica de la larga cadena de consumos-inversiones parece ser la que podría acercar más a quien la realiza a la idea y al cuerpo masculino *groso pero marcado*, aunque también parece ser la más peligrosa para el cuerpo. Es decir, a ganancias corporales extraordinarias, riesgos también muy grandes.

Llegado a este punto y para resumir, debemos decir que este largo camino de consumos-inversiones corporales que se inicia con el reacondicionamiento de la dieta, que sigue con la incorporación de los suplementos y que finaliza con el consumo de esteroides anabólicos muestra una ruta donde hay que ir superando constantemente límites que son económicos, como ya dijimos, pero también morales. Entre el trabajo corporal *per se* y establecer una dieta acorde a él hay un primer límite, entre la dieta y empezar a usar suplementos alimenticios se construye uno nuevo y entre estos últimos y empezar a consumir esteroides se demarca una tercera frontera. Poder superar uno a uno los límites implica tener que afrontarlos económicamente, antes que nada, pero también tomar decisiones morales cada vez más complejas porque el involucramiento de sí y del cuerpo es cada vez mayor. En esta ruta, superar la tercera frontera parece ser “clave” porque implica empezar a afrontar riesgos más serios para el cuerpo, así como desplegar estrategias para mantener oculto el consumo. Sin embargo, la frontera que se erige a continuación, relacionada con el uso de esteroides inyectables, es la más importante de todas porque parece no solo implicar riesgos aún más grandes todavía, sino estar funcionando como un rito de pasaje hacia la consagración total del cuerpo a los *fierros*. Entre quienes superaron esta última barrera y el resto de los *fierros* se erige una división mucho más firme que las anteriores, no solo por los costos económicos mayores que es necesario poseer para traspasarla, sino también porque parece ser la

⁹³ El acto de institución es para Bourdieu “un acto de comunicación, pero de una clase particular: notifica a alguien su identidad y se la impone, la expresa ante todos y le notifica con autoridad lo que es y lo que no tiene que ser (1993:117).

decisión moral más mentada de todas, por alguna razón solo unos pocos son los que se “*animan a dar ese paso*” donde se ofrece totalmente la sangre y el cuerpo a los *fierros*.

Las tácticas de “trabajo” de los *fierros* del *Boulevard* que estudiamos en el capítulo II, a veces agregaban sentidos distintos, y en otras reforzaban los significados originales del dispositivo de entrenamiento de los cuerpos, cuya lógica de funcionamiento vimos, en cambio, en el capítulo I. Esas tácticas de trabajo parecían encontrar un límite que se hacía visible encarnado en el mismo cuerpo de los *fierros*, él cual se mostraba, en determinado punto de la carrera entrenada, como incapaz de seguir acumulando capital corporal, como dicen los *fierros*, “*naturalmente*”. Debido a ello, aparecía en escena la lógica del “suplemento”, que se incorporaba desde fuera para hacer posible la superación de los límites corporales. Por ello tuvimos que analizar todo un conjunto de prácticas de consumo-inversión que surgen alrededor de *hacer fierros* para “suplementar” la actividad, así como al mismo cuerpo. Pusimos el foco en toda una variada gama de productos, que van desde los alimentos hasta los esteroides anabólicos pero pasando por los suplementos nutricionales, que los *fierros* comienzan a consumir. Todos esos objetos son incorporados con miras a construir el cuerpo *grosso pero marcado* que desean y que construyeron como modelo a partir de las imágenes que los interpelan en el *Boulevard*, tomando algunas características de ellas y desechando otras. Así resultaba que, para continuar la carrera entrenada en el *Boulevard* de manera “exitosa”, ya no bastaba con “trabajar duro”, ahora también se revelaba como necesario comenzar a hacer inversiones sobre el cuerpo para seguir maximizando las ganancias corporales logradas hasta ese punto, al mismo tiempo que para no perder una posición de poder consolidada en el *Boulevard*. Esas inversiones, como ya vimos, son dependientes de la posesión de un capital económico que solventa los nuevos gastos, que además son acumulativos, pero que hasta entonces no eran requeridos. Además de las inversiones económicas, también era vital hacerse de las herramientas culturales para saber en qué momento y cómo deben realizarse esas inversiones.

De todos estos consumos el más difícil de abordar es el de los esteroides anabólicos, aunque el problema atañe también al consumo de alimentos y suplementos nutricionales. Y esto debido a que, aunque son prácticas centrales para comprender mejor el trabajo con los *fierros*, porque son subsidiarias de él, ellas son realizadas fuera del ámbito del *Boulevard* y/o mantenidas en reserva por lo que podrían pasar desapercibidas si el análisis se atuviera únicamente a lo que ocurre puertas adentro del gimnasio. En otros términos, el gimnasio parece ser un espacio destinado a la exhibición

del cuerpo, pero no habilitado para mostrar cómo fue nutrido internamente con los alimentos y/o los suplementos de toda índole, actividades que son más bien de la órbita íntima. Por ello, solo en muy contadas ocasiones es posible observar a alguno de los *fierreros* consumir sus alimentos y/o suplementos allí; esta parece ser más la excepción que la regla. Esto implica sobre todo a los esteroides, los cuales no solo no se deben mostrar, sino que también es necesario mantener su uso en el más estricto secreto. Finalmente, y luego de hacer una breve recapitulación de los temas principales del capítulo, es necesario hacer una última aclaración respecto a la larga “cadena de consumo-inversión” que mostramos aquí. Si bien el camino de consumo de productos que enseñamos de principio a fin parece ser “típico”, también existen ejemplos que dan cuenta que hay quienes se saltean etapas, o acometen algunas antes que otras. Es decir, el modo que presentamos pretende solamente ejemplificar la “ruta perfecta” de consumo, la cual solo unos pocos podrán realizar y/o solventar porque poseen los medios para ello. Sin embargo, frente a ese modelo también surgen otros caminos alternativos. Así, por ejemplo, muchos de los que en la mirada de los *fierreros* más adelantados son *barriletes* comienzan a consumir *estano* antes de haber acondicionado la dieta, o haber aprendido a ingerir una *creatina*. Del mismo modo, algunos *fierreros* han acondicionado la dieta pero no usan suplementos y sí consumen esteroides, mientras que otros también acondicionaron su dieta, usan suplementos y esteroides inyectables, aunque nunca consumieron *estano en pirámide*. Estos recorridos alternativos también están presentes entre los *fierreros*, sin embargo pueden ser bien entendidos si primero se comprende la lógica general y mayor de la ruta de quienes incorporaron uno a uno sobre sus cuerpos todos los consumos-inversiones para hacerse hombres entre los *fierros*.

Conclusiones

Si querés ser un hombre importante
Y que toda la gente te diga guau!
Si querés andar por las veredas
Y que todas las chicas te digan guau!
Músculos...
Si querés parecerte a Schwarzenegger
Deberás conseguir un gimnasio
Y así podrás ver que tu cuerpo
Comienza a crecer
Músculos...

Las Pelotas (1994). Músculos. En
Máscaras de sal. Buenos Aires: DBN.

Aportes para una socioantropología del cuerpo entrenado

En la Introducción de esta tesis señalé la importancia que reviste prestar atención al cuerpo para comprender problemas socioantropológicos fundamentales, porque en la carne también se inscriben marcas de distinción social (Bourdieu, 1988), se construye parte importante de la identidad de las personas y/o se arraigan aspectos centrales del estilo de vida de algunos grupos humanos.

En las últimas tres décadas, los gimnasios de entrenamiento físico-deportivo-recreativo se multiplicaron en la ciudad de Buenos Aires de manera inusitada. A dar cuenta sobre las características de este fenómeno, nos dedicamos en la Introducción de esta tesis. Aunque es parte de una tendencia global compartida por las principales ciudades del mundo, la ciudad de Buenos Aires también tiene sus características propias.

Los gimnasios porteños ya no son solo espacios exclusivos para quienes practican deportes y/o compiten de manera profesional o amateur en alguna disciplina, por el contrario y si bien esos lugares más “profesionales” no desaparecieron del todo, ahora se incorporaron a la oferta otros de índole más “recreativa” como los gimnasios de las “cadenas” como *Megatlón* o *SportClub*; los gimnasios-clubes de musculación, *fitness* y deportes; los exclusivos para mujeres; los gimnasios públicos en plazas y parques. Todos estos establecimientos conviven en la ciudad actualmente, y la cantidad de gimnasios disponibles refleja la importancia que han adquirido estas actividades entre los porteños, al mismo tiempo que da cuenta de que cada día concurren allí más personas. Por ello, y retomando la consigna de la Introducción, consideramos que una agenda actualizada de estudios sobre el cuerpo no puede dejar de lado al gimnasio como espacio privilegiado para la indagación socioantropológica.

Para llevar adelante esta investigación tuve, en primer lugar, que colocar en un contexto específico el lugar de la pesquisa. Por ello, aunque el motivo original de esta tesis era plasmar por escrito todo lo que observé durante años en muchos gimnasios porteños, para “apuntalar” el estudio y no perder el foco, tuve que elegir solo uno de ellos como el *Boulevard* y analizarlo en profundidad. Eso fue lo que hice en el capítulo I. Para comprender mejor la dinámica interna del lugar recurrí al clásico concepto de “dispositivo”, en la definición que de él da Foucault. A partir de ella, construí lo que denominé el “dispositivo de entrenamiento” de los cuerpos entrenados, mecanismo caracterizado por una red de elementos tanto discursivos como no discursivos, que se despliega relacionadamente para dar forma al espacio-gimnasio *Boulevard*. La ley que instituyó la legitimidad de los gimnasios en la ciudad de Buenos Aires, el saber especializado médico y de la educación física, la arquitectura y la disposición de los aparatos de ejercitación en el lugar, los símbolos, entre otros objetos, componen la red de elementos del “dispositivo de entrenamiento” de los cuerpos, que coerciona unas maneras correctas de transitar el espacio, mientras intenta que se eviten otras, o directamente las prohíbe.

De esta red de elementos que estructuran el espacio-gimnasio, vimos que las rutinas eran parte fundamental, porque organizan el modo en que hay que recorrer el lugar. Sin embargo, pero en relación a lo anterior, también identificamos que tanto el modo de recorrer el espacio como la manera de entrenar en el *Boulevard* están fuertemente estructurados en función del género, donde la regla imperante, a veces de

modo tácito y otras de manera más explícita es “los hombres deben hacer anaeróbicos y las mujeres aeróbicos”. Quebrar esta regla y traspasar la “frontera geográfica” hacia la zona de aeróbicos implicaba, para los hombres, adentrarse demasiado en ejercitaciones “excesivamente femeninas” y perder un poco de “hombría”, al menos en el sentido que ésta tiene en el *Boulevard*. Por su lado, las mujeres solo penetran las zonas aeróbicas, porque no quieren poner en riesgo su “femineidad”, debajo de una montaña de músculos humanos, los cuales parecen ser una característica distintiva de los hombres. De todos modos, esta división no es totalmente inquebrantable, ya que existen espacios de intersección, de mixtura entre géneros. Así ocurre que, dentro de la zona de *fierros*, existe una “mini-región” reservada para las mujeres, donde entrenan básicamente la parte inferior de su cuerpo, las piernas y los glúteos, en aparatos que si no fuera por ellas estarían siempre en desuso, ya que los hombres no los utilizarán jamás. En contraparte, dentro de la zona de aeróbicos los hombres pueden usar las “cintas” y las bicicletas para “calentar” antes de comenzar “realmente” a entrenar. Sin embargo, no podrán jamás subirse a un “escalador”, por ejemplo, porque es una práctica reservada solo para ellas, incluso porque una etiqueta adosada a los aparatos así lo prescribe por escrito.

La fortaleza de estas construcciones imaginarias respecto a la relación entre género y modo de entrenar pueden ser mejor entendidas en el marco de la oferta global de actividades *fitness* de los portavoces de esta industria. Así, por ejemplo, es recurrente que quienes dirigen esta industria generen estrategias nuevas casi constantemente para atraer más hombres a las actividades aeróbicas, aún a pesar de los pobres resultados que consiguen. Y esto debido sin dudas, al desconocimiento que tienen de que existen representaciones sobre la masculinidad que están operando subyacentemente dentro de los gimnasios que van a impedir que se apuntalen estas prácticas como masculinas, porque las representaciones sociales sobre la masculinidad son mucho más fuertes y estables que cualquier acción de marketing por más original que ella sea.

Volviendo sobre la red de elementos del dispositivo, no menos importantes en ella resultaban los símbolos corpóreos, diseminados por todo el lugar en formas de pancartas, pósters y fotografías, a través de los cuales se hacían presentes una serie de discursos sobre lo que el cuerpo “es” y/o lo que “debería ser”. En esas imágenes se intersectaban la propuesta de cuerpo médica junto a la de la educación física, pero también la fisicoculturista junto a los cuerpos de las publicidades de suplementos

nutricionales y/o los de la indumentaria deportiva. Finalmente, el rol de los espejos en el gimnasio, colocados de forma que nada escape a su reflejo, se mostraba como otro aspecto esencial del dispositivo, porque a la vez que permitían que cada uno corrigiera individualmente los errores en las ejecuciones, los espejos también servían al control socializado -de todos hacia todos- a través de la mirada mutua sobre ellos y lo que se hace y/o se deja de hacer en el *Boulevard*.

A diferencia del capítulo I, donde mostré cómo funciona el dispositivo de entrenamiento globalmente, en el capítulo II coloqué la mirada al interior de un espacio específico del *Boulevard*, el lugar en que confluyen únicamente ellos, que son jóvenes, varones y entrenados: los *fierros*. Ellos son un grupo de hombres jóvenes que se reúne en el *Boulevard* en la franja horaria que va desde las 18:00 hasta las 22:00, aproximadamente, que viven en zonas adyacentes al gimnasio y que tienen posiciones sociales relativamente acomodadas de clase media y/o alta. A ellos luego se sumaron los *fierreros* del foro virtual de Internet, los cuales tenían características socioeconómicas bastante parecidas. Nos concentramos en “ellos” para dar cuenta de la manera en que un grupo se apropia de lo que el dispositivo de entrenamiento le “brinda” y el modo en que lo “reutiliza”, ya que si retuviéramos en mente la imagen de gimnasio que hemos mostrado en el capítulo I, deberíamos concluir que se trata de un espacio signado por la vigilancia y el control de los cuerpos: allí no habría lugar para argumentar respuestas, todo se reduciría al funcionamiento automático del dispositivo. Frente a él, y a los elementos de estructuración del espacio-gimnasio poco se podría hacer, convirtiéndose este último en un ámbito para la construcción de cuerpos dóciles (Foucault, 2002a:82), marcados a fuego disciplinarmente. Sin embargo, y aunque la existencia del dispositivo con su red de elementos no es quebrada, los *fierreros* eligen, reapropian y transforman “a su modo” lo que el espacio estructuralmente les propone, por lo que sus prácticas son “tácticas” (De Certeau, 1996) que si bien son solo entendibles en el marco del dispositivo, también tienen un aspecto original y creativo.

