

Etnografando as emoções de um grupo de idosas praticantes de pilates em Buenos Aires (AR)

Ethnographing the emotions of a group of elderly pilates practitioners in Buenos Aires (AR)

Silvana Maria Bitencourt*

Departamento de Sociologia e Ciência Política. Universidade Federal de Mato Grosso, Brasil.

silvana_bitencourt@yahoo.com.br

Resumo

O artigo visa refletir sobre o cuidado do corpo de um grupo de idosas argentinas, utilizando como instrumento metodológico a etnografia feita a partir da observação das aulas de pilates em uma academia em Buenos Aires (AR); assim como discute a expressividade/arte na pesquisa social, a fim de observar o uso do corpo no pilates e como ocorrem os sentimentos deste grupo de idosas. Para essas mulheres, o pilates proporcionou a consciência corporal, além disso, por serem um grupo que está há mais de 10 anos praticando pilates, o grupo abriu-se para outras formas de sociabilidades como: ações comunitárias, festas, cafés, manifestações sociais etc. A ideia de grupo mostrou-se muito significativa entre elas, no entanto, esta busca de redes de sociabilidade entre este grupo estudado também pode ser uma forma de estas evitarem a solidão, pois seus filhos e filhas não moram mais com elas. Sendo o corpo um instrumento de análise social, busca-se desvendar as emoções desses grupos que, na contemporaneidade, apresentam novas narrativas sobre o envelhecimento, e isso dependerá não apenas do cenário, dos recursos utilizados pela pesquisadora, mas da dimensão afetiva e cognitiva que pesquisas com o uso da expressividade podem acrescentar nesta complexidade chamada “corpos/emoções”.

Palavras-chave: Etnografia; Expressividade; Emoções; Envelhecimento; Pilates

Abstract

The article aims to reflect on the body care of a group of elderly Argentines, using ethnography as a methodological instrument based on the observation of pilates classes at a gym in Buenos Aires (AR); as well as discussing expressivity / art in social research, in order to observe the use of the body in pilates and how the feelings and emotions of this group of elderly women occur. For these women, pilates provided body awareness, in addition, as they are a group that has been practicing pilates for more than 10 years, the group has opened up to other forms of sociability such as: community actions, parties, cafes, social events etc. The idea of a group proved to be very significant among them, however, this search for sociability networks among elderly women, can also be a way for them to avoid loneliness, as their sons and daughters no longer live with them. As the body is an instrument of social analysis, it seeks to unveil the emotions of these groups, which, in contemporary times, present new narratives about aging, and this will depend not only on the scenario, on the resources used by the researcher, but on the affective and cognitive dimension that research with the use of expressiveness can add to this complexity called “bodies/emotions”.

Keywords: Ethnography; Expressiveness; Emotions; Aging; Pilates

* Pós- doutora em Ciências Sociais pela Universidade de Buenos Aires (2019) e Doutora em Sociologia Política pela Universidade Federal de Santa Catarina (2011). Professora Associada II do Programa de Pós-Graduação em Sociologia e do Departamento de Sociologia e Ciência Política da Universidade Federal de Mato Grosso. Coordenadora do Grupo de Pesquisa “Saúde do Corpo, gênero e gerações” (CNPq) desde 2014. ORCID: 0000-0002-3183-373X

Etnografando as emoções de um grupo de idosas praticantes de pilates em Buenos Aires (AR)

Introdução

O presente artigo trata de uma etnografia sobre a expressividade de um grupo de mulheres idosas praticantes de pilates¹ em uma academia de Buenos Aires (AR), visando refletir sobre o cuidado do corpo envelhecido através do pilates, assim como os sentimentos e as emoções compartilhadas por este grupo de mulheres durante a prática.

Estudos realizados sobre a expressividade corporal para incrementar a pesquisa social já comprovaram: o teatro (Teruel & Baraúna, 2009), a dança (Scribano, 2014a), a performance (Scribano & D'hers, 2013) e a pintura (Scribano, 2013), entre outros recursos, podem funcionar como uma forma de mediação entre pesquisadora e pesquisada, a fim de coletar dados sobre temáticas sociais. De tal modo, a expressividade na pesquisa social pode contribuir para a pesquisadora detectar diversas questões sobre o social, que podem aparecer a partir da observação das dimensões subjetivas, afetivas e emocionais de seu público pesquisado.

Além disso, o uso da expressividade poderá proporcionar às mulheres da pesquisa a construção de diálogos sobre seus corpos/emoções, a fim de pensar sobre os aspectos de suas subjetividades. Isso, muitas vezes, não são refletidos por elas devido às convenções sociais que foram historicamente impostas para as mulheres, por meio de comportamentos ideais para lidar com seus corpos, logo, com suas emoções, dificultando, assim, a possibilidade de estas se conhecerem por meio da arte.

É importante, contudo, pensarmos no desafio de usar a arte e a expressividade para compreender o

aspecto social, pois determinadas metodologias não permitem que a pesquisadora assuma o seu *lugar de fala* e que, portanto, reflita e acrescente a sua biografia durante a construção do objeto de pesquisa (Scribano & De Sena, 2009).

Exemplos narrados pelas pesquisas de Teruel & Baraúna (2009) e Scribano (2014a) mostram o pouco tempo que as pessoas, na sociedade contemporânea, têm para se autoconhecerem. Considera-se que este cenário tem sido marcado por relações sociais imediatistas, logo uma temporalidade nutrida por efemeridade e contingência (Bauman, 2004), assim como ocorre em um contexto que se sustenta por uma lógica de mercado fundamentada no consumo; no *disfrute* imediato e contínuo de sensações passageiras e viciantes para o sujeito conseguir sobreviver dentro desta lógica, ou seja, a lógica do capital (Scribano, 2015).

Desse modo, nesse contexto, há uma produção equivocada de autonomia e liberdade, que são ativadas por meio de dispositivos de regulação das sensações e mecanismos de suportabilidade, considerando o capitalismo do século XXI, que tem se configurado a partir de comportamentos baseados em resignação e indiferença perante as desigualdades sociais (Scribano, 2015).

Conforme Scribano (2014a), “el sistema capitalista construye el mundo a partir de geometrias de los cuerpos basadas em estos procesos de construcción de emociones que elaboran politicas de sensibilidades” (p. 14).

Desse modo, pode causar estranhamento o uso da arte nas pesquisas sociais, por exemplo: o estudo de Teruel & Baraúna (2009), que analisou o grupo *Marias*, constituído por mulheres empregadas domésticas, que fazem teatro na cidade do Rio de Janeiro, com temáticas centradas na vida cotidiana das domésticas, constatou que o teatro pode ser visto negativamente pelos padrões dessas mulheres. Estes, em um primeiro momento, avaliavam o fato de elas

¹O método pilates foi desenvolvido na década de 1920 por Joseph Pilates no período da primeira guerra mundial; em 1980, houve o reconhecimento internacional do pilates e, em 1990, este ganhou popularidade no campo da reabilitação. Por isso, às vezes, é associado a corpos de idosos e muitos idosos o praticam. Atualmente, o pilates é usado para tratamento e prevenção de problemas na coluna vertebral e inclui diversos aparelhos, grandes e pequenos (Da Silva & Mannrich, 2009; Ferreira et al., 2007).

fazerem teatro como uma *perda de tempo* ou *algo que não levaria a nada*, ou seja, fazer teatro para mostrar a realidade das empregadas domésticas no Brasil.

