

Prácticas, Cuerpos y Educación Física: ¿Qué tipo de cuerpo se construye en la revista Fitness y Culturismo, y que vinculación hay con la Educación Física?

Paredes, Fernando José¹

Resumen

En el siguiente trabajo de investigación realizado para la Materia Teoría de la Educación Física 4 se intenta mostrar un paneo general sobre como se puede analizar y reflexionar la categoría del cuerpo desde una revista de “Fitness y Culturismo” en vinculación con la Educación Física.

En un primero momento la metodología del trabajo será de partir de preguntas que nos llevará a la búsqueda y análisis de corte arqueológico² y posterior interpretación sobre algunos discursos y prácticas que hablan de la Educación Física utilizando estos como herramienta teórica para analizar la revista de “Fitness y Culturismo”, su práctica y su posterior vinculación con el cuerpo.

En un segundo momento partimos de la pregunta sobre cómo se puede observar a las prácticas, en este caso la de la Educación Física destacando una de las maneras posibles y la justificación de la misma.

En un tercer momento se toma un texto de Michel Foucault para interpretar como se vincula con la disciplina, es decir, leyéndolo en clave con la Educación Física. Luego a partir del segundo y tercer momento se hace una pequeña mención a la práctica del “Fitness y Culturismo”.

Como consideraciones finales se intenta acercar una respuesta de lo que se plantea como tema central, esto es: ¿Qué tipo de cuerpo se construye en la

¹ Centro Interdisciplinario de Metodología de las Ciencias Sociales/ Instituto de Investigaciones en Humanidades y Ciencias Sociales (UNLP - CONICET).
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (FaHCE).
Universidad Nacional de La Plata (UNLP).

² Arqueología y Genealogía son tomados como herramientas teóricas de M. Foucault para analizar discursos, prácticas, y poder desnaturalizar formas de pensar acerca de la Educación Física. No se trata de entender la historia de la Educación Física, sus prácticas y el cuerpo como un proceso histórico lineal, sino revisar momentos de ruptura y ver continuidades y discontinuidades.

revista Fitness y Culturismo, y que vinculación hay con la Educación Física?, con algunas interpretaciones.

Este trabajo no pretende concluir y dejar el tema cerrado, sino más bien abierto como para un posible debate o seguir investigando aún más sobre esta temática.

Palabras claves: Cuerpo – prácticas – Fitness y Culturismo – biopolítica – Educación Física.

¿Las prácticas construyen cuerpos?

Es posible empezar con una serie de preguntas que a lo largo de este artículo intento responder a través de reflexiones o aproximaciones acerca de las prácticas, el cuerpo, y sus implicancias en la Educación Física en vinculación con el análisis de la revista Fitness y Culturismo.

Para comenzar voy tomar como referencia las palabras de Marcelo Giles: "(...) El estudio de corte epistemológico de la disciplina o más precisamente, la reflexión arqueológica y genealógica me han llevado a revisar el constructo llamado Educación Física, sus corrientes y las consecuencias en la formación que ya no me animo a llamar profesional en función de que su acepción estaría ligada a dar fe, es decir, a creer y no a pensar.

La educación físico-deportiva, la educación psicomotriz y la educación física pedagógica han construido discursos y prácticas que por más que insistamos en optimizarlas, cambiarlas y justificarlas, siguen y seguirán impidiendo que la práctica sea de los prácticos que la practican, la formalizan y la gestionan (...)"³.

Estas afirmaciones permiten pensar que se puede ver como en variados discursos y textos se afirma por ejemplo, que la Educación Física es una práctica pedagógica, una práctica social. De ahí que me permite pensar en los siguientes

³ Giles, Marcelo: "Educación Física o Educación Corporal. ¿Qué práctica transmitimos?" en *7º Congreso Argentino y 2º Latinoamericano de Educación Física y Ciencia*, ponencia del panel plenario "Educación Física y Formación Profesional", La Plata, 2007.

interrogantes: ¿Las prácticas construyen cuerpos?, ¿Cuál es el cuerpo construido socialmente?, ¿El organismo se construye?, ¿Qué vinculación hay con el Fitness y Culturismo?.