El capítulo II está enteramente dedicado a indagar la particular relación existente entre *fierros* y trabajo. Así estudiamos los tiempos en que se desarrolla ese trabajo, los modos en que se realiza, la manera en que circulan y se apropian los saberes necesarios para ejecutarlo correctamente. En conexión con esto último, nos interesaba comprender que significa “realizar de forma correcta” el trabajo con los *fierros*, así como conocer quienes son, por el contrario, los que ejecutan las labores de manera errónea. Todo esto nos condujo a observar que alrededor de esta práctica de trabajo se generaban

diferencias jerárquicas al interior del *Boulevard*, entre los portadores de un saber práctico y los desposeídos de él, entre los que acumularon más capital en función de poseer una mayor “antigüedad laboral” y los que lograron menos porque hace poco que habían empezado a trabajar. En ese espacio donde confluyen tantas personas a diario se tejen relaciones de afinidad múltiples. Sin embargo, el grupo de *fierreros* trata de delimitarse sobre sí y utiliza varias estrategias para lograrlo. Aunque es posible pertenecer porque no es un grupo hermético, es necesario para ello frecuentar el *Boulevard* durante bastante tiempo, demostrar que no se está allí tan solo “de paso”, y mostrar que se van incorporando cambios, producto del entrenamiento, en la fisonomía del cuerpo. Los que “pertenecen” manejan una jerga específica, solo cognoscible después de frecuentar el *Boulevard* durante un tiempo constante, y también acumulan saberes sobre los distintos modos de entrenar, o las maneras adecuadas de alimentar la máquina-cuerpo a fin de “recargarla” lo más pronto posible antes de volver a “trabajar los fierros”. Lo mismo ocurría dentro del foro virtual de Internet, aunque tampoco era un grupo totalmente cerrado, sí era necesario demostrar que uno “*se tomaba las cosas en serio*”, aprendía de los debates que allí se daban y los incorporaba a su trabajo personal con los *fierros*.

Asimismo, y retomando la noción de “táctica”, nos interesaba dar cuenta de la lógica estratégica que guía varias de las “incorporaciones” que los *fierreros* introducen subrepticamente dentro del dispositivo. Por ejemplo, la “figura del compañero de entrenamiento”, que si bien no pone en jaque al dispositivo, representa una afrenta que genera modificaciones en lo que a priori estaba estipulado dispositivamente, porque aparece para discutir la lógica individual en que funcionan las máquinas de entrenamiento así como el supuesto de que el instructor representa la única persona a la que se le puede y/o debe solicitar ayuda, en tanto figura de autoridad máxima dispositiva.

También descubrimos que en el trabajo de *hacer fierros* había épocas, mejor dicho una “temporada” y una época de “receso” de las actividades y del trabajo corpóreo. Por ello, tuvimos que prestar atención a la variable temporal para analizar el modo en que se organizan las actividades de los *fierreros*. Así vimos que existían dos aspectos de la temporalidad entre los *fierros*: el que denominamos, por un lado, la macrotemporalidad y el que llamamos la microtemporalidad, por el otro. Bajo el primer aspecto agrupamos la relación y/o incidencia de los cambios estacionales y climáticos sobre el entrenamiento del cuerpo con los *fierros*, mientras que en el segundo tuvimos

en cuenta el modo en que es contabilizado racionalmente el transcurrir de las horas, minutos y segundos durante una jornada de entrenamiento en el *Boulevard*.

Retomando la cuestión de las jerarquías al interior del gimnasio, ya sea debido a la portación de un cuerpo que acumuló mayor trabajo, o a la posesión de mayores saberes laborales, en el *Boulevard* se va construyendo un orden social en función del capital total acumulado. En función de él, en el último apartado del capítulo II, construimos la “pirámide social” del lugar: desde su dueño-instructor, ubicado en el tope de la pirámide porque así lo instituyó el dispositivo de entrenamiento, pasando por los entrenados con sus distintas experiencias acumuladas, hasta, en la base, las mujeres y las personas menos jóvenes, cada uno de estos subgrupos tiene “status” diferentes en el lugar, definidos por la capacidad potencial y/o la cantidad cierta de capital corporal incorporado en un lugar que está estructurado en función de la antinomia masculino-femenino, y donde la norma-valor fundamental parece ser la idea de juventud masculina imperante allí, que si bien podría ser puesta en jaque por quienes frecuenta el lugar, por el contrario es reificada, cuando incorporan y reproducen pautas de entrenamiento tales como “aeróbicos para ellas” y “anaeróbicos para ellos”.

Finalmente, en el último capítulo de esta tesis integramos al análisis un repertorio variado de consumo que es consustancial al trabajo con los *fierros* y que surge justamente cuando el cuerpo encuentra un límite, por lo que ahora resulta que necesita una “ayuda extra” y ser suplementado “desde fuera del trabajo” para poder seguir acumulando capital corporal entre los *fierros*.

Los *ferreros* del *Boulevard* utilizan todo el repertorio de imágenes corporales que les brindan en el lugar para armar su propio modelo de cuerpo masculino, al que le colocan algunas características y le quitan otras, a fin de impregnar en la carne de su cuerpo las características que encontraron “positivas” de esos símbolos que se apropian mentalmente y a los que desean parecerse. Ellos realizan un experimento en el cuerpo propio al que le adhieren la idea de “saludabilidad”, así como la noción de “grandeza”, otro aspecto que también seleccionan. Mientras que la primera característica es tomada del discurso médico, la segunda es seleccionada de la propuesta fisicoculturista, sin embargo esto no implica que adopten enteramente ambos discursos, por el contrario solo toman esas partes, como si estuvieran armando un rompecabezas, donde el objeto que van construyendo con “piezas” variadas es su propio cuerpo. Para intentar acercarse a la idea de salud y de grandeza al mismo tiempo, los *ferreros* pretenden estar *grosos* pero *marcados*. Ellos crean esta fórmula y la tienen como mira de sus objetivos

corporales. Estar *grosos* pero *marcados* sitúa su corporalidad a “mitad de camino”, porque al priorizar el *marcado* la ajusta, al menos en cuanto al peso, a los parámetros que estipula el saber médico, mientras que al mismo tiempo, *estar groso* demuestra poseer “grandeza física” y asimilarse -aunque sea en algún aspecto- a lo que propone el patrón fisicoculturista.

Sin embargo, como venimos diciendo, para ir al gimnasio a hacer *fierros* y cumplir esta meta de estar *grosos pero marcados* ahora también resulta vital sumar al estilo de vida una lista de consumo-inversión básica. Como explicamos, estos consumos-inversiones son de tres categorías: alimenticios, suplementarios y anabólicos. A partir de atender a este aspecto mercantil del trabajo con los *fierros* pudimos ver que para convertirse en un hombre *ferrero* no bastaba solamente con “trabajar duro”, sino que también era necesario contar con ciertos capitales, especialmente económicos, para garantizar el éxito de la operación.

En relación a lo anterior, también habíamos advertido que sobre lo que ocurre dentro de una sala de entrenamiento de un gimnasio parecen haber demasiados “mitos”: en una ocasión, cuando le señalé a un dueño de un gimnasio que estaba redactando las partes finales de esta tesis, él me indicó que “*de los gimnasios se habla mucho más de lo que se sabe en realidad*”. Se refería, como me dijera unos minutos después, al ya descrito tema del consumo de anabólicos, que suele emparentarse sin más en relación directa con los gimnasios. Hemos visto a lo largo de esta tesis que sería difícil negar que en los gimnasios se consumen anabólicos. Sin embargo, esa fama que recae sobre estos establecimientos no debería ser propiedad exclusiva suya, ya que por ejemplo, si prestamos atención a la relación entre deporte y consumo de sustancias en términos más amplios, con tan solo mirar las sanciones por “doping positivo” en el tenis argentino de los últimos diez años (Página/12, 24-10-2005), podemos entender que lo que existe en realidad, desde hace ya varias décadas, es una relación bastante estrecha entre deporte y consumo de drogas. Lo que sí se da en el ámbito de los gimnasios es un consumo mucho más “habilitado”: si en deportes como el tenis o el fútbol solo quienes forman parte de la élite profesional utilizan este tipo de sustancias, en cambio, en los gimnasios, quienes *hacen fierros*, aunque no se dediquen a competir en fisicoculturismo por ejemplo, en alguna medida los consumen, como hemos analizado en el capítulo III. Se trata de un consumo menos deportivo-profesional, en el sentido de que no se realiza con fines competitivos, sino que tiene objetivos exclusivamente estéticos. Y esta diferencia no es menor, porque el consumo que hacen los *fierros*, salvo quizás con algunas

excepciones como la de Santiago quien sí se imaginaba compitiendo en fisicoculturismo en el futuro, tiene las miras depositadas únicamente en construir ese tipo de cuerpo que anhelan poseer, mostrar y rentabilizar simbólicamente. O sea, ellos no entrenan para complementar otra actividad deportiva competitiva principal, sino motivados por construir un cuerpo ligado a valores estéticos que imaginan, desean y consideran “apropiados” socialmente. Y esa es la verdadera y única actividad principal que los *fierreros* llevan adelante.

Desde los *planes* más básicos, como el de *estano* oral, tan de moda durante mis temporadas en los gimnasios, y que muy probablemente siga teniendo plena vigencia hoy día entre los nuevos jóvenes *fierreros* de todos los gimnasios porteños, hasta los más complejos, donde las sustancias orales se combinan con las que se inoculan con inyecciones, estas intervenciones químicas apuntan a cambiar radicalmente las formas del cuerpo. En ese último capítulo también advertimos sobre las dificultades que acarrea estudiar sociológicamente este tema. Para tal fin, creímos pertinente retomar la antigua dualidad entre lo dionisiaco y lo apolíneo, y así fue que situamos al consumo de anabólicos del lado de las conductas apolíneas, porque quienes utilizan estas drogas mantienen su mente clara, tienen plena conciencia de sus actos y las consumen en planes racionalmente organizados para potenciar los “beneficios” en el cuerpo. En cambio, del otro lado de la ecuación quedaban todos los demás consumos de drogas, como el de cocaína o marihuana, signados en apariencia más por la búsqueda de éxtasis, de placer efímero, y cuyos objetivos son la pérdida de la conciencia y/o la búsqueda de un estado mental superior.

Haciéndose hombres

Ya recapitulado lo más importante de toda la tesis, nos interesa dedicar este último apartado a conjeturar una hipótesis respecto a por qué los *fierreros* hacen lo que hacen, por qué colocan tanto énfasis en una actividad por la cual no reciben ninguna contraprestación económica. Lejos de reducir toda la vida social a la lógica de la retribución económica, justamente, creemos que para entender “por qué los *fierreros* hacen lo que hacen” debemos pensar esta actividad como un medio de gratificación simbólica, donde una práctica se transforma en socialmente “socialmente positiva” porque se vincula a nociones tales como salud, fortaleza, vigor, voluntad, fe, entre otras.

En todo esto, el cuerpo es la marca donde se encarnan todos esos atributos, que demuestran carnalmente el vínculo entre un conjunto de prácticas físicas y unos valores positivos que pueden ser esgrimidos como virtudes personales, no solo en el ámbito del *Boulevard*, sino también fuera de él.

Como ya dijimos en esta tesis, *hacer fierros* para los *fierreros* es un “trabajo”, aún cuando por él no reciban ninguna retribución salarial. Incluso más, este es un “trabajo” que ellos realizan con un apasionamiento único. En sintonía con esto último, Jonathan por ejemplo, me indicó en una ocasión que aún a pesar del largo tiempo que había pasado sin vernos, *a él lo iba a poder encontrar siempre en el mismo lugar*, en el *Boulevard*, *haciendo lo mismo porque si había algo que no podía dejar era esto* (se refería a los *fierros*). De la misma manera, Mario, un *fierrero* que no tenía relación con Jonathan porque pertenecía al foro virtual y no entrenaba en el *Boulevard*, me había insinuado lo mismo una vez, cuando me dijo *que podía cambiar, su trabajo, su carrera universitaria, hasta su novia, y si le daban a elegir entre los fierros y alguna de las anteriores, incluso todas, no dudaría un instante en decidir cuál de todas era su verdadera pasión*⁹⁴. Estos comentarios de dos *fierreros* que pertenecen a lugares distintos eran llamativamente parecidos, a la vez que son solo una pequeña muestra del modo en que todos los *fierreros* que conocí se comprometen con el trabajo con los *fierros*.

Pensar el papel que juega la pasión en algunas actividades deportivas y/o recreativas es fundamental, porque como ha mostrado Benzecry (2012) solo a partir de incorporar este elemento se podía llegar a entender a los aficionados porteños de la ópera. Aún con las diferencias entre la población de estudio de ese trabajo y el nuestro, porque se trata de dos actividades de recreación muy distintas, también hay varios puntos de contacto, uno de ellos es el apasionamiento total con la actividad de los nativos, el segundo es que los contextos de acción en que se realizan, si bien pueden ser localizados en un espacio específico, en el caso de los fanáticos de la ópera el Teatro Colón, en nuestro caso el gimnasio *Boulevard*, también los exceden. Así resulta que hay fanáticos de la ópera en muchos más teatros, así como hay muchos más *fierreros* que los que van a diario al *Boulevard*.

⁹⁴ Y esto aún a pesar de de que los *fierreros* dejen de entrenar, ya sea por una lesión o por falta de tiempo por ejemplo, durante días, semanas o meses. Sin embargo, cuando esto sucede, lo viven con “culpa”, sabiendo que deben volver lo antes posible, porque *el cuerpo lo necesita*, porque *se los pide* o porque simplemente no pueden abandonar esta “pasión”, que en algún aspecto parece tener un componente netamente adictivo.

Volviendo sobre el tema de la retribución que los *fierreros* van a obtener de su “trabajo”, creemos que para entender esto es fundamental primero que nada tener en cuenta que lo que van a lograr ellos es un rédito más simbólico que monetario, que les sirve para mostrarse a si mismos a través de su cuerpo como una especie de “superhombre”, porque han exacerbado todas las características socialmente pensadas como “masculinas”, por un lado, a la vez que por el otro, pueden exhibirse frente a los otros como personas caracterizadas por su entrega, voluntad y fe férreas en si mismos. Así, ellos intentan conjugar en su persona y en su cuerpo, rasgos pensados como masculinos, como la fuerza y la potencia corporal, aunque sin perder su carácter flexible para poder “adaptarse” a los cambios y las situaciones distintas; todo, claro está, encarnado en la carne de sus cuerpos. A estos rasgos masculinos también le han adherido características socialmente positivas asociadas a la voluntad de su ser que todo lo puede, donde no hay obstáculos insalvables, siempre que “crean en si mismos”.