A utilização de desenhos e pinturas para adultos em pesquisas sociológicas podem ser vistas em um primeiro momento *coisa de criança* como Scribano (2014a) se referiu ao tratar dessas novas metodologias para se pensar o social. Para esse autor, a expressividade não deve ser definida como uma manifestação corporal intencionada, pois o corpo expressa emoções sem necessariamente o sujeito ter noção do que está fazendo; os significados são gerados pela observação da expressividade corporal a partir dos fluxos comunicativos com uma realidade cultural apresentada.

Nesse sentido, o corpo se expressa com o mundo exterior sem roteiro pré-definido, contudo o corpo também pode se programar para se comunicar, exemplos sobre isso são as peças teatrais que têm um roteiro definido, o que faz o artista representar determinado personagem, por exemplo, no balé clássico, que solicita uma coreografia programada, assim trabalhando a expressividade corporal da bailarina.

Partindo dessa perspectiva, quando o/a cientista social resolve utilizar a arte, como a dança, o teatro, a música e a pintura, entre outros, para pensar o social, não quer dizer que ele/a irá fazer uma análise elaborada da arte propriamente dita e formular uma teoria. Mas utilizará essas formas de expressividade/criatividade para conhecer as relações sociais. Logo, o uso da arte e da expressividade funcionará como um mediador para se chegar a determinadas compreensões sobre uma realidade social a ser investigada.²

Em principio, expresar es un ato de habla. Es una práctica que adviene como gesto del cuerpo-emoción. Eso es expresar. Adviene como algo que necesariamente esta vinculado con la historia que voy construyendo en mi cuerpo. En el advenimiento del gesto del cuerpo-emoción, se presenta la historia de cada un (Scribano, 2014b: 10).

²Sobre esta questão, o estudo de Scribano (2013) sobre “Encontros Criativos Expressivos”, (ECE) por meio do uso de desenhos, cores, colagens etc. para compreender a visão de moradores em três bairros de Córdoba (AR), é ilustrativa; durante o experimento, o autor apresenta como as cores representam uma simbologia para os moradores do bairro sobre presente, passado e futuro, além da forte conexão que eles apresentavam sobre ser feliz como um imperativo social de continuarem lutando para melhores condições de vida. Para mais informações, ver: Scribano (2013).

O autor, contudo, apresenta ponderações sobre o uso da arte/expressividade para se compreender o social, destacando o seguinte:

...si optamos, por estrategias creativas, no estamos haciendo la revolución, pero posibilitamos que un conjunto de sensaciones transformen las percepciones, y de ese modo es posible que esas sensibilidades se transformen porque de alguna manera estan siendo puestas en juego en otro registro que no es socialmente establecido (Scribano, 2014b: 10)

Os corpos estão abertos às diversas possibilidades de construção, porém essa construção demanda tempo, do mesmo modo que o corpo deve ser compreendido em suas dimensões *piel*, movimento e imagem (Scribano, 2012).

Scribano (2012), em sua proposta analítica sobre corpos e emoções para fins metodológicos, analisa as emoções a partir de três corpos: corpo imagem, corpo *piel* e corpo movimento. Conforme o autor,

...el cuerpo imagen es un indicador del proceso de cómo “veo que me ven”. Por su parte, el cuerpo piel señala el proceso de cómo “sientonaturalmente” el mundo, y el cuerpo movimiento es la inscripción corporal de las posibilidades de acción. Las interacciones entre cuerpo imagen, cuerpo piel y cuerpo movimiento son tomadas como señaladores (indicadores) de la dominación social y como localizadores de enclasmiento (p. 101).

Os movimentos e as expressões, mesmo realizados coletivamente, cada corpo responderá de forma diferente, dependendo da condição de cada indivíduo. Desse modo, a expressividade corporal, por meio do pilates, poderá contribuir para conhecer as emoções das idosas em relação aos seus corpos, estes que já mostram sinais de envelhecimento aparentes.

Lisdero *et al.* (2017), compartilhando com Melucci (1977), destacam que o pilates emerge em um cenário a partir dos anos de 1970; foi no início destes anos que as pessoas começaram a buscar práticas desportivas para descarregar energias, como o estresse, o qual se manifesta em muitos corpos pela pressão no mercado de trabalho por produtividade. Entretanto, a prática também pode ser buscada como uma forma de se conseguir *estar bem* física, emocional e espiritualmente para se continuar trabalhando, sem necessariamente o/a praticante ser um perito na prática.

Lisdero *et al.* (2017) ainda enfatizam que algumas práticas corporais (*Crossfit*, *yoga*, *pilates*,

entre outras) apresentam-se como uma tendência para diversos sujeitos no século XXI, portanto não são apenas praticadas como uma forma de chegar à boa forma, mas como um estilo de vida que o/a praticante assume para amenizar a sobrecarga do mercado de trabalho.

É importante enfatizar que o pilates é praticado entre pessoas das classes médias, portanto, para ser utilizado como um procedimento para pesquisas envolvendo sujeitos de classes populares, a pesquisadora precisaria, além de recursos, também uma preparação preliminar, pois estudos (Da Silva & Mannrich, 2009, Ferreira *et al.*, 2007) sobre o pilates constataram, entre seus praticantes, que a grande maioria já fazia antes outra atividade física, como caminhada, musculação, yoga, entre outros. Nesse sentido, Scribano (2014b) enfatiza que o uso do recurso, assim como a destreza em seu uso, sua história enquanto prática social, deve ser levado em consideração.

Desse modo, a tríade entre cuidado, gênero e emoções mostra-se intimamente inter-relacionada neste texto, considerando que as mulheres ocidentais na história do desenvolvimento do capitalismo estiveram fortemente associadas ao cuidado a partir do trabalho reprodutivo. Este tipo de trabalho foi extremamente importante para o capitalismo, sendo tomado por ele de forma gratuita e invisível, sofrendo uma desvalorização em termos monetários, por ser camuflado a partir da ideia de ser um trabalho feito pelas mulheres por amor, portanto saber o cuidar do outro por ser naturalizado como um atributo feminino tornou-se um dever moral das mulheres (Federici, 2019). Nesse sentido, o cuidado envolve quem cuida e quem é cuidado. Fisher & Tronto (1990) definem cuidado como:

Uma atitude da própria espécie que inclui tudo o que podemos fazer para manter, continuar e reparar nosso mundo para que possamos viver nele da melhor maneira possível. Este mundo inclui nossos corpos, nós mesmos e nosso ambiente e tudo em que procuramos intervir de forma complexa e autossustentável (Fisher & Tronto, 1990).

Nesta tríade entre cuidado, gênero e emoções, os estudos de Catherine Lutz (1988), refletidos à luz das autoras latinas Victora e Coelho (2019), podem contribuir para construirmos uma reflexão sobre a dicotomia de gênero presente para se pensar como as emoções são organizadas nas sociedades ocidentais. Victora e Coelho (2019) verificaram isso a partir da análise feita por Lutz (1988) sobre seu estudo

baseado em etnopsicologia euro-americana, ou seja, o modo com que são organizadas as emoções das sociedades europeias e da América do Norte. Essa organização emocional se daria a partir das oposições entre emoção versus pensamento e emoções versus distanciamento, sendo que a primeira oposição demarcaria descontrolo feminino, portanto seria o feminino o polo negativo e o pensamento, o polo positivo, neste caso, o masculino; já na oposição entre emoção versus distanciamento, configuraria a emoção feminina mais controlada para lidar com o sofrimento do outro, logo com maior facilidade para desenvolver a empatia; com relação ao distanciamento, expressaria frieza para lidar com as situações de sofrimento, pouca empatia, então o masculino seria o polo negativo (Victora & Coelho, 2019).