Por otro lado, en cuanto a la Educación Física podemos decir que hay variedades de prácticas (que se consideran en si mismas como Educación Física también), por ello se hace imprescindible hacer mención: Prácticas que pueden ser discursivas, o prácticas no discursivas, prácticas teóricas, prácticas investigativas, prácticas deportivas, prácticas sociales, etc. Se puede decir, que las prácticas son formas de hacer, decir y pensar. Una práctica en tanto, tiene las características de Racionalidad, Homogeneidad (Se refiere a lo que se piensa acerca de esa práctica, sino se piensan las prácticas no son prácticas “lo que hacen y la manera en que lo hacen”; de “las formas de racionalidad que organizan las maneras de hacer”), Sistemática (Lógica sistemática en el saber {las prácticas discursivas}, del poder {las relaciones con los otros} y de la ética {las relaciones del sujeto consigo mismo}), Recurrencia, Generalidad (Se tienen que dar a lo largo del tiempo)⁴.

El significado de la palabra Fitness es muy amplio y variado, pero uno de ellos es que responde a las actividades físicas que requieren de la resistencia, fuerza, y flexibilidad.

El Culturismo o físico-culturismo ("bodybuilding" es el término inglés) es un tipo de deporte basado generalmente en ejercicio físico intenso, generalmente anaeróbico y cuyo fin suele ser la obtención de un cuerpo con musculatura hipertrofiada (lo más definido, voluminoso y proporcionado muscularmente posible) sin olvidar mantener la mayor definición y simetría posible al músculo (es decir, las proporciones de sus piernas con respecto a la de sus brazos, su torso, los brazos comparados con su espalda, los bíceps con sus tríceps)⁵.

En su mayoría estas prácticas del Fitness se dan dentro de lo que son las lógicas de las organizaciones de los gimnasios, donde se da la transmisión de ciertos

⁴ Castro, E. (2004) El Vocabulario de M. Foucault. Editorial Prometeo.

⁵ <http://es.wikipedia.org/wiki/Culturismo>

valores y la idea de oferta-demanda por parte de un proveedor y un consumidor de la actividad.

A lo largo de la lectura de la revista se pueden encontrar diferentes tipos de recetas para fortalecer, mejorar y hacer crecer el músculo. Por ejemplo del siguiente título “Como desarrollar fuerza y masa” podemos citar:

“(...) Se puede desarrollar musculatura excepcional sin poseer una fuerza equivalente. (...) Ese desarrollo efímero se logra con poco peso y gran cantidad de repeticiones. (...) Pero como se logra que la fuerza y la musculatura estén directamente relacionadas. En esta nota encontrara las claves (...)”⁶

En la hoja siguiente explica como se puede hacer para lograr y conseguir este propósito, y al final de la nota da una rutina semanal de cómo llevar adelante esas explicaciones e indicaciones y así obtener más fuerza y masa muscular.

El Fitness comprende un grupo de prácticas corporales, tecnologías espaciales y discursos estéticos, médicos para la producción de estas prácticas corporales. Se puede leer y a su vez encontrar por ejemplo que un Doctor (“Robert Atkins”) hace un escrito en la revista sobre la diabetes y la obesidad. A lo largo de esta afirma que estas dos patologías son enfermedades siamesas y explica como se las puede evitar ya que son consideradas una patología social muy común en la sociedad de hoy:

“(...) la dieta baja en hidratos es el mejor tratamiento nutricional para contener a la obesidad y a la diabetes tipo2 (...)”⁷

De esta cita se puede decir, que se pueden entablar formas de poder o discursos acerca de la actividad física y/o alimentación, ya que por ejemplo si un agente de

⁶ Revista “Fitness y Culturismo”. Edición nº 122 Argentina. Página 3.

⁷ Ídem. Página 9.

la medicina como un Doctor o un Médico prescribe o habla sobre temas relacionados con la salud tiene más validez ese escrito.