Para entender la construcción de la identidad personal masculina de los *fierreros* se nos reveló como fundamental prestar atención a las formas de sus cuerpos así como al modo en que lo piensan e intervienen sobre él con un conjunto de prácticas diversas, que van desde lo que ellos consideran el trabajo propiamente dicho hasta otras que son incorporadas como “suplemento” extra-trabajo, y que aluden a un sinfín de mercancías varias. Todo esto, claro está, implica una compleja operación de exhibición-ocultamiento donde ellos tratan de mostrar lo que creen positivo de si y de sus cuerpos, mientras que buscan esconder los hábitos que podrían ser pensados por los otros como desviados (Becker, 1971), como el uso de esteroides anabólicos. Por ello, estas últimas prácticas tratan de reservarse a la esfera íntima y/o mantenerse en secreto, aún cuando se nos revelaron como fundamentales en este proyecto de construcción de una supermasculinidad entre los *fierros*.

Si Simone de Beauvoir sostuvo alguna vez que “las mujeres no nacen sino que se hacen”, la misma afirmación podría valer para los hombres. Según Archetti (2003) en la construcción de lo masculino hay un elemento moral que liga a los sujetos, en el caso del autor, aficionados al fútbol, el polo y el tango. En el estudio que nos atañe, este aspecto moral está constituido por los valores a los que se ligan las prácticas que los *fierreros* llevan a cabo, ya sea esfuerzo, voluntad y/o sacrificio, entre otros, de si y de su cuerpo. Del otro lado, la apariencia corporal constituye el reflejo exhibido de esos valores hecho carne, por lo que antes que dos aristas en contradicción, de la conjunción de ambas surge esta manera específica de ser hombre.

También Archetti sostuvo que los modos en que “los hombres se diferencian entre sí, se ha descuidado en la antropología a excepción de ciertos análisis de la homosexualidad (2003:160). Esto es cierto, y en tal sentido han surgido una serie de trabajos en los últimos años (Meccia, 2006 y 2011 o Leal Guerrero, 2011), donde se ha analizado con gran detalle la construcción de masculinidades homosexuales. Así por ejemplo, Leal Guerrero sugirió que el sentido de la masculinidad de los “hombres que se buscan y encuentran por Internet” para establecer contactos sexuales virtuales y/o reales y ejercer la “aphrosidia”, retomando una noción de Foucault, está relacionado en gran medida con la apariencia física, con lo que ellos muestran de sí y de su cuerpo frente a los otros y virtualmente. Sin embargo, bastante menor es la importancia que ha tenido la indagación de otredades masculinas heterosexuales, en particular de aquellas que, como en el caso de los *fierros*, intentan construirse y mostrarse públicamente como “hiper-heterosexuales”.

Leal Guerrero también sostuvo que, a diferencia de lo que ocurre con “los hombres que se buscan y encuentran por Internet” que él estudió, auto-construirse como “hombre” en los trabajos de Garriga y Moreira (2003), por ejemplo, estaba más en relación con un aspecto moral, signado por los valores de la cultura del “aguante” que los miembros de la hinchada comparten, al mismo tiempo que con lo corpóreo, debido a que para pertenecer a la hinchada es necesario portar el cuerpo que dentro de esa subcultura es considerado legítimo. Nuestro trabajo está más en sintonía con estos últimos autores que con los aportes de Leal Guerrero, porque también observamos ambos componentes como indisociables: quienes se construyen como hombres entre los *fierros* marcan en el cuerpo rasgos corporales específicos de su sentido de la masculinidad, pero al mismo tiempo a estos hombres jóvenes los une un repertorio de hábitos de vida que son parte de una moralidad compartida.

Ahora, para desarrollar esta construcción compleja de “hombre”, los *fierros* tienen que reificar una concepción de persona sumamente individualista: se trata de una manera de pensarse a sí mismos de forma aislada, donde lo único que tienen como capital es su fuerza de voluntad. Para ellos, su cuerpo es un producto construido en función de esa voluntad y del esfuerzo individual; *valorar la confianza en uno mismo*, así como *tener fe en sí* son el *leitmotiv* entre los *fierros*, donde “*a pesar de todo*” es posible lograr lo que se proponen -ese cuerpo- cuando se tiene plena confianza en sí. Si la fe es grande es posible superar todos los obstáculos para lograr un cuerpo *fierro*, al

mismo tiempo que para transformarse en la clase de hombre que ellos aspiran ser, y esta concepción de persona impera entre los *fierros* aún a pesar de que algunos *ferreros* como Néstor pusieran gran parte de los clichés en discusión. Así entonces, entre hipermasculinidad, hiperheterosexualidad e hiperindividualidad parece existir un vínculo cierto, característico de la cultura de los *fierros*, pero que también sirve para ejemplificar la relación cada vez más significativa que tienen cuerpo y género en las sociedades contemporáneas.

Repensar los modos en que se construyen las masculinidades en distintos espacios sociales es importante para actualizar los debates sobre género tan vigentes en nuestro país, ya que a pesar de esa vigencia, estudiar la conformación de las masculinidades no parece ser un tema prioritario de la “agenda de género”. Incluso, cada vez que se menciona la “cuestión de género” en la esfera pública ésta parece estar solo en relación con las mujeres, cuestión que si bien es fundamental es incompleta para entender tanto la cuestión de género como las relaciones múltiples entre los géneros.

Finalmente, también lo que hicimos en esta tesis fue problematizar un poco más profundamente los significados de sentido común más arraigados: qué los hombres que habitan los gimnasios tienden a estar tan inmiscuidos en entrenar su cuerpo que no piensan en otra cosa más que ello, o que se convierten en “*cabezas huecas*” que no razonan. Por el contrario, vimos como ellos tienen vidas comunes y corrientes, y razonan con suma lógica cada una de sus decisiones corporales.

Otra de las apreciaciones más comunes es que quienes consumen anabólicos se convierten en *patovicas* violentos. Éstas son dirigidas la mayoría de las veces desde los medios masivos de comunicación, cuando elaboran sus informes de investigación sobre el “extendido” consumo de anabólicos en los gimnasios porteños. Por el contrario, en esta tesis vimos que éste no parece tan extendido, sino que es una práctica más que se inscribe dentro de un conjunto de actividades lógicamente concatenadas entre sí, y que quienes los consumen, lejos de transformarse en unos “*patovicas inadaptados con ganas de golpear gente*”, tienen, como recién dijimos, vidas, trabajos y familias bastante corrientes.

Así, ellos moldean su carne de acuerdo a unas pautas que los impulsan a sumar kilos, a engrandecer su cuerpo, a construir una musculatura que observa un único límite, el que propone el saber médico alrededor del “cuerpo correcto”, entendiendo este último como aquél que se encuentra en una relación de sincronía entre la altura y el peso

personal. Sin embargo, esto último con reservas, ya que en el caso de que hayan construido un cuerpo tan voluminoso que superó la barrera de lo que el discurso médico propone como “normal y saludable”, intentan rebatir los argumentos sosteniendo que el índice de masa corporal (IMC), solo aplica para “hombres normales”. Ellos, en cambio, como son “superhombres” construidos entre los *fierros*, deberían ser medidos de acuerdo a otras pautas, porque ellos no están enfermos, ni su sobrepeso es consecuencia de la vida sedentaria y/o los hábitos alimenticios incorrectos. Por el contrario, ellos muestran en muchos casos, porcentajes de grasa corporal menor a los de los hombres que tienen sus cuerpos en una relación sintónica, incluso a pesar de que los superan ampliamente en el peso corporal total. Esta no es la única definición médica que ellos ponen en tela de juicio. Por el contrario, también discuten la vigorexia, como ya hemos dicho, y antes que como una patología que aqueja a sus cuerpos, invierten su significado, y la recrean como una “virtud” que los caracteriza, como parte de su personalidad. Ser vigoréticos, para ellos, está ligado al esfuerzo personal, a una vida construida alrededor del sacrificio físico. Además, los *fierros* juzgan a quienes no son vigoréticos como los “verdaderos enfermos”, como todos esos hombres que llevan vidas signadas por el sobrepeso, el sedentarismo y los hábitos poco saludables. Para ellos, ser vigoréticos es motivo de orgullo, por lo menos así lo entendían varios de los *fierros* del foro virtual, quienes consideraban que se trata, en realidad, de una manera de vivir, que, como me lo resumieran en una frase, *si tenés todos los síntomas quiere decir que vas por el camino correcto*.

En definitiva, este grupo de hombres jóvenes parece caracterizarse por cierto anhelo de extender su juventud masculina más allá del paso del tiempo y para lograrlo intentan potenciar cotidianamente la práctica con los *fierros*. A partir de esta práctica que creen central en sus vidas tratan de convertirse, transformando su cuerpo, en esos jóvenes superhombres que anhelan ser, en tanto representa para ellos el tipo de masculinidad que construyen y que desean, y que para estudiar y para ver cómo los *fierros* se construyen como hombres, tuvimos que prestar atención a qué significa para ellos todo el repertorio de actividades que llevan adelante. Sin embargo, lo que no aparece en sus horizontes es la posibilidad de dejar de ser hombres jóvenes, aún a pesar del paso del tiempo, como si se imaginarán a sí mismos como capaces de seguir levantando peso eternamente, cuando esto ciertamente no es posible. ¿O es posible?

Anexo I. Los personajes

En el Boulevard

Andrés es el instructor del *Boulevard* y tiene treinta años. Él está a cargo del gimnasio por las noches, casi siempre solo. Actualmente tiene un colaborador, un joven Profesor de Educación Física que está haciendo sus “primeras prácticas”, aunque también estudia Derecho en la Universidad de Buenos Aires. Años atrás, en cambio, su único colaborador era Jonathan, aún a pesar de que este último no había estudiado el Profesorado de Educación Física. Sin embargo, él estaba “habilitado” para ejercer esa función por el cuerpo que portaba, entendiendo el papel que juega el capital corporal en el *Boulevard*, más que por determinados saberes específicos legítimos y legitimados. Por su parte, Andrés tiene una apariencia corporal bastante distinta de la de los entrenadores de otras salas, como por ejemplo los del *Dance*: si bien tiene un físico corpulento, no está “hiperentrenado” con los *fierros*. Generalmente está vestido con ropas holgadas que tapan casi todo su cuerpo, no importa si es verano o invierno. Como complemento a su actividad de instructor trabaja reparando computadoras. Vive en pareja en el barrio de Flores.

Lorenzo tiene treinta y dos años y es uno de los miembros del *Boulevard* que mejor conocí. Trabajaba haciendo “*changas*” de plomería, luego tuvo algunos trabajos como empleado administrativo y, hasta hace poco, se encontraba buscando empleo nuevamente. Está separado y recientemente volvió a formar pareja.

Jonathan tiene 27 años y es estudiante de abogacía. A la carrera de derecho llegó hace unos pocos años atrás, antes había estudiado Relaciones del Trabajo, ambas en la Universidad de Buenos Aires. Años atrás, cuando estudiaba su primera carrera, la cual no terminó, era uno de los colaboradores de Andrés en el *Boulevard*. Allí se encargaba de que la sala estuviera en condiciones, recogiendo los discos que quedaban en el piso, retirando los pesos de las barras y acomodándolos en sus lugares. Es soltero y actualmente trabaja en el área de recursos humanos de una empresa privada.

Gustavo tiene 30 años y estudia la Licenciatura en Administración en la Universidad de Buenos Aires. Desde que lo conozco, tuvo varios trabajos: fue preceptor en una escuela, era vendedor en una pinturería, trabajó en un shopping y luego comenzó a trabajar para un canal de televisión, empleo que consiguió gracias al avance en su carrera universitaria. Era soltero y vivía solo en Caballito.

Lionel tiene veintisiete años, vive en Flores, está en pareja y trabaja en el Servicio Penitenciario Federal. Hace unos años atrás, estudiaba Derecho en la Universidad Católica Argentina, pero terminó abandonando.

En el foro virtual

Néstor tiene 23 años. Es empleado del Gobierno de la ciudad de Buenos Aires y es soltero. Había comenzado a estudiar Ciencia Política en la UBA y luego se pasó a la carrera de Relaciones de Trabajo, porque a su entender era más “redituable” laboralmente. Como compartíamos una carrera universitaria, entablamos una relación de amistad duradera. Néstor se reconoce “marxista” y es sumamente crítico de la “cultura del gimnasio”, a pesar de estar, como todos, sumamente involucrado con ella. Residía cerca del *Boulevard* aunque no entrena en allí, sino en otro gimnasio cercano que tiene una “atmósfera” bastante parecida, según él. Ha sido un lector agudo de mis textos y ha hecho comentarios sumamente importantes.

Iván es otro de los *ferreros* que mejor conocí, y a quien también me une una relación de amistad a pesar del paso del tiempo. Vive en el barrio de Almagro, tiene alrededor de treinta años y trabajos de los más variados: cuando lo conocí era *patovica*, también tenía un emprendimiento propio en la construcción, y era accionista en bolsa. Actualmente es profesor de Educación Física en una escuela pública muy importante de la ciudad de Buenos Aires. Está en pareja.

Cristián es un profesional a punto de cumplir cuarenta años, graduado de una universidad privada y dedicado al negocio de la seguridad e higiene laboral en las empresas. Cuando lo conocí tenía un hijo pequeño, hace unos años ha sido padre

nuevamente. Tiene un pasar bastante acomodado y reside en Vicente López, en la zona norte de la provincia de Buenos Aires, con su mujer y sus hijos.

Santiago está a punto de cumplir treinta años y es un profesional del área de sistemas de una compañía. De todos los *ferreros* del foro, él era el que estaba más *grosso* de todos. Entrenaba en uno de los gimnasios “*del palo*” en la zona Sur, donde también vive.

Mario es amigo de Santiago y tiene la misma edad que él. Era encargado de venta al público en un importante comercio de electrodomésticos de Capital Federal. También residía en la zona sur; actualmente continúa entrenando aunque con un “*ímpetu más normal, menos enfermizo*”, según sus términos.

José era el mayor del grupo. Actualmente tiene casi cuarenta y cinco años. Es soltero y al igual que Cristián tiene un pasar económico sumamente holgado. También reside en la zona norte; se había ido a vivir solo a una quinta cerca de Pilar. Estaba vinculado al mundo del arte y tenía muy buenos ingresos provenientes de su trabajo como restaurador de cuadros antiguos.

Marcelo era el más joven del grupo con sus 22 años y trabajaba en un estudio jurídico. A la par, estudiaba Administración en la Universidad. Tampoco entablé una relación duradera con él; sólo sé, según me ha contado hace poco Iván, que se estaba preparando para competir en fisicoculturismo con un entrenador “*del palo*” en el ambiente de los gimnasios.

Anexo II. Glosario de términos

Aeróbicos: En términos amplios, ejercicios de baja intensidad y de larga duración; en términos nativos, ejercitar el cuerpo con la “cinta” para correr y/o la bicicleta fija.