Considera-se que, na cultura ocidental, os corpos femininos historicamente estiveram associados à sua capacidade reprodutiva, além da beleza juvenil ser significativamente valorizada (Guerra, 2017). Nesse sentido, mulheres velhas tornaram-se invisíveis neste contexto, por não corresponderem ao modelo de feminilidade socialmente representado. Na atualidade, esse padrão feminino pautado na beleza juvenil é reforçado pela indústria da beleza e farmacêutica, meios de comunicação e publicidade (Sibilia, 2012).

À vista disso, o envelhecimento, quando chega para as mulheres, o faz de diversas maneiras e em diversos tempos vividos em suas biografias, influenciando diretamente nas suas subjetividades, enquanto identidade de gênero socialmente construída por meio de atributos corporais (Britto da Motta, 2002).

É importante considerar que o envelhecimento é um processo que ocorre visivelmente no corpo, podendo afetar os sentimentos e as emoções de indivíduos de ambos os gêneros, mas o processo de construção da identidade é distinto, uma vez que mulheres e homens envelhecem de modo diferente (Britto da Motta, 2002; Goldenberg, 2010).

Dentre as várias violências simbólicas ou não referentes e atuantes à corporalidade feminina, vemos que o envelhecimento feminino pode estar vinculado à ideia de sofrimento, a partir deste enfoque³ sobre

³Debert (2013) disserta sobre os diversos enfoques que tratam o envelhecimento em uma perspectiva de gênero; para a autora, não há um ganhador e um perdedor com a idade, mas há abordagens que vitimizam a mulher a partir do envelhecimento, sendo dupla a discriminação *ser mulher e velha*; há outras que os homens sofrem mais por se aposentarem e não afirmarem mais a sua masculinidade a partir do ser provedor; e há outros enfoques ainda, que mostram que há uma inversão dos papéis de gênero. Para esta autora, a velhice pode ser vivida e compreendida de

envelhecimento e gênero pautado na dupla exclusão, ou seja, *ser mulher e velha*. Pode-se perceber que as de meia idade, que estão mais próximas do processo de menopausa, na faixa dos 40-50 anos, começam a vivenciar o processo de envelhecimento de forma mais evidente, ocorrendo não apenas mudanças físicas visíveis, mas também alterações subjetivas, que revelam um momento de crises e de necessidade de reelaborar suas identidades (Goldenberg, 2010; Guerra, 2017).

Além disso, por passarem a vida toda cuidando da família, no final da vida, poucas terão membros familiares com tempo disponível para cuidá-las, logo *aquela que cuida não tem sido cuidada*. Partindo dessa perspectiva do cuidado, enquanto um trabalho que tem sido essencializado como um atributo vinculado a feminilidade, este texto tem como objetivo refletir sobre o cuidado e as emoções de um grupo de mulheres idosas, utilizando como instrumento metodológico a etnografia feita a partir da observação das aulas de pilates, assim como verificar, a partir da expressividade, os sentimentos e as emoções compartilhadas por este grupo de mulheres.

O presente texto foi dividido em quatro partes: a primeira trata da introdução, em que é apresentado o uso da expressividade/arte na pesquisa social; a segunda parte aborda o contexto situado da pesquisa e o recorte do objeto de investigação; a terceira versa sobre a inserção da pesquisadora no grupo de mulheres praticantes de pilates; e a quarta parte descreve a expressividade corporal e as emoções compartilhadas pelas mulheres idosas durante o pilates; e finalizamos com algumas considerações finais sobre o estudo.

O contexto situado da pesquisa

Inicialmente, esta pesquisa tomou um caráter mais de autoetnografia, portanto não foi uma observação participante, considerando que a autoetnografia traz para a análise todo o processo da pesquisa, portanto as emoções da pesquisadora diante do objeto de estudo, pois é a partir da interação com o outro que a pesquisadora irá reconhecer suas próprias experiências.⁴ Já para Scribano & De

diversas maneiras, considerando a contribuição das pesquisas históricas e antropológicas.

4A autoetnografia ocorreu durante agosto de 2018, quando minha mãe teve um problema de saúde, que a deixou com sequelas aparentes em seu corpo físico como: a perda dos movimentos do lado direito do corpo e a fala. Assim, minha reflexão sobre envelhecimento, corpo e cuidados ficou mais subjetiva, pois percebia o sofrimento de minha mãe em aceitar o seu corpo naquelas condições. Esse acontecimento mudou

Sena (2009), na autoetnografia, o pesquisador será convidado a ocupar uma posição dinâmica e brincar “con su centramiento y descentramiento en la acción” (p. 7).

Com o tempo, contudo, esta pesquisa foi se configurando como uma etnografia,⁵ a partir da observação realizada em um bairro universitário onde circulavam corpos de diferentes gerações, corpos estes que compreendiam tanto jovens estudantes, quanto idosos/as que circulavam cotidianamente neste espaço. Sobre os/as idosos/as, observei a presença de alguns/mas deles/as nos cafés, lendo seus jornais diários, usando seus celulares, conversando entre eles/as sobre a atual crise político e econômica da Argentina. Outros deles/as compravam alguma mercadoria no comércio local (supermercados e lojas variadas).

Ainda pude sentir neste mesmo bairro, por meio do caminho que percorria de segunda a sábado, para estudar na Biblioteca Nacional dos Maestros,⁶ odores de fezes e urina de cachorros, que, nos dias de chuva, ficava insuportável, isso me fez lembrar do romance “Perfume: A história de um assassino” de Patrick Süskind (2015), na parte em que o autor narra sobre o odor desagradável da cidade de Paris no século XVIII.

Ao mesmo tempo, pude observar que algumas pessoas que viviam na rua neste bairro, além dos jovens, eram idosos/as. Estes/as faziam da rua a sua casa, apresentando uma realidade lamentável para o século XXI, ou seja, corpos marcados pelas exclusões, independente da geração. Ao mesmo tempo, pude observar o afeto que alguns transeuntes demonstravam por seus cachorros, que os acompanhavam na caminhada, mas também pude verificar expressões de medo, quando estes caminhantes se encontravam no trajeto com o *peçoal*

a minha percepção sobre minha mãe, no momento em que a vi dependente dos cuidados de outra pessoa para continuar vivendo, considerando que ela sempre cuidou dos outros.

5Compreendo que a etnografia deve ser construída a partir de diferentes etapas, sendo o trabalho de campo a sua característica fundamental, pois é neste que a pesquisadora vivenciará a cultura “do outro”, a fim de realizar uma leitura detalhada de códigos, crenças, linguagens, logo todo o universo simbólico compartilhado pelo grupo social investigado. Para essa construção de conhecimento sobre a cultura do outro, o/a pesquisador/a utiliza-se de um diário de campo, a fim de anotar aspectos culturais que foram observados durante o período que permaneceu no campo de pesquisa, sendo que essa coleta e a posterior descrição sobre a cultura do outro poderão variar, dependendo do olhar da pesquisadora.

6Para mais informações, ver: Biblioteca Nacional dos Maestros. Disponível em: <<http://www.bnm.me.gov.ar/>>. Acesso em: 24 abr. 2020.

da rua.

Ademais, constatei a presença de idosos com suas roupas desportivas e tênis caminhando por este bairro em direção à academia foco da minha observação, de classe média, localizada em uma rua com diversos cafés e prédios onde funcionavam cursos e secretarias da Universidade de Buenos Aires.

A escolha por esta academia foi pelo fato de ela estar próxima da universidade e da biblioteca em que eu estudava diariamente, mas também porque contava com um público misto de usuários/as e, entre estes/as, os que mais me chamavam atenção eram as mulheres idosas. E foi, durante três meses de observação de campo, que verifiquei a frequência diária de um grupo de mulheres idosas praticantes de pilates nesta academia do horário das 7:30 às 9h da manhã.