También hay páginas que están relacionadas a la consumición de productos, una de ellas habla sobre un producto a base de proteínas y dice cuando es conveniente consumirlas durante el entrenamiento:

“(...) Media hora antes y media hora después son los momentos ideales para tomar tu batido de proteínas (...)”⁸

Entre otras páginas también están las que hablan sobre la alimentación y las dietas que se pueden llevar a cabo y que afirman que sirven para aumentar la masa muscular y quemar las grasas, entre estas cito:

“(...) Esta estrategia de ciclar los hidratos” es una idea original que usan los culturistas que rota cada 3 días en ciclos de alta, baja y sin hidratos de carbono. Puede ser una estrategia eficaz para perder grasa y aumentar la masa muscular, en especial cuando el componente del entrenamiento es intenso (...)”⁹

A su vez al final de ese escrito da un cronograma como ejemplo de los días con recomendaciones de cómo ciclar los hidratos de carbono.

Si nos remitimos en el análisis general de la revista “Fitnees y Culturismo” se puede ver que está hecha y dirigida para el consumo social. Por social entiendo en este caso, que se dirige a todos los sujetos ciudadanos y precisamente más aún a los que les interesa este tipo de prácticas de gimnasios, y temas referidos a la musculación. A su vez pueden acceder fácilmente a su contenido sin ningún tipo de restricción (En todo caso el factor económico no es parte del análisis), este

⁸ Ídem. Página 16.

⁹ Revista “Fitness y Culturismo”. Edición nº 122 Argentina. Página 31.

detalle no parece menor a la hora de hablar sobre de la revista ya que esta destinada a un tipo de público social y cultural.

Si la Educación Física como práctica social trabaja con cuerpo construidos socialmente, también lo hace con organismos que se construyen. Nuestro cuerpo no es solo nuestro organismo, músculos, articulaciones y órganos. Tampoco es sistema nervioso que organiza por si mismo nuestras percepciones, pensamientos, emociones y sentimientos.

Construimos nuestro cuerpo a partir de vivir en una sociedad y una cultura, y lo construimos con palabras, con actos, con significaciones¹⁰.

Aunque se ha supuesto y se supone lo contrario, el cuerpo de los seres humanos no es natural, ni propio de cada individuo¹¹.

Al hablar del cuerpo como una construcción social David Le Breton señala:

“(...) Cada sociedad esboza, en el interior de su visión del mundo, un saber singular sobre el cuerpo: sus contribuciones, sus usos, sus correspondencias, etcétera. Le otorga sentido y valor. Las concepciones del cuerpo son tributarias de las concepciones de las personas (...)”¹²

Las distintas sociedades con sus determinadas culturas tienen una manera diferente de construir su cuerpo, dándole sus propias significaciones y valores. Donde cada persona e individuo fabrica su imagen de acuerdo con el lugar que tiene en la sociedad. Por ejemplo en relación a las clases sociales, los estratos elevados sueñan con las formas del cuerpo y su estética, mientras las clases populares lo piensan como una herramienta de producción y desean un cuerpo como el de las clases elevadas. Es por eso que se puede decir, que el cuerpo se construye en base a lo cotidiano, lo que se vive día a día y por las significaciones

¹⁰ Crisorio, R; Giles, M., 1999, “Apuntes para una Didáctica de la Educación Física en el Tercer Ciclo de la EGB”, Buenos Aires, Ministerio de Cultura y Educación.

¹¹ Crisorio, R. Qué hay que saber sobre Educación Física. El cuerpo y las prácticas corporales.

¹² En Le Breton, D (1990) Antropología del cuerpo y la modernidad. Página 8.

culturales, y también de acuerdo al lugar donde una persona nace se significa culturalmente en ese ambiente.