Aminoácidos: Suplemento nutricional muy popular entre los *fierreros*.

Anaeróbicos: En términos amplios, ejercicios de alta intensidad y de poca duración; en términos nativos *hacer fierros*.

Barrilete: Individuo que asiste al gimnasio de forma temporal, generalmente, solo de septiembre a enero.

Creatina: Suplemento nutricional que permite incrementar la energía instantánea disponible y acelerar la recuperación muscular.

Ciclo: Manera en que los *fierreros* consumen los esteroides anabólicos. Esas sustancias son ingeridas en esquemas de distinta duración, aunque generalmente duran entre cuatro y doce semanas. Supuestamente, para los *fierreros*, consumir las sustancias así permite controlar los riesgos y/o los efectos secundarios.

Deca: Abreviatura de Deca-durabolin, nombre comercial del decanoato de nandrolona, un esteroide inyectable bastante popular que, debido a su alto costo, es accesible sólo a unos pocos. Por tal motivo también, la mayoría de los *fierreros* que conocí casi no lo usan: mejor dicho, lo reemplazan por otra sustancia que estiman tiene propiedades similares.

Definición: Antes que a un objeto en sí, remite a una característica propia de un objeto. Así entonces, decimos que se trata de una *rutina*, una dieta y/o una época del año de “*definición*”. Cuando se refiere a una *rutina* es porque en ella se priorizan todos los ejercicios más livianos, con miras al *marcado* del cuerpo. Del mismo modo, cuando se habla de una dieta de *definición* es porque se ingieren los alimentos más “acordes” para *marcar* el cuerpo. Respecto a la época de *definición* ésta coincide con la llegada de la primavera, aproximadamente, hasta el fin de la temporada de vacaciones de verano.

Diana: Abreviatura de dianabol, nombre de un esteroide oral muy popular en los gimnasios porteños.

Ejercicio: El ejercicio es un movimiento corporal determinado. Sin embargo, en los términos de esta tesis es también el elemento central de los componentes *rutina-ejercicio-serie-repetición* en función de los cuales se organiza toda la actividad en el *Boulevard*.

Estano: Abreviatura de estanozolol. Sin dudas, el esteroide más popular en los gimnasios porteños. Aunque puede ser ingerido tanto de modo oral como inyectable, la *pirámide de estano oral* es el *plan* más frecuente de todos, sobre todo entre quienes inician su experiencia con los anabólicos.

Fierros: Máquinas, barras y mancuernas para entrenar el cuerpo en el gimnasio.

Fierros: Individuos que asisten al gimnasio habitualmente a entrenar con los *fierros*.

Glutamina: Suplemento nutricional muy popular entre los *fierros*.

Groso: Refiere al cuerpo que tiene acumulado tamaño muscular exuberante.

Inflado: Persona que se encuentra en un plan o recién lo culmina. Debido a ello y a la ingesta de anabólicos, supuestamente para los *fierros*, el cuerpo retiene mayor cantidad de agua por lo que parece “*inflado*”.

Marcado: Refiere al cuerpo que se le notan los músculos, especialmente en la zona abdominal.

Masa: Sinónimo de volumen y/o músculo.

Papa: Modo coloquial de denominar a los anabólicos en los gimnasios porteños.

Papeado: Persona que está tomando *papa*.

Patovica: Guardia de seguridad de bares y discotecas. El origen del término “*patovica*” no es claro y existen varias hipótesis. El rasgo común que une a todas las versiones existentes es que se ubican geográfica y temporalmente en la misma zona, el norte de la provincia de Buenos Aires, Escobar o Ingeniero Maschwitz, y en las décadas de 1940 y/o 1950. La primera de las hipótesis sostiene que en la localidad de Ingeniero Maschwitz existía un establecimiento dedicado a la cría de patos, propiedad de Don **V**ictor **C**asterán. Supuestamente, en esa granja los patos eran alimentados a base de leche y cereales, razón por la cual desarrollaban tamaños voluminosos. También hay quienes sostienen que el tamaño excesivo de los patos era consecuencia directa de que se los trataba con hormonas. Según el relato, alguien observó los patos e indicó que “*se parecen a los levantadores de pesas, los fisicoculturistas, esos tipos son como los patos vicca*”. La segunda de las versiones implica a Mirko Tapavica, un yugoslavo fisicoculturista que entrenaba en el club Gimnasia y Esgrima de Buenos Aires. Quienes lo conocieron sostienen que después de sus entrenamientos solía beber varios litros de leche. Por ello, y en relación con la hipótesis anterior, alguien señaló: “*Mirá, parece un pato vicca*”, en referencia al tamaño del yugoslavo, tan parecido al de los patos de la granja, con los cuales además compartía la dieta a base de leche. A eso también se suma la similitud entre el apellido Tapavica con el término “*patovica*”, por lo que tampoco

sería ilógico -agregando una tercera hipótesis- que el término *patovica* sea una deformación del apellido del yugoslavo. La última versión, también relacionada con una granja de patos, sostiene que el nombre “*patovica*” surgió como consecuencia de que estaba ubicada en la localidad de **VI**cente **CA**sares. Nuevamente, debido al gran tamaño de los animales de esa granja, éstos fueron rápidamente comparados con los cuerpos de los levantadores de pesas y/o los fisicoculturistas. Además, hay quienes también sostienen que los patos de la granja Vicca eran uno de los pilares de la dieta de los levantadores de pesas de la época. En definitiva, las hipótesis son varias, incluso algunas son contradictorias entre sí. Toda esta información se puede consultar en “Otras voces. El patovica”. (Bugarini, 2008).

Pirámide: Manera de ingerir los esteroides orales, especialmente el *estano*. Sobre la efectividad de consumir las sustancias de este modo hay disputas entre los *fierreros*: mientras algunos las consideran acertadas, otros las creen obsoletas, prefiriendo ingerirlas en dosis iguales. A modo de ejemplo, una pirámide clásica consiste en ingerir el *estano* de acuerdo al siguiente esquema: 2-3-4-5-5-4-3-2. Es decir que, en un plan de ocho semanas, la cantidad de comprimidos que se debe ingerir en cada una de ellas asciende desde dos, hasta alcanzar el “*pico*” de la *pirámide* en cinco, luego de lo cual, se comienza a descender nuevamente hasta la base de dos.

Plan: Ídem *ciclo*.

Post-ciclo: Es una rutina de medicamentos que se ingiere luego de un plan de esteroides anabólicos. Así como los anabólicos son consumidos en “combo”, o sea, utilizando varios de forma simultánea, los post-ciclos se realizan de igual modo. El objetivo de este tratamiento es asegurar las ganancias musculares del período anterior, así como “restablecer” el equilibrio del cuerpo, lo más rápidamente posible.

Proteína: Suplemento nutricional muy popular entre los *fierreros*.

Repetición: Es el movimiento corporal en sentido estricto, la unidad de medida más mínima.

Rutina: Se denomina así a la organización global de los ejercicios corporales en el gimnasio. La rutina se va modificando a medida que pasa el tiempo y/o se acumula mayor experiencia con el entrenamiento.

Serie: Grupo de ejercicios iguales de una misma parte corporal.

Sustanon: Testosterona de uso inyectable.

Temporada: Se denomina así al período que comienza con la llegada de la primavera, aproximadamente, y culmina luego de superado el verano. Durante ese interregno de tiempo se acerca mucha más gente a los gimnasios de la ciudad.

Testoviron: Testosterona de uso inyectable.

Volumen: Es la contrapartida de “definición”. Antes que a un objeto en sí, remite a una característica propia de un objeto. Así entonces, decimos que se trata de una *rutina*, una dieta y/o una época del año de “*volumen*”. Cuando se refiere a una *rutina* es porque en ella se priorizan todos los ejercicios de mayor potencia física. Del mismo modo, cuando se habla de una dieta de *volumen* es porque se ingieren alimentos en búsqueda de *ganar* peso y masa muscular. Respecto a la época de *volumen* ésta coincide con la llegada de la época fría del año, aproximadamente, y hasta el comienzo de la primavera.

Anexo III. Imágenes

Ejemplo de ficha de inscripción

RUTINAS DE EJERCICIOS: 3 veces x semana en Gimnasio.

		EJERCICIOS	Series	Repeticiones	Carga
Calentar	bicicleta	1		5 minutos	suave
	Abdominales cortitos	3		10	
	Espinales-lumbares	3		10	
Tren Superior	Press bco plano (pecho)	1 (calentar)		20	barra
	Press banco plano	4		15	+10kg
	Tirón tras nuca (dorsal)	1 (calentar)		20	15kg
	Tirón tras nuca	4		15	20kg
	Extensión Triceps polea	3		12	5
	Curl con barra (biceps)	3		12	5
Tren Superior	Cuadriceps sentado	1		20	15
	idem	3		15	20
	Isquiotibial en camilla	1		20	10
	idem	3		15	15
	Pantorrillas parado	3		18	20
Hombros	Vuelo lateral	3		12	5
	Vuelo anterior	3		12	5
	Vuelo posterior	3		12	5
		Bicicleta o cinta (trote)	1	30 minutos	suave
		Elongación muscular	3 x musc.	10" c/musc.	

Alumno: Nivel principiante 1

Observaciones: Acondicionamiento Físico general

Plan alternativo para desarrollar en días libres

		EJERCICIOS	Series	Tiempo	Vol.
Aire Libre	Movilidad Articular libre	1		5 minutos	35 minutos
	Caminata rápida	1		5 minutos	
	Trote suave	1		10 minutos	
	Trote rápido	1		10	
	Trote suave	1		5	
	Elongacion muscular	3 x musc.		10" c/musc.	

NOTA:

El tiempo de descanso de cada grupo muscular posterior al entrenamiento de esta actividad es de 42 a 72 hs.

El orden de las zonas a trabajar es indistinto, pero se recomienda en lo posible comenzar por la zona media.

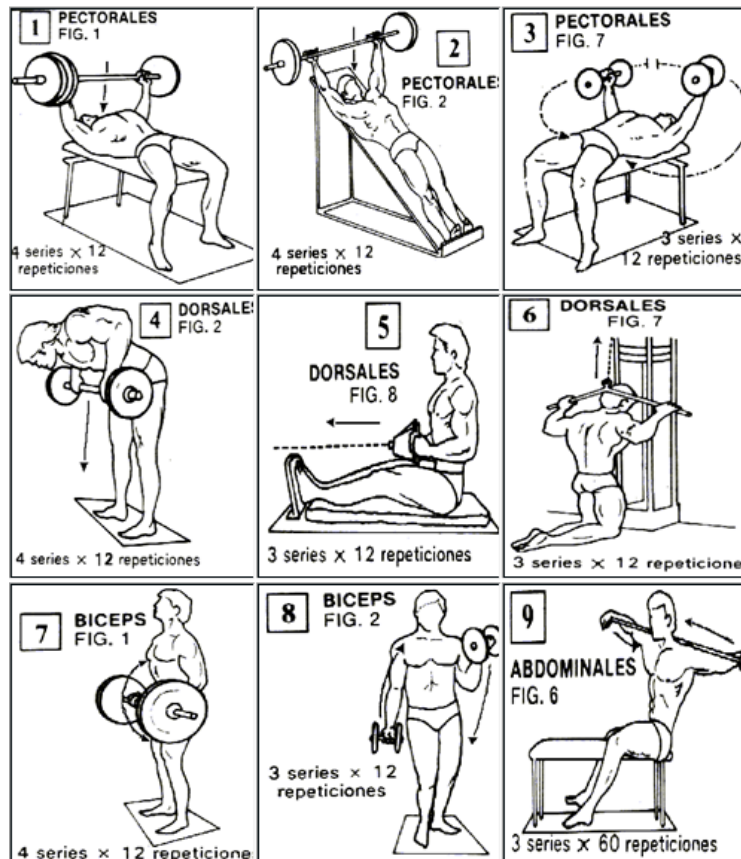
Una vez iniciada una zona conviene finalizarla antes de pasar a otra. El kilaje a utilizar deberá aquel que permita alcanzar el número de repeticiones en la planilla.

Se recomienda realizar ejercicios de stretching y aeróbicos por lo menos tres veces por semana para lograr una condición física ideal.

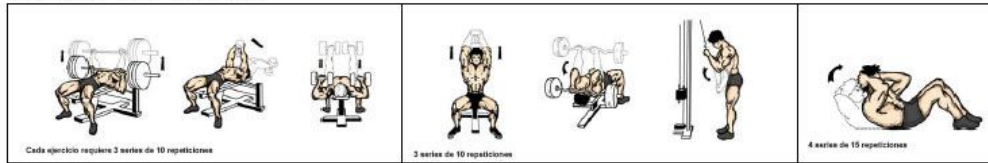
Por favor: ante cualquier duda consulte con el instructor o Profesor a cargo.

Suerte y muchas gracias.

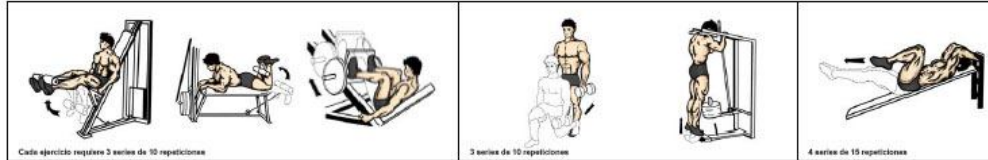
Ejemplo de rutinas



Día 1- Pecho - Tricep - Abdominales



Día 2- Piernas - Pantorrilla - Abdominales



Día 3- Espalda - Bicep - Hombros



Recuerde que toda Rutina de entrenamiento debe ser acompañada de al menos 15 minutos de pre calentamiento, algunos ejercicios pueden estar contraindicados para algunas condiciones de espalda o cardiacas por lo recuerde consultar a su medico o a un entrenador sobre cualquier limitación físico o malestar causado por algún sobre esfuerzo.
 Use el peso que pueda controlar, si es su primera vez, utilice peso ligero, no se sobre esfuerce, entre día y día tome un día de descanso, recuerde tomar agua y descansar entre repeticiones.
 Respirar es muy importante, si no sabe como realizar el ejercicio consulte a uno de los entrenadores de su gimnasio.