Assim sendo, meu foco nesta academia se limitou a este grupo de mulheres, que tinha como professora uma mulher de 65 anos com seus assumidos cabelos brancos; ela praticava yoga há mais de 30 anos e dava aulas de pilates há 15 anos no período matutino em três academias locais.

Vale a pena ressaltar que, nesta turma de pilates, apesar de algumas mulheres não praticarem a modalidade todos os dias,⁷ devido às demandas familiares, como o cuidado de netos em idade infantil ou cuidado de membros da família quando eles adoeciam, estas justificavam suas ausências quando ficavam mais de três dias sem ir às práticas. Essa evidência sobre a presença delas nas aulas, com o tempo de trabalho de campo, contribuiu para manter uma observação mais regular sobre o cenário das aulas de pilates e observar no que esta prática contribuía para possíveis investigações sobre mulheres, cuidados e emoções.

Neste estudo, não busquei conhecer as razões de a turma ser constituída apenas por mulheres e mais velhas, considerando que não havia homens nesta turma, nem mulheres jovens. Contudo, uma explicação para isto pode ser pelo fato de as aulas serem realizadas no período matutino, e muitos jovens estudarem ou trabalharem neste horário; ou por ser a professora uma mulher também idosa, fato que contribuía para as mulheres sentirem-se à vontade com seus corpos e emoções, considerando que algumas discussões sobre o corpo feminino ocorriam durante a aula, por exemplo, *flacidez vaginal e do períneo*.

70s dias da semana que esta academia oferecia a prática de pilates eram nas terças e quintas.

Analisando os aspectos subjetivos envolvendo as experiências sobre os cuidados do corpo, nem todas as mulheres poderiam compartilhar em vista das fases do ciclo reprodutivo feminino marcado pela menarca e menopausa (Martin, 2006).

Essas fases do ciclo reprodutivo, grande parte das mulheres terá condições de vivenciar um dia, contudo as experiências sobre a menopausa são um tema mais compartilhado por mulheres mais velhas. Analisa-se que adolescentes e jovens, mesmo podendo estudar sobre o tema e ter informações sobre a menopausa, ainda não possuem a experiência corporal para falar sobre esta fase em que ainda não estão vivendo.

Nesse sentido, algumas experiências do corpo feminino não seriam possíveis de serem compartilhadas por mulheres de todas as idades, sendo mais complexo ainda se fosse com um homem. A experiência gestacional, por exemplo, como destacou Melucci (2016), em seu estudo sobre *corpos estranhos*, diante da situação de falar sobre a experiência de uma paciente feminista em seus atendimentos baseados na psicanálise, o autor comenta que até poderia falar da gestação, no entanto, seu olhar seria sempre limitado, pois nunca vivenciaria em seu corpo esse fenômeno.

Uma vez que a vivência e a experiência do cuidado do corpo são sentidas de modo diferenciado pelas mulheres, a fala das que vivenciam corporalmente esse ciclo da vida pode contribuir para o pensamento feminista produzir conhecimentos, assim como garantir em suas pautas demandas sobre a condição de ser mulher e idosa.

Partindo dos movimentos feministas na América Latina, especialmente na Argentina, podemos verificar que, nos últimos anos, muitos discursos feministas estão vinculados à ideia de empoderamento feminino em diversos espaços sociais, considerando que a ideia de empoderamento visa explorar a atitude de dar poder, neste caso, para as mulheres se autoafirmarem, autovalorizarem-se, autorreconhecerem-se e também se conhecerem (Berth, 2018).

Conforme Berth (2018), o empoderamento proporcionará às mulheres identificarem as “suas variáveis habilidades humanas, de sua história, principalmente sobre sua condição social e política e, por sua vez, um estado psicológico perceptivo do que se passa ao seu redor” (p. 18). Complementando, a autora coloca ainda: “...é um instrumento de emancipação política e social” (Berth, 2018: 14).

Desse modo, o empoderamento feminino cultivado entre as mulheres contribui para estas se autorreconhecerem, autovalorizarem-se, portanto se conhecerem enquanto corpos/emoções (Scribano, 2012),⁸ que foram marcados por uma história de exclusão, silêncio e dominação masculina (Perrot, 2005; Saffioti, 1987).

Igualmente, o reconhecimento desta história, ou seja, a história do corpo feminino, pode contribuir para estas buscarem formas de empoderamento, a fim de se libertarem de todas as formas de sujeição. Essas sujeições foram garantidas por meio de um patriarcado e de um capitalismo, que exploraram corpos femininos dentro de uma divisão do trabalho social sexista, racista e classista (Federici, 2017), assim classificando as mulheres como o segundo sexo (Beauvoir, 1949).

Além disso, a implementação de novas agendas políticas para mulheres idosas pode contribuir para promover a equidade de gênero, portanto corrigir as desigualdades que marcaram historicamente os corpos das mulheres por meio do discurso científico (Martin, 2006) e patriarcal (Saffioti, 1987).

Partindo dessa perspectiva, verifiquei que a decisão sobre o cuidado do corpo tem ocorrido por significativa influência dos profissionais da saúde, mas também por informações que circulam nas redes sociais, os programas sociais que se pautam no discurso da *qualidade de vida*⁹ da população idosa. Do mesmo modo, o aumento da expectativa de vida da população tem sido um dado que contribui para a sociedade e o Estado elaborar e executar políticas,¹⁰ que visem o cuidado desta população que envelhece.

Nesse sentido, alguns estudos (Ferreira &

⁸Para Scribano (2012), é incoerente esta separação entre corpos e emoções, o autor propõe o uso da barra corpo/emoções, a fim de romper a dicotomia e apresenta-a em sua análise teórica, epistêmica, dos estudos das emoções e da sociologia do corpo, mostrando que esta divisão não existe, portanto, quando se fala de corpo, fala-se de emoções, os corpos estariam divididos em termos metodológicos em corpo piel, movimento e imagem. Para mais informações, ver: Scribano (2012).

⁹Embora haja muitas críticas ao conceito de qualidade de vida como descontextualizado da realidade da maioria dos idosos, Nunes & Duarte (2011) associam a qualidade de vida a uma perspectiva holística de ser humano, sendo que a prática de exercícios físicos é considerada fator relevante para se conquistar uma melhor qualidade de vida.

¹⁰Atualmente, podem-se verificar diversos programas sociais que abarcam a ideia de envelhecimento ativo na cidade de Buenos Aires. Para mais informações, ver: Personas Mayores: Conocé los programas que la Ciudad tiene para cuidar, asistir y promover la integración y el envejecimiento activo de los adultos mayores. <https://www.buenosaires.gob.ar/desarrollohumanoyhabitat/personas-mayores> – Acesso: 01 de maio de 2019.

Figueiredo, 2007) comprovam a influência que estes programas têm exercido na vida da população idosa de como fazer exercícios físicos para cuidar da saúde, a fim de ter uma *boa qualidade de vida* na velhice. O discurso da terceira idade, assumido pelos gerontólogos, muitas vezes, apresenta-se descontextualizado da realidade da maioria dos/as idosos/as, logo tende a homogeneizar o envelhecimento. Esse discurso é problemático para diversos autores que complexificam socioantropologicamente a ideia de envelhecer como um fenômeno que deve considerar os diversos marcadores sociais e a própria faixa etária dos/as idosos/as que, dependendo da idade, necessitarão de cuidados diferenciados (Britto da Motta, 2002; Debert, 2013; Oddone, 2014, entre outros).