Dentro de los valores que promueve la práctica del Fitness y Culturismo aparecen narrativas empresariales que a través de imágenes normalizantes giran en torno a un modelo de cuerpo ideal, las cuales crean un imaginario social de tener más salud, belleza, autocontrol, bien emocional, etc. Són algunos de los valores que podríamos decir giran en torno a lo social y cultural. Por ejemplo también hay apartados específicos de Fitness femenino, donde una conocida modelo y conductora de TV brasilera expone sus métodos y ejercicios para estar en buena forma, todo este artículo acompañado de una imagen bella y hermosa de la modelo, ella expresa:

“(...) Si en la juventud el ejercicio físico es un derecho, en la edad adulta debe ser un deber. Por lo tanto amiga hay que ponerse en acción, porque en eso le va a su salud y apariencia (...)”¹³

Y sobre la misma página el escritor de la revista escribe:

“(...) Esperamos que su imagen que muchas chicas de la mitad de su edad envidiarían, les sirva a usted amiga lectora, como fuente de inspiración para reencauzar positivamente su actitud ante la vida (...)”¹⁴

Este contexto cultural es determinante en la construcción social del cuerpo y construcción del organismo. El cuerpo, entonces como realidad, desdibuja sus entornos individuales para aparecer como un cuerpo literalmente social del cual cada cuerpo singular es un ejemplo particular, particularmente construido en la confluencia de significados privados y sociales, familiares y culturales, sencillos y complejos, presentes y pasados; cuya historia comienza antes del nacimiento y se

¹³ Revista “Fitness y Culturismo”. Edición nº 122, Página 38.

¹⁴ Ídem.

prolonga incluso más allá de la muerte no sólo en los términos que ha señalado el psicoanálisis sino en el sentido de un cuerpo cuya incorporación a la cultura le exige in-corporar en si mismo a la cultura¹⁵.

A través del lenguaje construimos y otorgamos significación a las cosas materiales, acciones, y a lo simbólico. El lenguaje nos permite relacionarnos socialmente e introducirnos en la cultura. Cuando nacemos y somos bebés pequeños, son nuestras madres (o quienes ocupen su lugar), las que otorgan significado a nuestras acciones (por la imposibilidad de hablar con el lenguaje propiamente dicho). La familia es muy importante en la primera construcción de diferenciación del cuerpo, para la formación de la subjetividad e introducción de la cultura. Son los mismo niños los que construyen su cuerpo y subjetividad a partir de la familia (Estando pendiente de lo que hace mamá, o papá, sus gestos, actitudes, opiniones, decisiones, etc).

En el marco escolar y en esta perspectiva, la Educación Física hoy, saliéndose del camino sin salida que le prescribe su nombre: educar la physis, la naturaleza, es decir, lo ineducable, y rehusando replegarse sobre lo orgánico para desarrollar capacidades fisiológicas o psicofisiológicas, debe tomar el material que ofrecen las prácticas corporales culturalmente significativas para la sociedad, es decir, socialmente organizadas y significadas, y adecuarlo no sólo para el mejoramiento funcional del organismo sino, fundamentalmente, para que sirvan a la construcción de la relación de los sujetos con sus cuerpos (lo que incluye que aprendan a mejorar el funcionamiento de su organismo) y con los cuerpos de los otros¹⁶.

¿Como podemos observar las prácticas hoy?

Tradicionalmente en la Educación Física escolar, por ejemplo en las evaluaciones a los alumnos los profesores observaban y registraban también sus clases y/o resultados de dichos alumnos, a través de una metodología cuantitativa basada en

¹⁵ Crisorio, Ricardo: "Constructivismo, cuerpo y lenguaje" en *Revista Educación Física y Ciencia*, N° 4, Universidad Nacional de La Plata, La Plata, 1998, pp. 75-81.

¹⁶ Crisorio, Ricardo: "El cuerpo y las prácticas corporales" en *Revista El Monitor*, Ministerio de Educación de la Nación, Marzo 2009, pp. 20-21.

una cartografía (acumulación de datos). Dando cuenta de una búsqueda de rendimientos acerca de los modelos de eficiencia mecánicos, preestablecidos y de los aprendizajes aprendidos por parte de los alumnos. Donde importaba más llegar al gesto técnico en la ejecución de un modelo biomecánico, que el saber acerca de para que servía ese movimiento.