Día 1- Pecho - Tricep - Abdominales



Día 2- Piernas - Pantorrilla - Abdominales



Día 3- Espalda - Bicep - Hombros

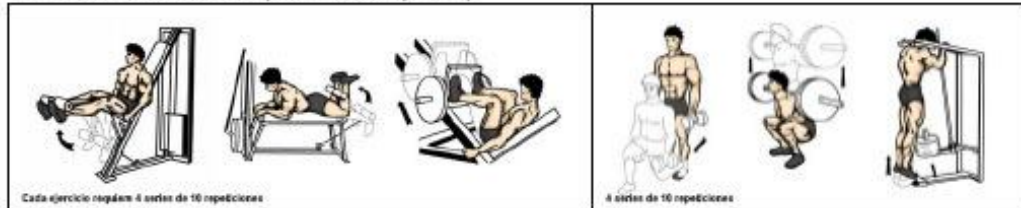


Recuerde que toda Rutina de entrenamiento debe ser acompañada de al menos 15 minutos de pre calentamiento, algunos ejercicios pueden estar contraindicados para algunas condiciones de espalda o cardiacas por lo recuerde consultar a su medico o a un entrenador sobre cualquier limitación físico o malestar causado por algún sobre esfuerzo.
 Use el peso que pueda controlar, si es su primera vez, utilice peso ligero, no se sobre esfuerce, entre día y día tome un día de descanso, recuerde tomar agua y descansar entre repeticiones.
 Respirar es muy importante, si no sabe como realizar el ejercicio consulte a uno de los entrenadores de su gimnasio.

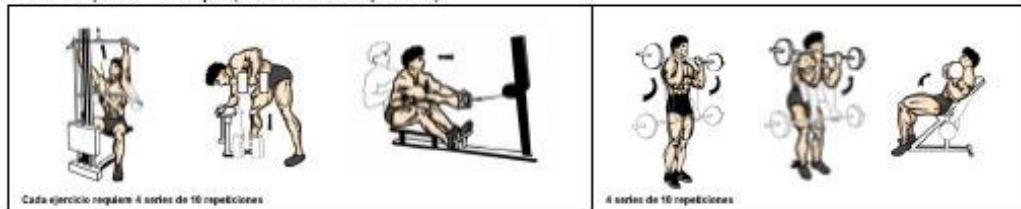
Día 1- Pecho - Tricep - (Abdominales opcional)



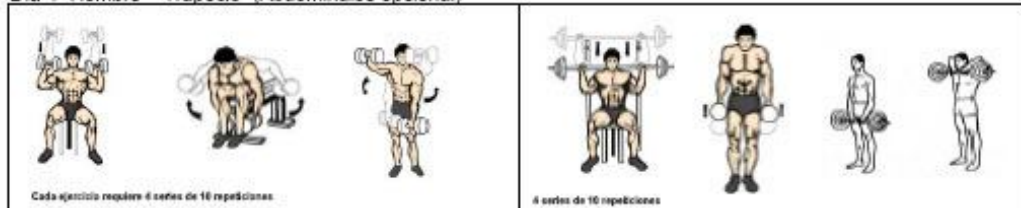
Día 2- Piernas - Pantorrila - (Abdominales opcional)



Día 3- Espalda - Bicep - (Abdominales opcional)

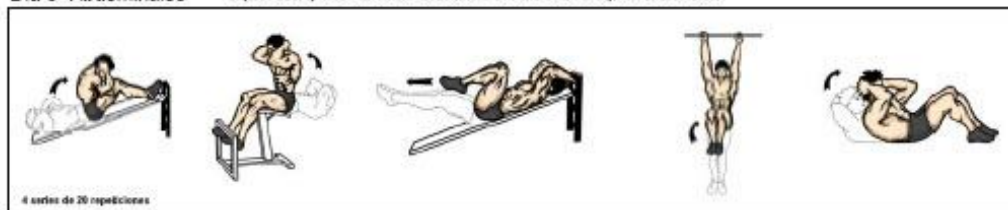


Día 4- Hombro - Trapecio- (Abdominales opcional)



Día 5- Abdominales

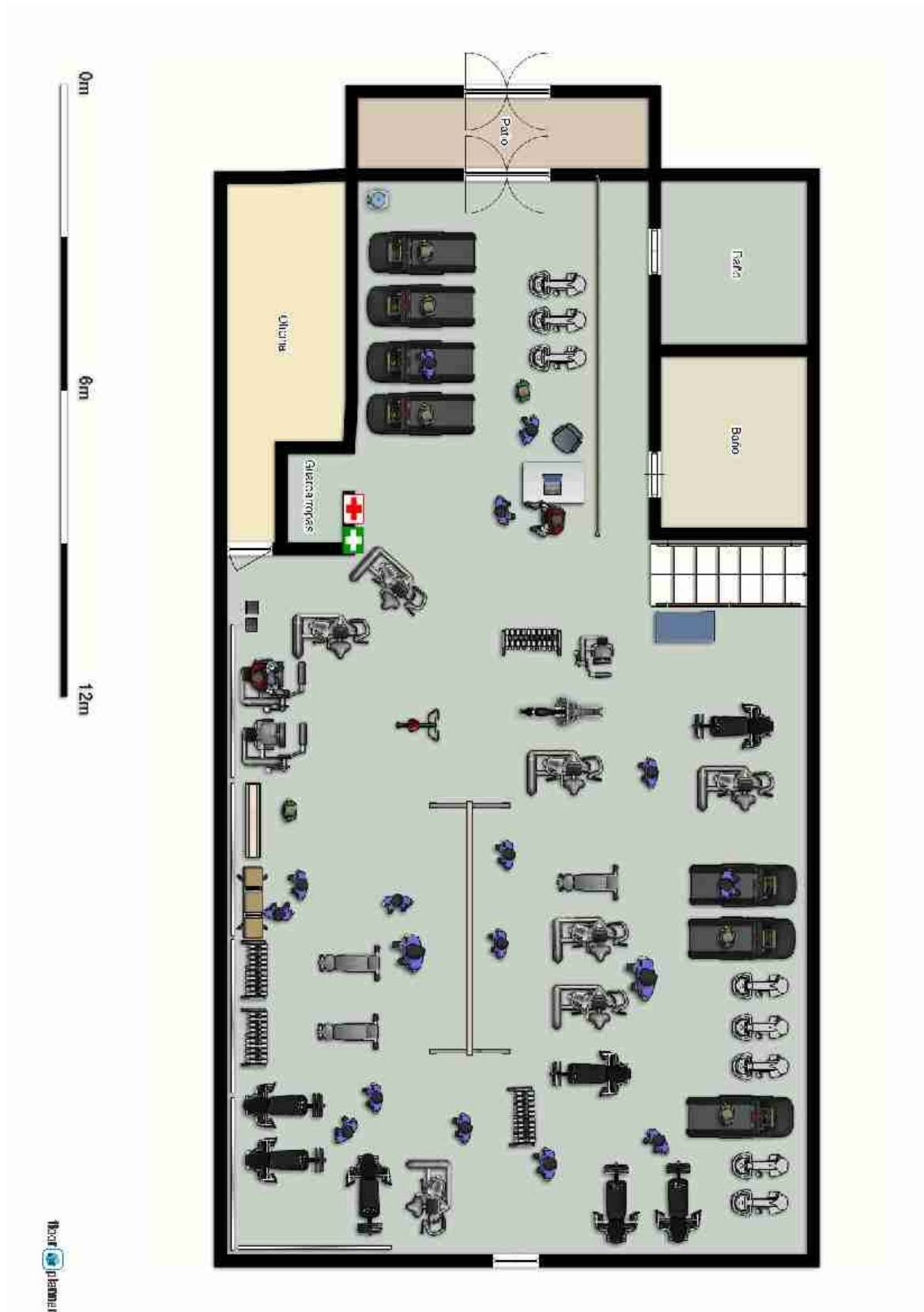
Si quinto día es opcional si al final de cada entrenamiento le dedica uno o dos ejercicios de abdominales



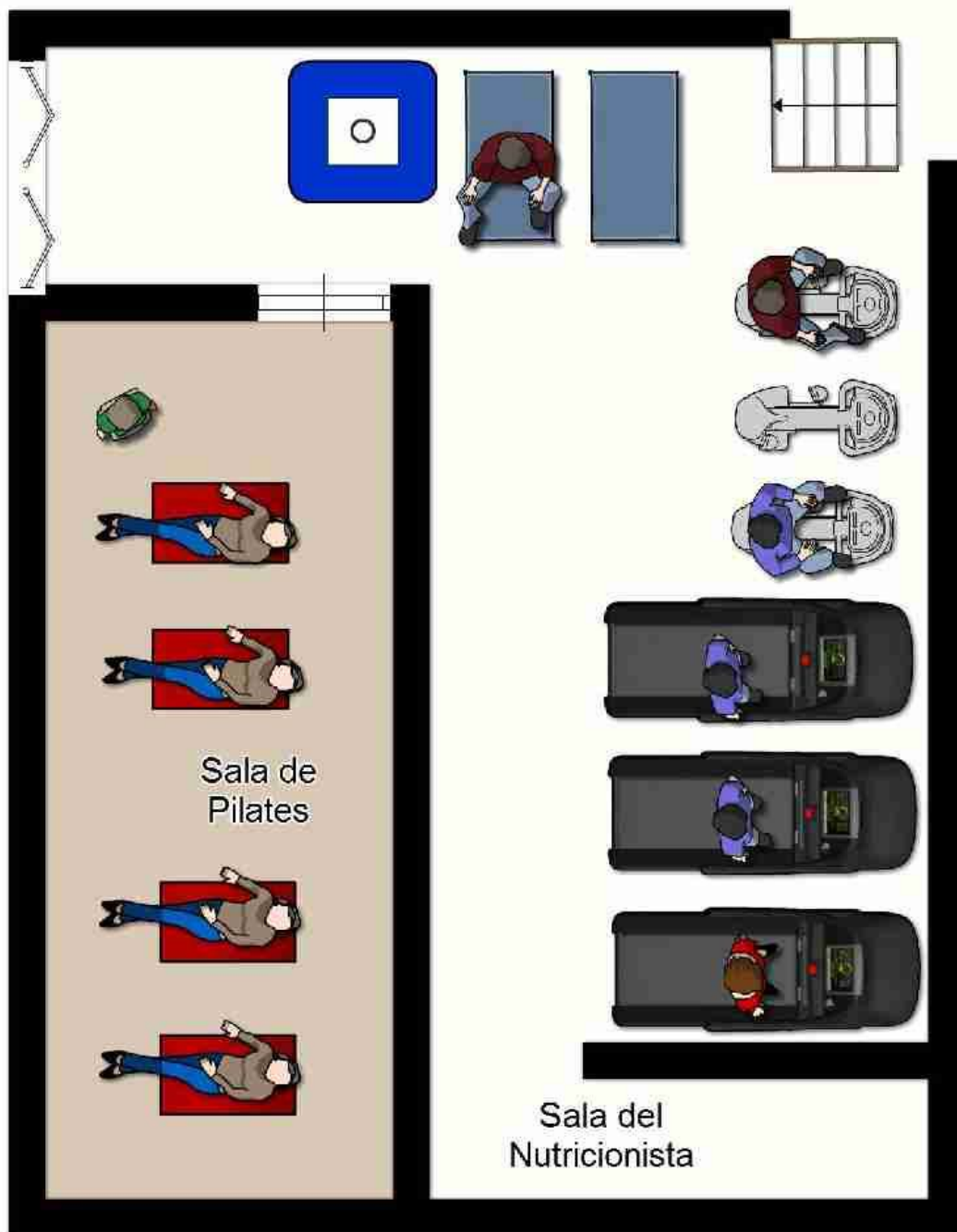
Recuerde que toda Rutina de entrenamiento debe ser acompañada de al menos 15 minutos de pre-calentamiento, algunos ejercicios pueden estar contra indicados para algunas condiciones de espalda o cardiacas por lo que recuerde consultar a su medico o a un entrenador sobre cualquier limitación física o malestar causado por algún sobre esfuerzo. Use el peso que pueda controlar, si el peso es excesivo utilice ayuda adicional para controlarlo, recuerde su seguridad sin importar que ya lo haya realizado con anterioridad, evite lesiones innecesarias, si es su primera vez, utilice peso ligero o de acuerdo a su control, no se sobre esfuerce, recuerde darle tiempo al músculo para su descanso, consulte con un entrenador personal si desea otros resultados adicionales.

Tipología de gimnasio: el Boulevard

Planta baja: fierros y aeróbicos



Planta alta: aeróbicos y pilates



0m 2m 4m

floor planner

Ejemplos de dietas

Nombre y Apellido 1

Fecha 1

DIETA

Para aumentar NIVEL 1

DESAYUNO 1

150 g. de queso por salud
6 rodajas de pan negro y un
vaso de leche descremada

DESAYUNO 2

200g. De avena con leche
descremada

DESAYUNO 3

200g. De nestun con leche
descremada

DESAYUNO 4

3 bananas 6 rodajas de pan
negro con miel

DESAYUNO 5

1 café con leche 6 galletas
de arroz con miel y 150g.
De queso por salud

DESAYUNO 6

150g. De nestun con 150g.
De avena y 10 claras de
huevo

MEDIA MAÑANA 1

1 yogurth ser de ½ litro con
fruta

MEDIA MAÑANA 2

300g. De pasas de uva o
almendras con un vaso de
leche descremado

MEDIA MAÑANA 3

1 licuado con 2 bananas
5 claras 1 yema y leche
descremada

MEDIA MAÑANA 4

5 rodajas de pan negro
1 queso ser

MEDIA MAÑANA 5

5 naranjas y 2 latas de
arvejas o 200g. De arroz

MEDIA MAÑANA 6

2 latas de atún con
6 rodajas de pan negro

ALMUERZO 1

1 pechuga con 300g. de
puré de papas con 10c. De
aceite Natura

ALMUERZO 2

200g. de carne con 200g.
de pastas

ALMUERZO 3

300g. de pescado con
200g. de puré de batata
3 rodajas de pan negro y
1 fruta

ALMUERZO 4

300g. de arroz con 2 latas
de atún

ALMUERZO 5

300g. de lenteja con 200g.
de pastas

ALMUERZO 6

2 pechugas con 200g. de
pastas

MERIENDA = DESAYUNO

MEDIA TARDE = MEDIA MAÑANA

CENA = ALMUERZO

El secreto de un buen plan de pérdida de grasa corporal es el de no comer más de lo que su cuerpo necesita, por el contrario, se debe comer un poquito menos.