Também podemos perceber que a busca por terapias faz parte do cenário contemporâneo, no qual o indivíduo decide por *um tempo para si*, para cuidar-se. Melucci (2016) comprova que muitos indivíduos, depois de terem passado por problemas emocionais que eram identificados como exclusivamente sociais por eles, buscam estes suportes para se autoconhecerem a fim de curarem-se.

Algumas pesquisas baseadas em dados empíricos atuais constataram que a grande maioria do idoso, que procura fazer alguma atividade física periódica durante a semana, é composta por mulher (Nunes & Duarte, 2011; Menezes & Frota, 2012). Desse modo, as mulheres que serão apresentadas neste estudo são as que se decidiram por dedicar um tempo para se cuidarem, ainda que o significado do cuidado possa ser amplo e dissensual.

A seguir, apresento como foi a minha inserção no grupo de mulheres praticantes de pilates.

A inserção da pesquisadora no grupo

Primeiramente, matriculei-me na academia, paguei a taxa de matrícula e a mensalidade para participar das aulas de pilates; posteriormente, frequentei seis práticas e, somente depois delas, consegui me apresentar como pesquisadora para a professora e, com o passar das aulas, as alunas souberam que eu estava ali para fazer uma investigação sobre as mulheres do pilates.

Essas mulheres, quando souberam da pesquisa, mostraram-se receptivas, portanto sem resistências à minha presença na aula, e foi isto que me motivou a continuar nesta academia, interagindo com elas desde o dia 26 de setembro até novembro de 2018. Nesse sentido, conversar com a professora sobre o fato de que eu estava lá para pesquisar foi primordial

para conseguir interagir com a turma e observar as mulheres durante a prática.

Sobre as participantes da pesquisa, foram observadas 10 mulheres entre 60 e 82 anos, incluindo a professora neste grupo, todas com curso superior, casadas e com filhos. A negociação do campo foi feita gradualmente, no início, por não ser fluente ainda em espanhol, estas mulheres me compreendiam pouco e não me cumprimentavam, o que me deixava insegura, pois eu precisava ser aceita pelo grupo.

Demoraram em média umas seis aulas para começarem a me dar *bom dia* falar comigo, perguntar coisas sobre o Brasil e pedir para eu falar determinadas palavras ou expressões em português para elas aprenderem também. Foi um encontro intercultural e muito desafiador conhecer este grupo de mulheres argentinas de uma geração diferente da minha. Contudo, é importante ressaltar que eu não posso generalizar o estilo de vida destas idosas argentinas, pois elas praticavam pilates há mais de 10 anos, ou seja, há uma década, e isso era um dado significativo sobre um novo *estilo de vida* contemporâneo que a literatura já apontava entre as classes médias é importante pontuar isto também (Melucci, 1977; Lisdero *et al.*, 2017).

A convivência com estas mulheres também contribuiu para eu refletir sobre o que é cuidar. Nesse sentido, compartilho dos estudos feministas, em que as mulheres desenvolveram o trabalho de cuidado de forma gratuita, invisível diante do trabalho desenvolvido na esfera produtiva, logo são as mulheres que têm conhecimento de causa para falar sobre o que é cuidar (Hirata, 2007; Federici, 2019).

Considerando que o trabalho de cuidado é aquele que relaciona as pessoas aos grupos sociais, de forma geral, é realizado para atender as necessidades físicas, emocionais e psicológicas de pessoas dependentes ou não, saudáveis ou doentes. Vale a pena ressaltar que, historicamente, foram as mulheres que desenvolveram as suas técnicas e conhecimentos, formando assim um conjunto significativo de saberes sobre como se deve realizar a prática de cuidar, além das emoções e sentimentos envolvidos na relação entre quem cuida e é cuidado, pois são corpos em interação (Soares, 2012).

Apesar disso, o autocuidado das mulheres ainda é algo que precisa ser pensado, considerando que as mulheres fazem parte de uma parcela maior da população, logo tendem a sofrer mais com problemas vinculados ao envelhecimento, como doenças crônicas degenerativas e compra de serviços de cuidado terceirizado. Geralmente, isso

ocorre quando estão em idades mais avançadas, considerando que, atualmente na Argentina, já se verificam três gerações envelhecidas, sendo grande a de centenários nos últimos anos que buscam serviço de cuidado (Oddone, 2014).

Analisando, entretanto, a expectativa de vida na América Latina, que tem aumentado nos últimos anos, podemos verificar que a Argentina apresenta uma realidade favorável, pois seu sistema de seguridade social destaca-se por cobrir 95% dos/as idosos/as com pensões e aposentadorias. Além de ter uma população urbana, com acesso a hospitais, os idosos ficam mais em suas casas com pessoas de sua idade, logo pouco vivem em Instituições de longa permanência (ILP) (Oddone, 2014).

Podendo este dado contribuir para se pensar que idosos/as argentinos/as, por ficarem mais em suas casas, recebendo cuidado de familiares e amigos, sofrem menos problemas emocionais, por não estarem vivenciando a sensação de estarem *abandonados* em ILP, idosos não totalmente dependentes dizem sentirem-se abandonados nestas instituições pelas famílias (Bitencourt, 2019).

Desse modo, o caminho metodológico deste texto deu-se a partir da construção da etnografia sobre um grupo de mulheres praticantes de pilates; com relação aos dados empíricos, na medida em que foram coletados, buscou-se verificar como a tríade cuidado, emoção e gênero era vivenciada por estas mulheres, a partir da expressividade corporal observada pela pesquisadora. Contudo, vale a pena ressaltar que a articulação entre emoções, cuidado e gênero se constrói na expressividade corporal que a pesquisadora buscou interpretar, sendo um olhar particular que se fez a partir da fluidez que as mulheres foram apresentando ao longo da pesquisa. Nesse sentido, busquei compreender como elas se cuidavam e administravam seus corpos/emoções a partir da expressividade corporal apresentada por elas durante as aulas, sem interferências e indagações minhas de suas práticas realizadas, portanto, deixando-as livres para falarem sobre como elas se cuidam nesta fase da vida.

A expressividade corporal e as emoções na prática de pilates

A aula começou

Ao som da música garota de Ipanema de Tom Jobim,¹¹ bailamos de um lado para o outro bem

11“Garota de Ipanema” é uma canção brasileira de bossa nova e MPB. Foi composta por Antônio Carlos Jobim e letrada por

devagarinho, movemos a perna direita, a perna esquerda, de um lado para o outro, levantamos os braços com os pesinhos, fizemos o movimento de estar desenhando um círculo no sentido horário, logo depois desenhamos outro círculo em sentido anti-horário; contraímos joelhos em pé, estendemos os braços nesta posição, levantando os braços em direção à nuca, relaxamos os braços e, a aula continuava até o relaxamento final (Diário de campo, Buenos Aires, 20/11/2018).

Observo durante a classe os corpos em movimento, tenho concentração nos movimentos, procuro escutar a professora narrando como se deve fazer corretamente o exercício para não afetar a coluna, mas também escuto risos, vejo olhares, comparações e exibições corporais.

Isabel¹² fala “olha, estou com um peso de três quilos”, quando todas as demais mulheres estavam com um quilo e, assim, as mulheres da turma de pilates começam a apresentar seus corpos e o que podem fazer com eles.

Durante algumas práticas, escuto sons, respirações emitindo sensações de alívio, “humm”, “ufa”, “respiração longa!”, “ahhhhhhhhhhhhh!”, quando o exercício parece ser difícil para ser feito, sendo mais complexo para as mulheres com mais de 70 anos da turma, pois exige um pouco mais de esforço para realizá-lo.

Prosseguindo, a professora fala que não é para ter vergonha de contrair a musculatura pélvica e relaxar, em um movimento realizado em pé, que trata de fortalecer o chamado piso pélvico.