Podemos analizar y observar las prácticas hoy, en este caso la de la Educación Física en vinculación a la práctica del Fitness y Culturismo, y más desde el ámbito educativo con una metodología cualitativa Etnográfica:

“(...) La investigación se entiende como la posibilidad de interpretar y comprender los fenómenos educativos, tratando de develar creencias, valores y supuestos que subyacen en la práctica educativa, siendo un medio de constante autorreflexión (...)”¹⁷.

En esta manera de investigar y observar a las prácticas de la Educación Física como herramienta teórica para poder establecer la vinculación con el Fitness y Culturismo conlleva a la reflexión por parte de las prácticas mismas. Al hablar de las prácticas ya hemos dicho líneas arriba que nos referimos a las caracterizadas por Michel Foucault.

La función de los estudiantes y futuros profesores universitarios en Educación Física debe ser la de reflexionar sobre estas prácticas (Las de sus propias clases). Esta reflexión será mediante una interpretación Hermenéutica y no solo Positivista. Ricardo Crisorio sostiene que:

“(...) La educación física debe entenderse hoy como una práctica. Que sea una práctica significa que no es una técnica, es decir, un medio para la aplicación de los conocimientos generados en otras disciplinas en provecho de la higiene, “la prevención y promoción de la salud” o el

¹⁷ Arauz, Rebeca. Sandoval, S. (2007), Tras las vetas de la investigación cualitativa. Página 122.

*desarrollo psicofísico, sino que puede reflexionar sobre sí misma, crear sus propios objetos de estudio e intervención, generar su propio saber con relación a la ciencia, aun sin necesidad de ser una ciencia (...)*¹⁸.

Esto nos va a permitir poder comprender la significación y construir una interpretación y un sentido de la indagación para tener más fundamentos teóricos sobre las prácticas (aunque la teoría nunca abarque totalmente a la práctica), y así encontrar menos incertidumbre en el campo, una relación entre la teoría y la práctica que será de relevos.

Es posible hacer un rastreo genealógico y arqueológico sobre la biopolítica y su relación con la Educación Física para comprender algunas de sus prácticas y sus maneras de ver el cuerpo hoy. El texto de Foucault, “Defender la Sociedad, Clase de 17 de Marzo de 1976” nos ofrece herramientas y motivos para abrir discusiones en torno a cuestiones de las prácticas corporales, la enseñanza, el cuerpo y las relaciones con la Educación Física:

Como propuesta:

El texto permite descubrir como la biopolítica surge cuando cambia la lógica del poder del soberano (Hacia producir vida). La biopolítica viene a marcar el orden de la vida natural, esta se articula a su vez siempre con la lógica de la disciplina (en este caso un saber médico, avalado científicamente) y sobre una lógica biológica. Esto se universaliza, y va a ordenar la vida a partir de una vida biológica, para clasificar los cuerpos en normales y patológicos. La idea de universal aparece de la biopolítica.

Leyendo el texto en clave de la Educación Física podemos ver como la Pedagogía y la Didáctica vienen sosteniendo este pensamiento, es decir, enseñar todo a todos bajo un mismo método universal. De ahí que podemos encontrar y ver

¹⁸ Crisorio, Ricardo: “El cuerpo y las prácticas corporales” en *Revista El Monitor*, Ministerio de Educación de la Nación, Marzo 2009, pp. 20-21.corporales.

algunos rasgos para pensar en la Educación Física en tanto disciplina, que nace en la escuela introducida por la Pedagogía y su saber esta influido por saberes de otras Ciencias, por ejemplo la Fisiología, Psicología, etc. El objetivo de la misma va ser el mantenimiento de la vida en la lógica biológica, a través del disciplinamiento sobre los cuerpos, su control y educación de lo natural. A partir de ahí en adelante todo lo que se empieza a pensar es en formar vida, y la Educación Física empieza a pensar esto. Estas lógicas contribuirán hacia la formación de los sistemas de Estados.