Nombre y apellido :

Fecha :

DIETA

Para aumentar NIVEL 2

Desayuno 1 300 g de avena con 10 claras	Desayuno 2 250 g de nestun con leche descremada	Desayuno 3 Batido de 10 claras de huevo con 1 queso ser, el jugo de un pomelo y endulcorante a gusto
Desayuno 4 200 g de queso por salud con 100 g de dulce de membrillo y 5 rodajas de pan negro	Desayuno 5 3 bananas 100 g de avena, leche descremada y 5 rodajas de pan negro	Desayuno 6 1 queso ser grande con 6 galletas de arroz y 2 manzanas
Media mañana 1 200 g de arroz con leche	Media mañana 2 1 yogurth ser con 100g de pasas de uvas	Media mañana 3 1 licuado de 3 bananas, 100 g de almendras y 5 claras de huevo
Media mañana 4 3 manzanas miel y 5 rodajas de pan negro	Media mañana 5 6 cucharadas de aceite Natura don 5 rodajas de pan negro con miel	Media mañana 6 3 bananas 1 yogurth ser de ½ litro
Almuerzo 1 300 g de nalga con 300 g de puré de papas y 10 cucharadas de aceite natura	Almuerzo 2 300 g de arroz con 2 latas de atún y ensalada	Almuerzo 3 2 latas de arvejas con 5 claras y 1 yema y 100 g de nalga
Almuerzo 4 1 pechuga con 300 g de pastas y 2 bananas	Almuerzo 5 300 g de lentejas con 200 g de nalga y 100 g de pastas	Almuerzo 6 300 g de pesceto, nalga o cuadril con 200 g de pastas

Merienda = Desayuno

Media tarde = Media mañana

Cena = Almuerzo

Ejemplos de planes

EJEMPLO DE PLAN I: ESTANOZOL EN PIRÁMIDE							
	Estanozolol						
CICLO							
Semana 1	20 mg						
Semana 2	30 mg						
Semana 3	40 mg						
Semana 4	50 mg						
Semana 5	50 mg						
Semana 6	40 mg						
Semana 7	30 mg						
Semana 8	20 mg						
EJEMPLO DE PLAN II: ORALES E INYECTABLES COMBINADOS							
	Testoviron	Boldenona	Dianabol	Tamoxifeno	Clomifeno	HCG	Proviron
CICLO							
Semana 1	250 mg	400 mg	20 mg				
Semana 2	250 mg	400 mg	20 mg	(10 mg)			
Semana 3	250 mg	400 mg	20 mg	10 mg			
Semana 4	250 mg	400 mg	20 mg	10 mg			
Semana 5	250 mg	500 mg		10 mg			
Semana 6	250 mg	400 mg		10 mg			
Semana 7	250 mg			10 mg			
Semana 8	250 mg			10 mg			
Semana 9				10 mg			
Semana 10				10 mg			
POSTCICLO							
Semana 11				10 mg		2500 ui	
Semana 12				10 mg	50 mg		
Semana 13				(10 mg)		2500 ui	25 mg
Semana 14							25 mg
Semana 15							25 mg
* Entre paréntesis significa que su uso es opcional.							
EJEMPLO DE PLAN III: ORALES E INYECTABLES COMBINADOS							
	Sustanon 250	Dianabol	Estanozolol oral	Tamoxifeno	Clomifeno	HCG	
CICLO							
Semana 1	250 mg	20-30 mg					
Semana 2	250 mg	20-30 mg					
Semana 3	250 mg	20-30 mg					
Semana 4	250 mg	20-30 mg		10 mg			
Semana 5	250 mg	20-30 mg		10 mg			
Semana 6	250 mg		40 mg	10 mg			
Semana 7	250 mg		40 mg	10 mg			
Semana 8	250 mg		30 mg	10 mg			
Semana 9			30 mg	10 mg			
POSTCICLO							
Semana 10				10 mg			
Semana 11				10 mg	50 mg	2500 ui	
Semana 12				10 mg	50 mg	2500 ui	
Semana 13				10 mg	50 mg		
Semana 14				(10 mg)			
* Entre paréntesis significa que su uso es opcional.							
EJEMPLO DE PLAN IV: ORALES E INYECTABLES COMBINADOS							
	Estanozolol oral	Dianabol	Boldenona	Estanozolol inyectable	Triac-AP 2mg		
CICLO							
Semana 1	20 mg		200 mg		1		
Semana 2	20 mg			200 mg	1		
Semana 3	30 mg		200 mg		1		
Semana 4		40 mg	200 mg	200 mg	1		
Semana 5		40 mg	200 mg	200 mg	1		
Semana 6	30 mg		200 mg		1		
Semana 7	20 mg			200 mg	1		
Semana 8	20 mg		200 mg		1		
EJEMPLO DE PLAN V: ORALES E INYECTABLES COMBINADOS							
	Propionato	Estanozolol inyectable	Clomifeno	HCG	Tamoxifeno	Clembuterol	Acido tioctico
CICLO							
Semana 1	200-300 mg	150mg/sem				NO	150mg x día
Semana 2	200-300 mg	150mg/sem				NO	150mg x día
Semana 3	200-300 mg	150mg/sem			10 mg	SI	150mg x día
Semana 4	200-300 mg	150mg/sem			10 mg	SI	150mg x día
Semana 5	200-300 mg	150mg/sem			10 mg	NO	150mg x día
Semana 6	200-300 mg	150mg/sem			10 mg	NO	150mg x día
Semana 7					10 mg	SI	150mg x día
POSTCICLO							
Semana 8				2500 ui		SI	150mg x día
Semana 9			50 mg			NO	150mg x día
Semana 10				2500 ui		NO	150mg x día
Semana 11						SI	150mg x día
Semana 12						SI	150mg x día
Semana 13							
Semana 14							

Hombre-músculo-máquina

6 15 CURL DE BÍCEPS EN EL BANCO SCOTT ELEVACIÓN DE TALONES, SENTADO, EN MÁQUINA

6 CURL DE BÍCEPS EN EL BANCO SCOTT

De pie, con la cabeza apoyada en el banco «Lary Scott».

- Iniciar y efectuar una flexión de los antebrazos, esperar al final del movimiento.
- Este movimiento es uno de los mejores ejercicios de localización para los bíceps.
- Atención: Debido a la inclinación del banco, la tensión será muy importante durante la extensión completa de los antebrazos. Se recomienda calentar bien los músculos y utilizar carga moderada al principio.

15 ELEVACIÓN DE TALONES, SENTADO, EN MÁQUINA

Sentado sobre el aparato, la parte alta de los dedos apuñala sobre el asiento, la punta de los pies sobre la calza, los talones en flexión pasiva.

- Efectuar una extensión de los pies (flexión plantar).
- Este ejercicio soluciona especialmente el dolor que muchos se meten en la parte alta, bajo la articulación de la molilla y se une al calcáneo a través del tendón de Aquiles, se favorece en la extensión de los talones.
- La posición flexionada de las molillas relaja los gemelos que se insertan por encima de la articulación de la molilla y por debajo del tendón de Aquiles, de manera que participen poco en la extensión del pie.

4 CURL DE BÍCEPS CON POLIA

4 CURL DE BÍCEPS CON POLIA

De pie, de cara al aparato, el mango cogido en supinación.

- Iniciar y efectuar una flexión de los antebrazos, esperar al final del movimiento.
- Este ejercicio permite localizar el esfuerzo sobre el bíceps además de favorecer una intensa compresión del hombro.

ANÁLISIS DE LOS MECANISMOS DEL BÍCEPS

El biceps está formado por dos cabezas: la braquial y la caput. La braquial se inserta en el tubérculo menor del húmero y el tendón de Aquiles. La caput se inserta en el tubérculo mayor del húmero y el tendón de Aquiles.

1 TRACCIÓN O DOMINADAS EN BARRA FIJA

1 TRACCIÓN O DOMINADAS EN BARRA FIJA

Es suspensión en la barra fija, manos muy separadas en pronación.

- Iniciar y efectuar una flexión de los antebrazos que se mueva hacia el pecho, esperar al final del movimiento.
- Este ejercicio se realiza con carga moderada, se recomienda para desarrollar el cuerpo de los músculos de la espalda, también ayuda al bíceps braquial y al tríceps anterior de espaldas largas y anchas.

1 PRESS DE BANCA PLANO (O «BENCH PRESS»)

Acostado sobre un banco plano, glúteos en contacto con el banco, pies en el suelo.

- Coger la barra, manos en pronación y separadas en una distancia menor a la anchura de los hombros.
- Iniciar y bajar la barra hasta el pecho, controlando el movimiento.
- Después de la extensión de los brazos, se recomienda el movimiento.
- Este ejercicio soluciona el dolor de los hombros, el dolor de la muñeca, el dolor de la espalda, el dolor de la cabeza y el dolor de los ojos.

HOMBROS

1 TRASNCA CON BARRA

1 TRASNCA CON BARRA

Sentado, espalda bien recta, barra cogida por detrás de la cabeza, nada en pronación.

- Iniciar y realizar un press vertical con la barra sin curvar demasiado los hombros, esperar al final del movimiento.
- Este ejercicio soluciona el dolor de los hombros, principalmente las posiciones media y posterior además del tríceps, el bíceps braquial y el antebrazo.
- Este movimiento también se puede realizar de pie o en carga guiada.
- Además, existen numerosas máquinas específicas que permiten realizar este press sin necesidad de utilizar demasiado estiramiento de concentración.

16 ENCOGIMIENTO DE HOMBROS CON CARGA GUIADA O EN MÁQUINA

16 ENCOGIMIENTO DE HOMBROS CON CARGA GUIADA O EN MÁQUINA

De pie, de cara al aparato, coger la barra en pronación con las manos separadas una distancia un poco superior a la anchura de los hombros, o si la máquina lo permite, en supinación, glúteos bien a tierra.

- Cabeza y espalda bien recta, efectuar encogimientos de hombros.
- Este ejercicio permite realizar series largas. Es excelente para desmantelar la parte superior del tríceps y el ángulo del omóplato.

9 CURL DE PIERNAS SENTADO EN MÁQUINA

9 CURL DE PIERNAS SENTADO EN MÁQUINA

Sentado sobre el aparato, la parte alta de los dedos apuñala sobre el asiento, la punta de los pies sobre la calza, los talones en flexión pasiva.

- Efectuar una extensión de los pies (flexión plantar).
- Este ejercicio soluciona especialmente el dolor que muchos se meten en la parte alta, bajo la articulación de la molilla y se une al calcáneo a través del tendón de Aquiles, se favorece en la extensión de los talones.
- La posición flexionada de las molillas relaja los gemelos que se insertan por encima de la articulación de la molilla y por debajo del tendón de Aquiles, de manera que participen poco en la extensión del pie.

Bibliografía

General

Agamben, Giorgio. *Infancia E Historia. Destrucción De La Experiencia Y Origen De La Historia*. Buenos Aires: Adriana Hidalgo Editora, 2007.

_____. *Qu'est Ce Qu'un Dispositif?* París: Éditions Payot & Rivages, 2007.

Aira, César. *La Guerra De Los Gimnasios*. Buenos Aires: Emecé Editores, 1993.

Alabarces, Pablo. *Crónicas Del Aguante. Fútbol, Violencia Y Política*. Buenos Aires: Capital Intelectual, 2004.

Alabarces, Pablo y otros *Hinchadas*. Buenos Aires: Prometeo, 2006.

Ånestad, Siv Elin, Hauge, Benedicte, Bjerck, Mari y Schjøll, Alexander. *Sports Nutrition Products. A Nordic Consumer Study*. Copenhagen: Nordic Council of Ministers, 2009.

Archetti, Eduardo. *Masculinidades. Fútbol, Tango Y Polo En La Argentina*. Buenos Aires: Editorial Antropofagia, 2003.

Baudrillard, Jean. "El Objeto De Consumo Más Bello: El Cuerpo." In *La Sociedad De Consumo, Sus Mitos, Sus Estructuras*. Madrid: Siglo XXI, 2009.

Bauman, Zygmunt. *Mundo Consumo*. Barcelona: Paidós, 2010.

Becker, Howard. *Los Extraños. Sociología De La Desviación*. Buenos Aires: Tiempo Contemporáneo, 1971.

Benzecry, Claudio. *El Fanático De La Ópera. Etnografía De Una Obsesión*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores, 2012.

Blasco, José María. "El Estadio Del Espejo: Introducción a La Teoría Del Yo En Lacan." In *La formación del yo según Lacan (El estadio del espejo)*. Escuela de Psicoanálisis de Ibiza, 22 de octubre, en el marco del ciclo de conferencias Psicoanálisis a la vista previo a la conferencia inaugural de la IV convocatoria del Seminario Sigmund Freud realizado en dicha Escuela, 1992.

Boltanski, Luc. *Los Usos Sociales Del Cuerpo*. Buenos Aires: Periferia, 1975.

Boltanski, Luc y Chiapello, Eve. *El Nuevo Espíritu Del Capitalismo*. Madrid: Akal, 2002.

Bourdieu, Pierre. "Notas Provisionales Sobre La Percepción Social Del Cuerpo." en *Materiales De Sociología Crítica*. Madrid: La Piqueta, 1981.

- _____. La Distinción. Criterios Y Bases Sociales Del Gusto. Madrid: Taurus, 1988.
- _____. El Sentido Práctico. Madrid: Taurus, 1991.
- _____. "Los Ritos Como Actos De Institución." en Honor Y Gracia, ed. J. Pitt-Rivers y J. G. Peristiany. Madrid: Alianza Universidad, 1993.
- _____. Razones Prácticas. Barcelona: Anagrama, 1997.
- _____. "El Campo Científico." en Intelectuales, Política Y Poder. Buenos Aires: Eudeba, 1999.
- _____. La Dominación Masculina. Barcelona Anagrama, 2000.
- Brohm, Jean Marie. "13 Tesis Sobre El Cuerpo." en Materiales De Sociología Del Deporte. Madrid: Ediciones de La Piqueta, 1994.
- Butler, Judith. Cuerpos Que Importan: Sobre Los Límites Materiales Y Discursivos Del "Sexo". Buenos Aires: Paidós, 2002.
- Cartoccio, Eduardo. "Efectos Culturales De La Proliferación De Los Gimnasios En La Década De 1990." Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital Año 10, no. 78 (2004).
- Citro, Silvia. Cuerpos Significantes. Travesías De Una Etnografía Dialéctica. Buenos Aires: Editorial Biblos, 2009.
- Citro, Silvia. "Presentación." In Cuerpos Plurales. Antropología De Y Desde Los Cuerpos, ed. Silvia Citro (coordinadora). Buenos Aires: Biblos, 2010.
- Clifford, James y Marcus, George. Writing Culture. The Poetics and Politics of Ethnography. Berkeley, Los Angeles, London: University of California Press, 1986.
- Coakley, Jay. Sport in Society: Issues and Controversies. Boston: McGraw-Hill, 1982.
- Connell, R. W. Masculinidades. México: Universidad Nacional Autónoma de México. Programa Universitario de Estudios de Género, 2003.
- Coriat, Benjamin. El Taller Y El Cronómetro: Ensayos Sobre El Taylorismo, El Fordismo Y La Producción En Masa. México: Siglo XXI, 1982.
- Courtine, Jean-Jacques. "Les Stakhanovistes Du Narcissisme." Communications, no. 56 (1993): 225-251.
- Courtine, Jean-Jacques, Corbin, Alain, y Vigarello, Georges (comp.). Historia Del Cuerpo. Volumen III. Las Mutaciones De La Mirada. El Siglo XX. Madrid: Taurus, 2006.

Crossley, Nick. "In the Gym: Motives, Meanings and Moral Careers." Working Paper Series, no. 6 (2005).