Nesse momento, algumas praticantes falam que têm que fortalecê-lo; a professora diz que é mais para manutenção da saúde, não devem pensar na intenção de agradar o marido. Contudo, a professora diz: *sim, a musculatura pélvica mais rígida pode agradar mais o companheiro e ri* e todas as demais riem. Além disso, uma senhora falou que, em casos de frouxidão muito grande, é preciso recorrer à cirurgia do períneo, que, segundo ela, deixa a mulher “virgem novamente”; neste momento, todas caem na gargalhada, inclusive a professora.

Durante a prática, as diferenças de idade, de peso, de flexibilidade nesta classe vão tomando a cena e a expressividade, buscando-se o desafio de qual o corpo que está mais preparado para se expressar

Quando se faz um exercício muito perfeito

Vinicius de Moraes em 1962.

¹²Por razões éticas e a fim de preservar a identidade das mulheres desta instituição, todos os nomes citados neste texto são fictícios.

e o grupo todo fica em harmonia, a professora fala: “perfecto! puede sacar una foto”. Essas mulheres mostram-se alegres, orgulhosas em estar nesta idade, podendo fazer pilates periodicamente, portanto, cuidando-se, o que é comprovado pela fala de que não depender de ninguém para mover seus corpos seja o mais comentado por elas nos finais das práticas. Nesse sentido, ter um corpo e possuir a autonomia sobre os seus movimentos são o binômio mais exaltado pelas mulheres pesquisadas, pois dizem sentir medo de depender de alguém um dia. Além disso, contam com o fato de poder fazer parte do grupo e investir no autocuidado, o que se apresentam para elas como uma forma de organizar seus cotidianos, dando um tempo para si sem estar em casa ou no trabalho profissional, considerando que muitas ainda trabalham, mesmo sendo aposentadas.

Nesse mesmo dia, uma jovem de aproximadamente uns 23 anos, que é da turma da noite, foi à prática pela segunda vez nesta turma e, enquanto fazíamos um movimento, que era com o uso de dois pesos, necessitando a praticante abrir os dois braços para levantar os pesos na altura dos ombros, a jovem, durante esse movimento, deu uma pausa longa, logo as mulheres a questionaram sobre a sua força física para a prática: “você é mais nova que a gente, como parou?”

O tom na fala das mulheres expressou uma exigência de desempenho de um corpo jovem, realizando-se uma comparação: “olha, eu sou mais velha que você”. A moça ficou sem falar nada, um pouco constrangida por essa observação durante a aula.

Também constatei que as mulheres, nas práticas, auto-observam-se e observam as outras através do espelho durante os movimentos. Em relação às limitações corporais, pude observar que, quando a prática exige um pouco mais, a professora fica observando mais atentamente os corpos mais velhos, como é o caso de Simone, de 82 anos.

Verifiquei que a professora cuida de Simone, portanto cuida do corpo de Simone diferente das outras mulheres, por esta apresentar algumas limitações; é perceptível também que não apenas a professora faz isso, mas a classe toda cuida dela, observa-a durante os movimentos, pois é um corpo de 82 anos exercitando-se de modo exigente, algo não tão comum.

Simone, às vezes, não faz os exercícios propostos pela professora, fica apenas deitada no colchonete. Contudo, a professora não lhe chama a atenção, diferente da jovem de 23 anos que apareceu

apenas duas vezes nesta turma de pilates; mesmo as mulheres não tendo intimidade com ela, chamaram-lhe a atenção por ser jovem e parar de fazer os exercícios.

Nesse sentido, comparando corpos jovens e envelhecidos, ficou evidente que este último apresenta limitações físicas, logo não pode sofrer a mesma exigência de desempenho que um corpo jovem. Contudo, nessa mesma classe, vale salientar que houve uma prática que necessitava fazer um exercício, ocasião em que a professora perguntou “ninguém aqui tem problema na coluna cervical, né?”, que necessitava deitar-se de costas e elevar as pernas, baixando-as até as pontas dos pés ficarem perto da cabeça. Quando todas ainda tentavam fazer o exercício, Isabel realizou-o perfeitamente, por ser uma mulher alta e não tão magra, como muitas mulheres desta classe são, e todas ficaram com uma expressão facial de admiração. Ficaram olhando a flexibilidade e perfeição do movimento de Isabel para fazer o exercício. No mesmo momento, a professora falou: “tem que fotografar!”

O uso da foto, nesse contexto, é abordado como uma construção de algo perfeito, só se tira foto quando a imagem apresenta perfeição, daí depreende-se a valorização do corpo imagem (Scribano, 2012). Entretanto, toda a flexibilidade de Isabel não é algo nato, mas de um corpo que está em movimento há mais de 20 anos. Segundo ela, a flexibilidade no movimento é alcançada porque é praticante de yoga, além do pilates.

Durante as práticas, as mulheres têm apresentado uma necessidade de comentar sobre determinadas dores que sentem no cotidiano, um exemplo é que, nas primeiras aulas de pilates com este grupo, observei que aqueles corpos necessitavam de uma atenção diferente, ou seja, o olhar sobre cada corpo ficou evidente, as exigências conforme a faixa etária da praticante.

O praticar pilates, ou seja, conseguir fazer os movimentos, participar das aulas, é encarado por estas mulheres como um motivo de superação do corpo velho que, apesar da idade cronológica, pode ser vivenciado de um modo consciente por elas. Algumas mulheres que se ausentavam da prática por mais de três dias justificavam que precisam ficar com seus netos ou cuidar de algum familiar doente, geralmente o marido. Contudo, também escutei justificativas de que faltaram às aulas porque estavam com alguma dor no corpo, de modo que o médico a aconselhou a não praticar pilates durante aqueles dias. Geralmente, analgésicos relaxantes musculares

são usados por algumas destas mulheres, quando sentem dores.

Também observei que, no final da aula, muitas falam de alimentação, compartilham receitas de comidas saudáveis sem lactose, sem glúten, e trocam informações sobre nomes de especialistas da geriatria, ginecologia, que atendem mulheres idosas com todo respeito e profissionalismo. De acordo com elas, nem todos os especialistas sabem ou gostam de atender uma cliente idosa.

Sobre problemas de saúde, dores físicas, por exemplo, algumas mulheres me falaram que consultavam o *google* para compreender sobre determinadas dores que sentiam em seus corpos. Percebe-se, nesta prática, a disseminação de informações via *Internet* por meio da ferramenta *google*, que tem influenciado a população nos últimos anos, de modo que muitos tendem a construir diagnósticos sobre seus estados físicos e emocionais a partir das informações em *sites* de saúde e canais no *youtube* (Miranda & Farias, 2009).

Segundo elas, o *google* contribui para visitarem *sites* que abordam saúde, envelhecimento e alimentação saudável, a fim de saber formas de prevenir sinais da idade de forma mais barata e não invasiva. O cotidiano vai sendo desenhado, considerando o tempo disponível que elas têm. Para estas mulheres, não é mais o corpo que é seu *capital*, mas o *tempo* que virou o capital nesta fase da vida (Goldenberg, 2010).

Nesse sentido, a expressividade no pilates é apresentada por estas mulheres como uma representação ideal de estarem bem com seus corpos, apesar de estarem envelhecidos. Contudo, as dores no corpo, assim como a busca de outras formas de cuidado e prevenção de doenças ficam evidentes, quando estas mulheres terminam a prática.