Podemos reflexionar sobre la Educación Física y decir, que las disciplinas como la Pedagogía y la Didáctica educan, enseñan a todos de manera en sentido general: norma (modelo), normal (si o no), normalización (biopolítica). Por lo cual entienden a la vida y a la Educación Física, como un mantenimiento de lo biológico.

“(...) La educación física es un concepto que tiene fecha de nacimiento en 1880, creada en Europa a fines del siglo XIX, recreada por fisiólogos franceses e italiano con la idea de recuperar el movimiento natural. La educación física es una disciplina que intenta resolver ese problema que veían los fisiólogos del siglo pasado y además que incluye a la fisiología. Construye un área curricular que en ese momento no se llamaba así, pero que ingresa en la escuela con el nombre de educación física con la idea de recuperar todo lo natural, el movimiento y el desarrollo, fundamentalmente con el desarrollo más que con el tema del aprendizaje. Así nació la educación física y así sigue, no va a cambiar, es eso. Es la educación de la naturaleza, mejor dicho la instrucción (...)”¹⁹.

¹⁹ Entrevista realizada a Marcelo Giles, en contexto de la materia Metodología de la Investigación - ¿Qué es la Educación Física ?.

La Educación Física adhiere en todas sus formas a considerar al cuerpo como un organismo. De hecho el vocablo física remite a naturaleza²⁰.

Al observar y analizar una práctica como es el Fitness y Culturismo, una práctica que esta fuera del sistema formal educativo y que pertenece a lo que sería el sistema no formal, se puede ver, que también hay una importancia en lo orgánico para mejorar fisiológicamente las capacidades condicionales de la Fuerza, Resistencia, Flexibilidad, etc. De manera de que a través de lograr los efectos fisiológicos con entrenamiento y alimentación se pueden hipertrofiar los músculos (Su crecimiento). Esto está ligado importancia de la belleza que otorga tener los músculos más grande y voluminosos en la práctica misma. Para esto podemos citar el testimonio de un hombre que habla en la revista sobre este aspecto y caracteriza desde su punto de vista a la actividad:

“(...) Básicamente todos los que hacemos culturismo es para vernos cada veza más grandes, fuertes y con buenas proporciones. En la actualidad hay muchas personas que buscan un cuerpo más definido y atlético, pero el culturismo profesional y de competición siempre busca mayores grados de desarrollo muscular, lo cual lleva a cometer múltiples errores en un intento de lograr dicho objetivo, el más tradicional es el excederse en grasa y pensar que se ha ganado masa muscular (...)”²¹

Consideraciones finales:

Apuntando al análisis y mirada reflexiva a partir de utilizar como herramienta teórica escritos de autores que hablan de la Educación Física y focalizar también

²⁰ Giles, Marcelo: “Educación Física o Educación Corporal. ¿Qué práctica transmitimos?” en 7^{mo} Congreso Argentino y 2^{do} Latinoamericano de Educación Física y Ciencia, ponencia del panel plenario “Educación Física y Formación Profesional”, La Plata, 2007.

²¹ Revista “Fitness y Culturismo”. Edición nº 122 Argentina. Página 36.

la mirada en la revista “Fitness y Culturismo” puedo establecer las siguientes consideraciones:

A lo largo de este trabajo se ha intentado dar respuesta a las preguntas iniciales. Las prácticas del Fitness promueven ciertos valores y actividades que construyen cuerpos atravesados de diferentes discursos y valores culturales, que a su vez crean subjetividad en la práctica. Valores ligados a un cuerpo esbelto, fuerte, grande, y utilizando estos parámetros como sinónimo de belleza.

En la mayoría de las veces se acompañan las páginas con imágenes acerca de ese modelo de cuerpo ideal y se desentraña un entramado mercantilista que hay detrás de eso. Muchas veces se promocionan suplementos como base de alimentos o dietas para lograr ese objetivo (crecimiento muscular), que poco tienen en cuenta el lector y sujeto que puede leer el artículo, su edad, su peso, o si se tiene algún problema de salud, en otras cosas, jamás clara esto.