Crossley, Nick. "'the Circuit Trainer'S Habitus: Reflexive Body Techniques and the Sociability of the Workout'." *Body & Society* 10, no. 1 (2004): pp. 37-69.

Csordas, Thomas. "Body: Anthropological Aspects." en *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, 2001.

Csordas, Thomas. "Somatic Modes of Attention." *Cultural Anthropology* Vol. 8, no. No. 2 (1993): pp. 135-156.

Csordas, Thomas, "Embodiment as a Paradigm for Anthropology", en *Ethos*, Vol. 18, no. 1, pp. 5-47, 1990.

De Certeau, Michel. *La Invención De Lo Cotidiano I. Artes De Hacer*. México: Universidad Iberoamericana, 1996.

Dos Santos, Sandra Ferreira y Salles, Adilson Dias. "Antropologia De Uma Academia De Musculação: Um Olhar Sobre O Corpo E Um Espaço De Representação Social." Vol. 23, no. 2 (2009). <http://www.revistasusp.sibi.usp.br/pdf/rbefe/v23n2/v23n2a01.pdf>.

Douglas, Mary. *Símbolos Naturales: Exploraciones En Cosmología*. Madrid: Alianza, 1978.

Douglas, M & Isherwood, B., *The World of Goods. Towards and Anthropology of Consumption*, Basic Books, New York, 1979.

Dumazedier, Joffre. *Hacia Una Civilización Del Ocio*. Barcelona: Editorial Estela, 1964.

Durkheim, Emile. *Las Formas Elementales De La Vida Religiosa*. Madrid: Alianza, 2003.

Dvoskin, Roberto. *Fundamentos Del Marketing*. Buenos Aires: Ediciones Granica, 2004.

Elias, Norbert. *El Proceso De La Civilización. Investigaciones Sociogenéticas Y Psicogenéticas*. México: Fondo de Cultura Económica, 1989.

_____. "Ensayo Teórico Sobre Las Relaciones Entre Establecidos Y Marginados." en *La Sociedad De Los Padres Y Otros Ensayos*. Bogotá: Grupo Editorial Norma, 1998.

Elias, Norbert y Dunning, Eric *Deporte Y Ocio En El Proceso De Civilización*. Madrid: Fondo de Cultura Económica, 1992.

Fanlo, Luis García. "¿Qué Es Un Dispositivo? Foucault, Deleuze, Agamben." *A Parte Rei. Revista de Filosofía*, no. 74 (2011).

Flocker, Michael. *El Metrosexual. Guía De Estilo Para El Hombre Moderno*. Buenos Aires: Emecé, 2004.

Foucault, Michel. *Microfísica Del Poder*. Madrid: Ediciones de La Piqueta, 1979.

_____. "El Juego De Michel Foucault." en *Saber Y Verdad*, 127-162. Madrid: Ediciones de La Piqueta, 1984.

_____. *Vigilar Y Castigar. Nacimiento De La Prisión*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores, 2002a.

_____. *Historia De La Sexualidad: 1. La Voluntad De Saber*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores, 2002b.

_____. *Historia De La Sexualidad: 2. El uso de los placeres*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores, 2002c.

Garriga Zucal, J. y Moreira, V., *Dos experiencias etnográficas: similitudes y diferencias en el universo de las hinchadas de fútbol en Argentina*, Florianópolis: UFCS, 2003.

Garriga Zucal, José. *Haciendo Amigos a Las Piñas. Violencia Y Redes Sociales De Una Hinchada De Fútbol*. Buenos Aires: Prometeo, 2007.

_____. *Nosotros Nos Peleamos. Violencia E Identidad De Una Hinchada De Fútbol*. Buenos Aires: Prometeo, 2010.

Geertz, Clifford. *La Interpretación De Las Culturas*. Barcelona: Gedisa, 2003.

Giorgi, Gabriel y Rodríguez, Fermín. "Prólogo." en *Ensayos Sobre Biopolítica. Excesos De Vida*. Buenos Aires: Paidós, 2007.

Godelier, Maurice. "Poder Y Lenguaje. Reflexiones Sobre Los Paradigmas Y Las Paradojas De La Legitimidad De Las Relaciones De Dominación Y Opresión." en *Constructores De Otredad. Una Introducción a La Antropología Social Y Cultural*, ed. Mauricio Boivin, Rosato, Ana, Arribas, Victoria. Buenos Aires: Antropofagia, 2004.

Goffman, Erving. *Internados: Ensayos Sobre La Situación Social De Los Enfermos Mentales*. Buenos Aires: Amorrortu, 1970.

Goldenberg, Mirian. "O Corpo Como Capital: Para Comprender a Cultura Brasileira." *Arquivos em movimento* Vol. 2, no. 2 (2006).

Gregorat, Juan José. "Perfil De Las Personas Que Asisten a Los Gimnasios De La Ciudad De Catamarca Y Su Relación Con Los Motivos De Práctica De Actividades De Musculación." *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital* Año 12, no. 118 (2008).

Guber, Rosana. *La Etnografía. Método, Campo Y Reflexividad*. Bogotá: Norma, 2001.

Guerschman, Bárbara. "Consumo Y Marketing: Representaciones Sociales Sobre Clases Medias Altas En La Moda." *Iberofórum. Revista de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana* Año VI, No. 12 (2011): pp. 79-103.

Hammersley, Martyn y Atkinson, Paul. *Etnografía. Métodos De Investigación*. Buenos Aires: Paidós, 1994.

Hansen, Roger y Fernandez Vas, Alexandre. "Sarados E Gostas Entre Alguns Outros: Aspectos Da Educação De Corpos Masculinos E Femininos Em Academias De Ginástica E Musculação." *Movimento* Vol. 12, no. 01 (2006): 133-152.

Harvey, David. "Tercera Parte. La Experiencia Del Espacio Y El Tiempo." en *La Condición De La Posmodernidad. Investigación Sobre Los Orígenes Del Cambio Cultural*, 225-235. Buenos Aires: Amorrortu, 1998.

Hesse, Hermann. *Narciso Y Goldmundo*. Buenos Aires: Sudamericana, 2009.

Hine, Christine. *Etnografía Virtual Colección Nuevas Tecnologías Y Sociedad*. Barcelona: Editorial UOC, 2004.

Ingold, Tim. *The Perception of the Environment. Essays on Livelihood. Dwelling and Skill*. London: Routledge, 2000.

Iriart, Jorge Alberto Bernstein, Chaves, Jose Carlos y Ghignone de Orleans, Roberto. "Culto Ao Corpo E Uso De Anabolizantes Entre Praticantes De Musculação." *Cad. Saúde Pública* (2009): 773-782.

Iriart, Jorge Alberto Bernstein y De Andrade, Tarcísio Matos. "Musculação, Uso De Esteróides Anabolizantes E Percepção De Risco Entre Jovens Fisiculturistas De Um Bairro Popular De Salvador, Bahia, Brasil." *Cad. Saúde Pública* (2002): 1379-1387.

Irigoyen-Coll, Cristina. "Esteroides Y Percepción Del Riesgo." *Salud y drogas* Año 5, no. 001 (2005): 119-137.

Jackson, Michael. "Knowledge of the Body." *Man* Vol. 18, no. No. 2 (1983): pp. 327-345.

Jackson, Michael. "Conocimiento Del Cuerpo." In *Cuerpos Plurales. Antropología De Y Desde Los Cuerpos*, ed. Silvia Citro (coordinadora). Buenos Aires: Editorial Biblos, 2010.

Klein, Alan. "Pumping Irony: Crisis and Contradiction in Bodybuilding." *Sport Sociology Journal*, no. 3 (1986): 112-133.

_____. *Little Big Men. Bodybuilding Subculture and Gender Construction*. United States of America: State University of New York Press (SUNY), 1993.

Lacan, Jacques. "El Estadio Del Espejo Como Formador De La Función Del Yo (Je) Tal Como Se Nos Revela En La Experiencia Psicoanalítica." en *Escritos*. 1. Buenos Aires: Siglo XXI, 2003.

- Lahire, Bernard. *El Hombre Plural: Los Resortes De La Acción* (M. J. Devillard, Trad.). Barcelona: Ediciones Bellaterra, 2004.
- Landa, María Inés y Marengo, Leonardo. "Devenir Cuerpo-Empresa: El Nuevo Capitalismo Y Sus Tramas De Sujeción." *Actuel Marx. Intervenciones*, no. 9 (2010).
- Leal Guerrero, Sigifredo. *La Pampa y el Chat. Aphrodisia, imagen e identidad entre hombres de Buenos Aires que se buscan y encuentran mediante Internet*. Buenos Aires: Antropofagia, 2011.
- Le Breton, David. *Antropología Del Dolor*. Barcelona: Seix Barral, 1999.
- _____. *Antropología Del Cuerpo Y Modernidad*. Buenos Aires: Nueva Visión, 2002.
- _____. *La Sociología Del Cuerpo*. Buenos Aires: Nueva Visión, 2008.
- Leach, Edmund. *Replanteamiento De La Antropología*. Barcelona: Seix Barral, 1971.
- Leenhardt, Maurice. "Capítulo Xi. Estructura De La Persona En El Mundo Melanesio." *In Do Kamo*. Buenos Aires: Eudeba, 1947.
- Lins Ribeiro, Gustavo. "Descotidianizar. Extrañamiento y conciencia práctica, un ensayo sobre la perspectiva antropológica", en Boivin, Rosato, Arribas *Constructores de Otridad*. Buenos Aires: Eudeba, 1999.
- Lipovetsky, Gilles, *La era del vacío: ensayos sobre el individualismo contemporáneo*, Barcelona, Anagrama, 2000.
- Lipovetsky, Gilles. *El Imperio De Lo Efímero. La Moda Y Su Destino En Las Sociedades Modernas*. Barcelona: Anagrama, 1990.
- Lock, Margaret. "Cultivating the Body; Anthropology and Epistemologies of Bodily Practice and Knowledge." *Annual Review of Anthropology* 22 (1993): 133-155.
- Low, Setha. "Embodied Space(S). Anthropological Theories of Body, Space, and Culture." *Space & Culture* Vol. 6, no. 1 (2003): 9-18.
- Maguire, Jennifer Smith. *Fit for Consumption. Sociology and the Business of Fitness*. London and New York: Routledge, 2008.
- Mann, Thomas. *La Muerte En Venecia*. Buenos Aires: Planeta deAgostini, 2003.
- Marx, Karl. *El Capital. Crítica De La Economía Política. Tomo I. Vol. I. Libro Primero. El Proceso De Producción Del Capital*. México: Siglo XXI, 1999.
- Mauss, Marcel. *Sociología Y Antropología* Madrid: Tecnos, 1979.

_____. "Ensayo Sobre Las Variaciones Estacionales En Las Sociedades Esquimales. Un Estudio De Morfología Social." In Sociología Y Antropología. Madrid: Tecnos, 1979a.

Mauss, Marcel y Hubert, Henri. El Sacrificio. Magia, Mito Y Razón. Buenos Aires: Las Cuarenta, 2010.

Maxwell, Joseph. Qualitative Research Design. An Interactive Approach. London Sage publications, 1996.

Meccia, Ernesto. La Cuestión Gay. Un Enfoque Sociológico. Buenos Aires: Gran Aldea Editores, 2006.

Meccia, Ernesto. Los Últimos Homosexuales. Sociología De La Homosexualidad Y La Gaycidad. Buenos Aires: Gran Aldea Editores, 2011.

Merino, Luis Francisco. "Manifestaciones De Anatomopolítica En Gimnasios De La Ciudad De Córdoba." Revista de Ciencia y Técnica Año 2, no. 1 (2008).

Míguez, Daniel. "Inscripta En La Piel Y En El Alma: Cuerpo E Identidad En Profesionales, Pentecostales Y Jóvenes Delincuentes." Religião e Sociedade Vol. 22, no. 1 (2002).

Moliner, María. Diccionario De Uso Del Español. Madrid: Gredos, 1994.

Monaghan, Lee. Bodybuilding, Drugs and Risk. London and New York: Routledge, 2001.

Nietzsche, Friedrich. El Nacimiento De La Tragedia. Buenos Aires: Alianza, 1995.

Pereira, Ana Luísa. "O Ginásio. Um Panóptico De Bentham Para O Cuidado De Si?" Revista Sociología. Problemas e práticas, no. 51 (2006). <http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/spp/n51/n51a07.pdf>.

Plutarco. Isis Y Osiris. Madrid: Espasa-Calpe, 1930.

Pope, Harrison. Adonis Complex. How to Identify, Treat and Prevent Body Obsession in Men and Boys. Boston: Touchstone Books, 2002.

Pope, Harrison y Katz, David. "Anorexia Nervosa and "Reverse Anorexia" among 108 Male Bodybuilders." Compr. Psychiatry 34, no. 6 (1993): 406-409.

Robertson Smith, William. Lectures on the Religion of the Semites. Londres: Adam and Charles Black, 1894.

Rodríguez, Alejandro. "En El Gimnasio: Sala De Musculación, Disposición Del Espacio Y Estrategias De Los Actores." Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital Año 14, no. 133 (2009).

_____. "Callate Y Entrená. Sin Dolor No Hay Ganancia: Corporalidad Y Prácticas Ascéticas Entre Fisicoculturistas Amateurs." *Revista latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad* Año 2, no. 3 (2010a): 51-60.

_____. "Los Contradictorios Significados De La Vigorexia. Un Enfoque Sociológico." *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital* Año 15, no. 146 (2010b).

_____. "¿Diferentes Clases? ¿Diferentes Barrios? ¿Diferentes Cuerpos? Análisis Preliminar Sobre La Oferta De Gimnasios Privados De Entrenamiento De Los Barrios De La Ciudad De Buenos Aires." en 1º Jornadas de Jóvenes Investigadores en Formación. Instituto de Desarrollo Económico y Social, 2011a.

_____. "Los Jóvenes, Los Usos Del Tiempo Y El Entrenamiento Corporal En Espacios Dedicados Al Tiempo Libre, El Deporte Y La Recreación." *Prácticas de Oficio. Investigación y Reflexión en Ciencias Sociales*, no. 7 y 8 (2011c).

Rodríguez, Alejandro y Rosenberg, Laura. "Gimnasios Y ¿Drogas?: Prácticas De Consumo Y Representaciones Del Cuerpo Entre Usuarios De Esteroides Anabólicos De La Ciudad De Buenos Aires. Un Abordaje Etnográfico." en *Están Hablando De Drogas: Una Mirada Sociológica*, 73-90. Buenos Aires: Gran Aldea Editores, 2011b.

Rosenberg, Laura y Rodríguez, Alejandro. "¿Nuevas Drogas? ¿Nuevas Adicciones?: Consumo De Drogas De Performance Entre "Barriletes" Y "Fierreros"." *Revista digital Margen de Trabajo Social y Ciencias Sociales*, no. 56 (2009).