Outra observação durante a prática é que a grande maioria das mulheres desta turma não faz os 10 minutos de relaxamento final e saem antes da aula acabar, mas, de acordo com a professora, ao ser interpelada sobre isso, é preciso diferenciar o que é meditar e o que é relaxar. Segundo ela, meditar consiste em expandir a consciência, limpar o pensamento, já o relaxamento é apenas para acalmar o corpo, sentir paz.

Segundo algumas destas mulheres, o relaxamento é visto como uma perda de tempo. Entretanto, parece haver, nessa fuga final, muito mais que pressa, visto que, se para algumas esse relaxamento final aliviava o estresse, para outras

contribuía para despertar o sono ou mexer com as emoções e manifestar o choro. Contudo, não havia questionamento entre elas, após a prática, do motivo que fez a amiga dormir ou chorar durante a prática.

Consequentemente, o momento mais valorizado durante a prática de pilates por estas mulheres são os exercícios focados em movimentar parte do corpo; nesta condução da professora, há uma ideia de superação e de grupo que caminha junto, pois todas procuram fazer os movimentos ao mesmo tempo, fortalecendo assim o sentimento de grupo. Decorre daí pensar que a negação do relaxamento final pode indicar um dos dispositivos da política de sensibilidade adotada por estas mulheres, em que o uso do tempo é altamente valorizado por elas, acham que é tempo demais relaxar o corpo. No entanto, quando saía do relaxamento, eu as encontrava no estabelecimento que ficava ao lado da academia, muitas vezes, tomando café e comendo medialunas.

Algumas delas falavam nos fins das práticas quando eu as questionava sobre a importância do pilates na vida delas, muitas diziam que a modalidade praticada contribuiu para tomarem consciência de seus corpos, pois sabem que precisam exercer o autocuidado devido à idade. Esse grupo, apesar de ser de classe social diferente do analisado por Teruel e Baraúna (2009), mostrou resultados próximos ao papel do teatro como expressividade, que age transformando as sensibilidades das mulheres. Conforme relatos de algumas após as aulas, pude verificar que elas se mostram críticas ao feminismo, logo ser feminista virou mais moda que consciência sobre quem elas são, fazem críticas ferrenhas ao feminismo.

Simone, que trabalhou em diversas embaixadas, morou em muitos países, disse-me um dia que “El movimiento feminista se perdió, en el lesbianismo agresivo y en la sumisión conservadora, por eso no soy feminista”.

É importante ressaltar que estas mulheres, apesar de terem discursos feministas que buscam criticar a opressão do corpo das mulheres, que foram marcados historicamente, elas não se declaram feministas e dizem não gostar de algumas posturas do movimento. Talvez por este não ter uma pauta centrada no envelhecimento feminino, a experiência que estas estão vivendo não dialoga com o movimento, logo não se reconhecem nele. O teor simbólico do cabelo branco que, no início, impressionou-me por ver nele a autoafirmação das idosas argentinas, para elas tem outro sentido, o cabelo branco “se convirtió en moda, no es una conciencia sobre el envejecimiento que las

mujeres están teniendo y sí otra máscara que se está usando” (Simone, 82 anos).

Além da consciência corporal que o pilates para elas proporciona, também é uma prática que garante a sociabilidade, pois este grupo está junto há mais de 10 anos nesta academia, de modo que fazem ações comunitárias, saem às festas, tomam cafés juntas, vão às manifestações sociais, enfim, discutem política.

Estas mulheres dizem viver o agora, o corpo envelhecido, não negam, portanto, o envelhecimento. Contudo, nenhuma mulher diz cuidar do corpo para o outro, mas dizem que se cuidam para si. A ideia de grupo é muito significativa, visto que, durante uma prática, comentam que querem chegar ao fim do ano com mais aprendizados em relação ao corpo, superando dores, fazendo exercícios novos e mais difíceis. No entanto, esta busca de redes de sociabilidade entre idosas pode ser uma forma de estas evitarem a solidão, pois os filhos e as filhas estão casados e não moram mais com elas.

Considerações Finais

A presente observação foi possível, pois a pesquisadora praticava yoga há algum tempo no Brasil, o que facilitou a prática de pilates; é importante esta ponderação para pesquisa que precisam fazer e observar a prática, mas não é determinante, por isso outras investigações podem ser realizadas.

A confiança, a empatia, não é algo que será conquistado nas primeiras aulas, mas é necessário que a pesquisadora tenha percepção dos códigos compartilhados pelo grupo que desejará observar e ter percepção que conflitos geracionais podem ocorrer. A idosa, nesta pesquisa, é uma mulher ativa, que fala, pensa, reflete e não quer perder de forma alguma a sua autonomia corporal.

O corpo é um instrumento de análise social, ele expressa o conteúdo individual, subjetivo e social. Chegando ao corpo, consequentemente chegamos às emoções, logo desvendar as políticas de sensibilidades desses grupos, que, na contemporaneidade, apresentam novas narrativas sobre o envelhecimento, dependerá não apenas do cenário, dos recursos utilizados pela pesquisadora, mas da dimensão afetiva e cognitiva que pesquisas com o uso da expressividade podem acrescentar nesta complexidade chamada corpos/ emoções.

A presente pesquisa se configura no texto e no contexto das emoções contemporâneas como uma possibilidade empírica e metodológica para mais

pesquisas sobre mulheres, envelhecimento e corpo/emoções (Lisdero *et al.*, 2017; Scribano, 2017). Traduz as práticas de cuidado na contemporaneidade por meio da expressividade corporal; a fala colaborativa de mulheres para pesquisas sociais; alguns de seus sentimentos e emoções do processo de envelhecer, que mulheres vivenciam a partir das transformações de cunho físico, psíquico, sociais e emocionais que as experiências deste ciclo de vida pós 60 anos pode possibilitar, numa sociedade que vive da imagem (Sibilia, 2017), mas que envelhecer pode ser resistência a incluir outras vozes e emoções manifestadas a partir da experiência com o corpo.

Nesse sentido, a pesquisa de campo torna-se fundamental para compreender os significados compartilhados por grupo de mulheres idosas e como o uso do corpo/emoções na pesquisa pautada em questões de gênero pode ser um caminho metodológico interessante para pesquisadores romperem diretamente a dicotomia entre sujeito/objeto e evitar o silenciamento da expressividade corporal de mulheres, que se manifesta nestes encontros expressivos como conteúdo simbólico e prático que pode traduzir os significados de ser mulher idosa, a partir do discurso que rompe a necessidade de continuar nutrido uma cultura de cuidar do outro e começar a cuidar de si. Neste caso, práticas como o pilates é um terreno fundamental de investigação, pois os corpos das mulheres foram reificados a partir de uma estrutura patriarcal, de modo que pouco se ouviu mulheres falando sobre si, suas emoções, empoderando-se.

A pesquisa apresentada, mesmo sendo um breve recorte sobre mulheres idosas no contexto argentino de classe média e instruídas, contribui para promover futuras pesquisas pautada em um enfoque interdisciplinar entre ciências humanas/sociais e ciências da saúde, considerando que a grande maioria dos estudos que foca o pilates vem da área da saúde ainda incipiente em análise sobre corpo/emoções e gênero, portanto provocar este diálogo sobre expressividade corporal, cuidados, gênero e emoções poderá contribuir para análises que incorpore corpo, imagem e movimento para se pensar as políticas de sensibilidades configuradas pós 60 anos (Scribano, 2012).

Referências Bibliográficas

BAUMAN, Z. (2004) *Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos*. Rio de Janeiro: Zorge Zahar Editor.

BEAUVOIR, S. (1949) *Le Deuxième Sexe*. Paris:

Gallimard.

BERTH, J. (2018) *O que é empoderamento?* Belo Horizonte: Letramento.