También se venden o se promocionan máquinas para ejercitarse en el hogar acompañado de recomendaciones y rutinas que además de no tener en cuenta la subjetividad particular de cada sujeto (por el contrario, lo universalizan como ha venido haciendo la Pedagogía y la Didáctica), muchas veces son recetas de practicantes o ex-practicantes del deporte que exponen sus métodos, los que a ellos mismos les dieron resultado en el objetivo que tiene el Fitness y Culturismo, por ejemplo cómo marcar o tener más abdominales, allí aparece un escrito con el siguiente título “Receta abdominal” y con la siguiente narrativa:

“(...) Esta es la receta que Miguel Ángel Vielba (que ostenta uno de los mejores abdominales de la Argentina) da a sus seguidores: (...)”²²

Hay que diferenciar entre quienes practican el deporte exhaustivamente y quienes lo toman como una actividad, como un espacio para realizar actividad física, verse mejor, u otro fin. Esto me parece importante de destacar ya que estas narrativas

²² Revista “Fitness y Culturismo”. Edición nº 122 Argentina, Página 33.

de la revista podrían tener mucho peso y poder en la persuasión de las personas. Los discursos también construyen prácticas y estas a su vez construyen cuerpos. La vinculación que se puede encontrar entre la Educación Física y el Fitness y Culturismo es que quizás tienen un denominador en común, trabajan sobre lo fisiológico-orgánico. La Educación Física trabaja estimulando y mejorando las capacidades condicionales y coordinativas en post de la salud (aunque no solo en este aspecto, sino también en otros como la dimensión social, afectiva, cognitiva, etc), y El Fitness y Culturismo persiguen otros fines fisiológicos más focalizados en relación a la hipertrofia de los músculos.

Como últimas palabras quizás para seguir avanzando sobre la investigación de la temática se podría contrastar empíricamente el análisis teórico de este escrito en trabajos de campo y observaciones en gimnasios y así poder completar con más profundidad esta investigación a futuro.

Bibliografía:

Arauz, Rebeca. Sandoval, S. (2007), *Tras las vetas de la investigación cualitativa*. Editorial ITESO.

CASTRO, E. (2004) *El Vocabulario de M. Foucault*. Editorial Prometeo.

Cartilla de la cátedra. *Teoría de la Educación Física 4 (Problemas teóricos y epistemológicos de las prácticas corporales)*.

Crisorio, R; Giles, M., 1999, *“Apuntes para una Didáctica de la Educación Física en el Tercer Ciclo de la EGB”*, Buenos Aires, Ministerio de Cultura y Educación.

Crisorio, Ricardo: “Constructivismo, cuerpo y lenguaje” en *Revista Educación Física y Ciencia*, Nº 4, Universidad Nacional de La Plata, La Plata, 1998, pp. 75-81.

Crisorio, Ricardo: “El cuerpo y las prácticas corporales” en *Revista El Monitor*, Ministerio de Educación de la Nación, Marzo 2009, pp. 20-21.

Foucault, Michel. *La Arqueología del Saber*. Siglo XXI Editores. México. 1997.

Foucault, M. (1975 – 1976), “Defender la Sociedad” en Clase del 17 de Marzo de

9º Congreso Argentino y 4 Latinoamericano de Educación Física y Ciencias
Departamento de Educación Física
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación
Universidad Nacional de La Plata

1976.

Giles, Marcelo: "Educación Física o Educación Corporal. ¿Qué práctica transmitimos?" en *7^{mo} Congreso Argentino y 2^{do} Latinoamericano de Educación Física y Ciencia*, ponencia del panel plenario "Educación Física y Formación Profesional", La Plata, 2007.

Le Breton, D. (1990), *Antropología del cuerpo y la modernidad*. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires.

Revista "*Fitness y Culturismo*". Edición nº 122 Argentina.