Sabino, Cesar. "As Drogas De Apolo. O Consumo De Anabolizantes Em Academias De Musculação." *Revista Arquivos em Movimento*, no. 2 (2000): 1-11.

_____. "O Uso Ritual De Esteróides Anabolizantes Em Academias De Musculação. Uma Abordagem Antropológica." *Revista Arquivos em Movimento* Vol. 1, no. 1 (2005).

Sabino, Cesar y Luz, Madel Therezinha. "Ritos Da Forma. A Construcao Da Identidade Fisicoculturista Em Academias De Musculacao Na Cidade Do Río De Janeiro." *Revista Arquivos em Movimento* Vol. 3, no. 1 (2007).

Sahlins, Marshall. *Islas De Historia: La Muerte Del Capitán Cook; Metáfora, Antropología E Historia*. Barcelona: Gedisa, 1988.

Schjøll, Alexander, Bjerck Mari, Jacobsen, Eivind y Ånestad, Siv Elin. "The Nordic Market for Sports Nutrition Products. A Market Analysis Using Norway as Case." Nordic Council of Ministers (2009).

Segato, Rita. *Las Estructuras Elementales De La Violencia*. Bernal: Prometeo-Universidad Nacional de Quilmes, 2003.

Tevik, Jon. *Porteñologics. El significado del gusto y la moralidad en la clase media profesional porteña*. Buenos Aires: Antropofagia, 2006.

Thompson, Edward Palmer. "Tiempo, Disciplina De Trabajo Y Capitalismo Industrial." en Tradición, Revuelta Y Conciencia De Clase, 239-293. Barcelona: Editorial Crítica, 1979.

Tiscornia, Sofía. "Introducción." In Burocracias Y Violencias. Estudios De Antropología Jurídica, ed. Sofía Tiscornia (comp). Buenos Aires: Antropofagia, 2004.

Todd, Terry. "Esteroides Anabolizantes: Los Gremlins Del Deporte." en Materiales De Sociología Del Deporte. Madrid: Ediciones de La Piqueta, 1994.

Torri, Giselle, Bassani, Jaison José y Fernandez Vaz, Alexandre. "Dor E Tecnificação No Contemporâneo Culto Ao Corpo." Revista Pensar a Prática Vol. 10, no. 2 (2007).

Turner, Bryan. "Los Avances Recientes En La Teoría Del Cuerpo." Reis. Revista española de investigaciones sociológicas, no. 68 (1994): 11-40.

Turner, Victor. El Proceso Ritual. Madrid: Taurus, 1988.

_____. La Selva De Los Símbolos. Aspectos Del Ritual Ndembu. México: Siglo XXI, 1999.

Van Gennep, Arnold. Los Ritos De Paso. Madrid: Taurus Ediciones, 1986.

Vigarello, Georges. Historia De La Obesidad. Metamorfosis De La Gordura. Buenos Aires: Nueva Visión, 2011.

Wacquant, Loïc. "Un Arma Sagrada. Los Boxeadores Profesionales: Capital Corporal Y Trabajo Corporal." Caja de herramientas. El lugar de la cultura en la sociología norteamericana (1999).

Wacquant, Loïc. Entre Las Cuerdas. Cuadernos De Un Aprendiz De Boxeador. Buenos Aires: Siglo Veintiuno Editores, 2006.

Weber, Max. La ética protestante y el espíritu del capitalismo. Buenos Aires: Prometeo, 2003.

Weber, Max. Ensayos Sobre Metodología Sociológica. Buenos Aires: Amorrortu, 1978.

Documentos legales

"Decreto nº 1.821/004." Buenos Aires: Boletín Oficial de la Ciudad de Buenos Aires del 8-10-2004, 08-10-2004.

"Ley 26.396 De Trastornos Alimentarios." 13-08-2008.

"Ley nº 139." Buenos Aires, 14-12-1999.

"Ordenanza 41.786." 1985.

Artículos en periódicos y revistas

Amdan, Fernando. "El Fitness Les Apunta a Los Hoteles Y Corporaciones." Clarín Económico, 08-05-2011.

Arribas, Carlos. "Rambo Tiene Quien Lo Imite." Página 12, 17-03-2007.

Bartelt, Mercedes García. "Un Gimnasio Con Planes a La Medida Del Cliente." La Nación, 01-11-2004.

_____. "Crece El Negocio De Los Gimnasios Y Atrae a Cadenas Extranjeras." La Nación, 04-03-2007.

Bartelt, María García. "Está Creciendo El Número De Personas Que Asiste a Los Gimnasios Y Se Revaloriza El Negocio Del Cuerpo Perfecto." La Nación, 09-01-2005.

Bartelt, Mercedes García. "Crece El Negocio De Los Gimnasios." La Nación, 11-02-2008.

Benuzzi, Victoria Alvarez. "Alimentos Para Gimnasios." Infobae, 18-10-2004.

Bercovich, Alejandro. "La Inflación Pega Tanto a Ricos Como a Pobres. En Lo Que Va Del Año, Ya Hubo Aumentos Tanto En Los Servicios Típicos De La Clase Acomodada (Cocheras, Gimnasios, Prepagas) Como En Los Alimentos. El Efecto Psicológico." Crítica de la Argentina, 14-02-2010.

Bidegaray, Martín. "Gimnasios: Un Negocio Que Llega a Los Countries." Clarín Económico, 13-12-2010.

Brando. "5 Personajes Que Habitan Todos Los Gimnasios ¿ConCuál Te Identificás?" Brando, 01-04-2011.

_____. "Cinco Gadgets Para Entrenar." Brando, 2009.

Bugarini, Hugo. "Otras Voces. El Patovica." La nueva Provincia. Edición impresa, 03-01-2008.

Cecchi, Horacio. "Triple Crimen Con El Sello De Una Vendetta." Página/12, 14-08-2008.

Clarín. "Clarín Mujer Te Presenta Extra Fitness, Las Claves Para Entrenar a La Moda." Clarín, 02-11-2011.

_____. "El "Antiatleta"." Clarín Económico, 08-05-2011.

_____. "Karlie Kloss En Vogue: ¿El Cuerpo Del Siglo Xxi?" Clarín, 08-12-2011.

_____. "Los Patovicas Trabajan Sin Límites Ni Controles." Clarín, 13-12-1998.

_____. "Descuentos Y Promociones Para Llegar En Forma Al Verano." Clarín, 14-09-2011.

_____. "El Personal Trainer, Una Alternativa a Medida." Clarín, 14-09-2011.

_____. "Gimnasia Exprés: Propuestas Para Entrenar En Media Hora." Clarín, 18-04-2012.

_____. "XXL: Las Modelos Del Nuevo Siglo." Clarín, 27-05-2011.

Cohn, Brian. "Furor Por El Gym." La Razón, 11-11-2010.

Cormillot, Alberto. "Para Adelgazar Es Clave Hacer Seis Comidas Diarias." <http://www.drcormillot.com/index.php?s=articulos&id=42>, 07-05-2012.

Crítica. "La Clase Media Fue La Que Sufrió Más La Inflación." Crítica de la Argentina, 20-08-2008.

Distéfano, Miguel. "Cómo Tener Un Gimnasio Digital En Casa." Clarín. Suplemento Next, 15-11-2006.

Elustondo, Georgina. "Boom Del "Fitness Residencial": Crecen Los Gimnasios En Casa " Clarín, 19-06-2007.

_____. "Divertirse Y Estar En Forma: Furor Por Las Técnicas Que Jaquean a La Gym Clásica " Clarín, 28-10-2006.

Entin, Gabriel. "Patovicas Eran Los De Antes." Página 12, 01-06-2003.

Ferrado, Mónica. "Músculos a Costa De Fertilidad." La Nación, 01-01-2011.

Fest, Por Sebastian. "Es Fama, No Prestigio." Página/12, 24-10-2005.

Florin, Tamara. "Cómo Ser Míster Músculo a Los 70." Crítica de la Argentina, 29-06-2008.

Fusaro, Mariana. "Vigorexia: El Mal De Los Gimnasios Regresa." Brando, 17-12-2008.

Gambier, Marina. "Los Gimnasios, Nuevo Punto De Reunión." La Nación, 29-08-2004.

García, Mariana. "Los Gimnasios Tienen Hasta Un 30% Más De Alumnos." Clarín, 25-09-2010.

García, María De La Paz. "Gimnasios: Un Negocio Que Crece El 15% Anual." La Razón, 03-09-2007.

Geddes, Diego y Sousa Dias, Gisele. "'after Gym", El Nuevo Lugar De Citas Para Ganarle a La Soledad." Clarín, 06-05-2012.

Giannini, Adriana. "En Aras Del Músculo." La Nación, 14-06-2000.

Himitian, Evangelina. "El Estrés Lleva Más Gente Al Gimnasio." La Nación, 25-05-2009.

Hopkins, Cecilia. "Nuevas Rutinas Para La Guerra De Los Gimnasios." Página 12, 04-08-2004.

Infobae. "Cuánto Costará Llegar En Forma Al Verano." Infobae, 05-10-2010.

_____. "La Red Megatlon Desembarca En La Zona Norte." Infobae, 12-06-2005.

_____. "Echan a Un No Vidente De Un Gym Porque "Incomodaba"." Infobae, 12-11-2006.

_____. "Tremendo: Deportista Murió En Plena Competencia." Infobae, 13-12-2006.

_____. "Fisicoculturista Murió Por Comer 20 Platos De Comida." Infobae, 14-11-2007.

_____. "[Http://Www.Infobae.Com/Notas/348750-Dolor-Por-La-Tragica-Muerte-De-Un-Fisicoculturista.Html](http://www.infobae.com/notas/348750-dolor-por-la-tragica-muerte-de-un-fisicoculturista.html)." Infobae, 14-11-2007.

_____. "Uno De Cada Tres Jóvenes Consume Anabólicos " Infobae, 20-10-2007.

_____. "Cerró Sus Puertas El 10% De Gimnasios En La Ciudad." Infobae, 20-11-2008.

_____. "Matrimonio De Fisicoculturistas Derriba Mitos En Chile." Infobae, 22-08-2004.

_____. "Los Gimnasios Porteños Tienen Seis Meses Para Regularizar Su Situación." Infobae, 22-10-2004.

_____. "Una Alianza Deportiva En Busca Del Crecimiento." Infobae, 22-10-2009.

_____. "Schwarzenegger Utilizó Esteroides Y No Se Arrepiente." Infobae, 27-02-2005.

_____. "El Negocio De Estar En Forma Es Cada Vez Más Caro." Infobae, 28-01-2008.

_____. "Cada Vez Más Adultos Se Acercan a Los Gimnasios Para Estar Saludables." Infobae, 30-08-2006.

Lipovich, Pedro. "El Cuerpo Ideal Y La Lucha De Clases. Entrevista a Patricia Aguirre." Página 12, 10-03-2005.

Manzoni, Carlos. "El Negocio De Lo Natural, También En Suplementos Nutricionales." Página 12, 01-03-2004.

Meléndez, Laura. "El Lado Business De La Gimnasia." El País, 04-05-2007.

Molina, Julieta. "Los Clubes De Barrio Recuperan Su Esplendor." La Nación, 29-04-2012.

Murciego, Leandro. "El Cuidado Del Cuerpo, Un Gran Negocio." La Nación, 28-02-2011.

Muscatelli, Natalia. "El Negocio Del Fitness Crece Al 15% Y Llegan Nuevas Cadenas " Clarín, 03-08-2007.

_____. "El Negocio Del "Fitness" Se Expande Y Saca Músculo " Clarín, 24-04-2006.

Nación, La. "Silencio En El Gimnasio." La Nación, 02-06-2008.

_____. "Aumenta El Uso De Gimnasios." La Nación, 03-05-2009.

_____. "Todo Para El Tiempo Libre." La Nación, 05-07-2008.

_____. "Se Extiende Una Red De Gimnasios." La Nación, 09-06-2006.

_____. "El Riesgo De Consumir Anabólicos." La Nación, 10-11-2007.

_____. "Pagar Por (No) Ir Al Gimnasio." La Nación, 16-06-2011.

_____. "Ley De Obesidad, Aún Sin Reglamentar." La Nación, 20-07-2011.

_____. "Al Rescate Del Club Del Barrio." La Nación, 21-04-2005.

_____. "Nada De Coqueteo, Mucho De Santuario." La Nación, 28-06-2006.

_____. "Por Qué Es Necesario Respetar Las 4 Comidas Diarias." La Nación, 28-06-2011.

_____. "La Actividad Física Se Convirtió En Una Prioridad Para Los Ejecutivos." La Nación, 30-04-2005.

_____. "Seguir La Moda De La Vida Sana Cuesta Desde \$ 2000 Al Mes " La Nación, 31-10-2010.

Pozzi, Sandro. "El Hombre Metrosexual." Página 12, 22-02-2004.

Razón, La. "Cinthia Fernández Defendió Su Figura Ante La Acusación De Una Ex "Hermanita". La Razón, 01-08-2011.

_____. "Anabólicos: Los Usa Más El Que No Hace Deporte." La Razón, 12-10-2007.

_____. "Cayó Banda Que Fabricaba Anabólicos Falsos Y Los Vendía Por Internet." La Razón, 20-04-2010.

Reina, Laura. "De La Oficina Al Relax, Tan Sólo Un Paso." La Nación, 13-12-2005.

Riva, Adriana M. "Muchos Gimnasios No Exigen Los Certificados Médicos Obligatorios." La Nación, 24-11-2006.

Rivas, Tomás "Buscan a Tres Personas Desaparecidas, Tras El Derrumbe En Villa Urquiza." La Nación, 09-08-2010.

Rodríguez, Irene. "Suplementos Alimenticios Y De Dieta Tendrán Mayor Regulación." La Nación, 29-09-2010.

Salgueiro, Andrea. "Con Personal Trainers, Gym a Medida." La Nación, 08-07-2004.

Scarpinelli, Luján. "Esfuerzo, Músculos Y Lujo." La Nación, 11-12-2011.

Subiza, Emilia. "Un Proyecto Familiar Que Combina Salud, Estética Y Relax." La Nación, 31-05-2010.

Tarrés, Julieta. "Cerró El 10% De Los Gimnasios Porteños." Crítica de la Argentina, 20-11-2008.

_____. "Mens Sana En Bolsillos Muy Flacos. Tras La Caída De Ventas En Cines Y Restaurantes, El Ajuste En El Presupuesto De La Clase Media Llegó a Los Centros De Entrenamiento." Crítica de la Argentina, 20-11-2008.

Tomino, Pablo. "Los Gimnasios a Cielo Abierto Ganan Espacio En La Capital." La Nación, 18-09-2007.

Urfeig, Vivian. "Los Gimnasios Porteños Suman Más Servicios Ligados a La Salud." Clarín, 18-10-2005.

Vidal, Florencia. "Alerta: Nuevas Formas De Insatisfacción." La Nación, 11-12-2011.