BITENCOURT, S. M. (2019) "Notas sobre o envelhecimento a partir de uma Instituição de Longa Permanência em Cuiabá (MT), Brasil." *Revista Kairós-Gerontologia* N° 22, p.163-183.

BRITTO DA MOTTA, A. (2002) "Envelhecimento e sentimento do corpo", in: MINAYO, M. C. & COIMBRA JUNIOR, C. *Antropologia, saúde e envelhecimento*. Rio de Janeiro: FIOCRUZ, p. 37-50.

DA SILVA, A. C. L. G & MANNRICH, G. (2009) "Pilates na Reabilitação: uma revisão sistemática." *Fisioter Mov* N°3 p. 449-455.

DEBERT, G. G. (2013) "Feminismo e Velhice." *Sinais Sociais* (8). Rio de Janeiro, p. 9-86.

FEDERICI, S. (2017) *Calibã e a Bruxa. Mulheres, corpo e acumulação primitiva*. São Paulo: Elefante.

FEDERICI, S. (2019) *O ponto da revolução: trabalho doméstico, reprodução e luta feminista*. São Paulo: Elefante.

FERREIRA, C.; AIDAR, F.; NOVAES, G.; VIANNA, J.; CARNEIRO, A.; MENEZES, L. (2007) "O método Pilates sobre a resistência muscular localizada em mulheres adultas." *Motricidade* N°4, p. 76-81.

FERREIRA, C. & FIGUEIREDO, M. A. C. (2007) "Condicionamento físico: ativação e saúde para mulheres idosas." *RBCEH* (4). *Passo Fundo*, p. 9-22

FISHER, B. & TRONTO, J. (1990) "Toward a Feminist Theory of Caring.", in: ABEL, E. K. & NELSON, M. K. (comp.) *Circles of Care: Work and Identity in Women's Lives*. Albany: SUNY Press, p. 35-62.

GOLDENBERG, M. (2010) *O corpo como capital: Estudos sobre gênero, sexualidade e moda na cultura brasileira*. São Paulo: Estação das letras e cores.

GUERRA, J. F. P. (2017) "Subjetivações femininas na meia-idade: a vivência da menopausa na contemporaneidade." Tese de doutorado, Sociologia, Universidade Federal de Pernambuco

HIRATA, H. (2007) "Visão comparativa sobre o trabalho feminino na França, Japão e no Brasil", In: LIMA, M. E. et al. (comp.) *Transformando as relações de trabalho e cidadania: produção, reprodução e sexualidade*. São Paulo: CUT/BR.

LISDERO, P.; BRANDAN, M.; PELLÓN, I.; DUBOIS, D. (2017) "Entrenando emociones: reflexiones metodológicas en torno a las "nuevas formas de entrenamientos" y el trabajo", in: GANDÍA, C. (comp.) *Metodologías de la investigación: estrategias de indagación*. Buenos Aires: Estudios Sociológicos Editora.

LUTZ, C. (1988) *Unnatural emotions: everyday sentiments on a Micronesian atoll & their challenge*

to western theory. Chicago: The University of Chicago Press.

MELUCCI, A. (2016) *Cuerpos extraños*. Buenos Aires: Estudios Sociológicos Editora.

MELUCCI, A. (1977) "Il corpo ignoto", in: AMBROSI, J. (comp.) *L'energia dell'umano*. Feltrinelli Economica.

MENEZES, K. M.G.; FROTA, M. H. P. (2012) "Corpos velhos e a beleza do crepúsculo: um estudo sobre os (re) significados da corporeidade na velhice." *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad* (9). Córdoba, p. 07-16.

MARTIN, E. (2006) *A mulher no corpo: uma análise cultural da reprodução*. Rio de Janeiro: Garamond.

MIRANDA, L. M. & FARIAS; S. F. (2009) "Contributions from the internet for elderly people: a review of the literature." *Interface - Comunic., Saúde, Educ* N°29, p.383-394.

NUNES, F. & DUARTE, R.T.G. (2011) "A preponderância do gênero feminino nas atividades físicas para o idoso na Secretaria Municipal de Esportes de Porto Alegre." *RBCEH, Passo Fundo* (8), p. 230-243.

ODDONE, M. J. (2014) "Ancianas cuidadoras, redes y estrategias en el uso de programas sociales". *Fundação Carlos Chagas Cadernos de Pesquisa* N° 44, p. 354-377.

PERROT, M. (2005) *As mulheres ou os silêncios da História*. Bauru: EDUSC.

SAFFIOTI, H. (1987) *O poder do macho*. São Paulo: Moderna.

SCRIBANO, A. y DE SENA, A. (2009) "Construcción de Conocimiento en Latinoamérica: Algunas reflexiones desde la autoetnografía como estrategia de investigación." *Cinta Moebio* N° 34, p. 1-15.

SCRIBANO, A. (2013) *Encuentros creativos expresivos: una metodología para estudiar sensibilidades*. Buenos Aires: Estudios Sociológicos Editora.

SCRIBANO, A. (2012) "Sociología de los

cuerpos/emociones." *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad* N° 10, p. 93-113.

SCRIBANO, A. y D'HERS, V. (2013) "Desempenho como ferramenta de investigação." Apresentado no VII JEMC - SÉTIMA SESSÕES EM ETNOGRAFIA E MÉTODOS QUALITATIVOS. Buenos Aires, 14, 15 e 16 de agosto de 2013.

SCRIBANO, A. (2014a) "Entrevista bailada: narración de una travesía inconclusa." *Intersticios: Revista Sociológica de Pensamiento Crítico* N°2, p.103-112.

SCRIBANO, A. (2014b) "Interlúdio. Inquirindo sensibilidades: abordagens metodológicas da expressividade e criatividade", in: MAGALLANES, G.; GANDIA, C. & VERGARA, G. (Comp.) *Expressividade, criatividade e prazer*. Córdoba: Universitas.

SCRIBANO, A. (2015) *¡Disfrútalo! Una aproximación a la economía política de la moral desde el consumo*. Buenos Aires: Elaleph.com.

SIBILIA P. (2012) "El cuerpo viejo como una imagen con fallas: la moral de la piel lisa y la censura mediática de la vejez." *Comunicação, Mídia e Consumo* (9). São Paulo, p. 83-114.

SIBILIA, p (2017) "Uno es lo que Google dice que uno es: La vida editable, entre control y espectáculo." *Revista de Psicoanálisis* (76). Buenos Aires, p.237-252.

SOARES, A. (2012) "As emoções do Care.", in: HIRATA, HELENA e GUIMARAES, N. A. *Cuidado e cuidadoras: as várias faces do trabalho do care*. São Paulo: Atlas, p. 44-59.

SÜSKIND, P. (2015) *O perfume: A história de um assassino*. São Paulo: Bestbolso.

TERUEL, T. M. y BARAÚNA, T. (2009) "La práctica en el teatro forum de Augusto Boal. El caso de "Marias do Brasil." *Revista Creatividad y Sociedad*. N°14, p. 1-32.

VÍCTORA, C.; COELHO, M. C. (2019) "A antropologia das emoções: conceitos e perspectivas teóricas em revisão." *Horizontes Antropológicos* (UFRGS. IMPRESSO), v. 25, p. 7-21.

Citado. BITENCOURT, Silvana Maria (2022) "Etnografando as emoções de um grupo de idosas praticantes de pilates em Buenos Aires (AR)" en Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad - RELACES, N°38. Año 14. Abril 2022-Julio 2022. Córdoba. ISSN 18528759. pp. 34-46. Disponible en: <http://www.relaces.com.ar/index.php/relaces/issue/view/38>

Plazos. Recibido: 21/07/2020. Aceptado: 21/08/2021