



Antípoda. Revista de Antropología y  
Arqueología

ISSN: 1900-5407

[antipoda@uniandes.edu.co](mailto:antipoda@uniandes.edu.co)

Universidad de Los Andes  
Colombia

Rojas Contreras, Janeth

LOS GIMNASIOS CONTEMPORÁNEOS COMO EVIDENCIA MATERIAL DEL CAMBIO EN LA DISCIPLINA CORPORAL MODERNA A LA POSMODERNA, SU RELACIÓN CON LA AGENCIA Y EL CONTEXTO SOCIAL

Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología, núm. 16, enero-junio, 2013, pp. 157-176

Universidad de Los Andes  
Bogotá, Colombia

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81427459008>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal

Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

# LOS GIMNASIOS CONTEMPORÁNEOS COMO EVIDENCIA MATERIAL DEL CAMBIO EN LA DISCIPLINA CORPORAL MODERNA A LA POSMODERNA, SU RELACIÓN CON LA AGENCIA Y EL CONTEXTO SOCIAL\*

JANETH ROJAS CONTRERAS\*\*

*rojasc.janeth@gmail.com*

*Universidad Nacional Autónoma de México, UNAM. México*

**RESUMEN** Este artículo muestra un estudio de caso sobre la materialidad de algunos gimnasios de pesas contemporáneos como evidencia del cambio de disciplina corporal moderna a la disciplina corporal posmoderna, ubicados en una colonia popular de la ciudad de México. Con el estudio de los artefactos se proponen algunas inferencias sobre el cambio, sobre el uso de las islas de aparatos de pesas por género y la relación de los gimnasios de pesas con el contexto social de la colonia.

## **PALABRAS CLAVE:**

Arqueología, gimnasios, disciplina, agencia, interacción.

DOI: <http://dx.doi.org/10.7440/antipoda16.2013.08>

\* El presente trabajo se deriva de una investigación realizada para aprobar el curso Teoría de la Arqueología, dirigido por la doctora Annick J. E. Daneels Verriest, dentro del Programa de Maestría en Antropología de la Universidad Nacional Autónoma de México.

\*\* Licenciada en Sociología, Universidad Autónoma del Estado de México, UAEMEX. Toluca, México.

## CONTEMPORARY GYMS AS MATERIAL EVIDENCE OF THE CHANGE IN CORPOREAL DISCIPLINE FROM MODERN TO POSTMODERN AND ITS RELATION TO AGENCY AND SOCIAL CONTEXT

**ABSTRACT** This article is a case study on the materiality of some contemporary gyms with weight training which show evidence of the shift from corporeal modern discipline to corporeal postmodern discipline. The gyms are located in a popular neighborhood (colony) of Mexico City. With this study of weight training artifacts some arguments are suggested in relation to the change in the use of this equipment by gender as well as the relation of these type of gyms with the social context of the colony.

### KEY WORDS:

Archeology, gyms, discipline, agency, interaction.

158

## AS ACADEMIAS CONTEMPORÂNEAS COMO EVIDÊNCIA MATERIAL DA MUDANÇA NA DISCIPLINA CORPORAL MODERNA À PÓS-MODERNA, SUA RELAÇÃO COM A AGÊNCIA E COM O CONTEXTO SOCIAL

**RESUMO** Este artigo mostra um estudo de caso sobre a materialidade de algumas academias de levantamento de peso contemporâneas como evidência da mudança de disciplina corporal moderna à disciplina corporal pós-moderna, localizadas em uma colônia popular da cidade do México. Com o estudo dos artefatos, propõem-se algumas inferências sobre a mudança, sobre o uso das ilhas de aparelhos de pesos por gênero e a relação das academias de levantamento de peso com o contexto social da colônia.

### PALABRAS CHAVE:

Arqueologia, academia, disciplina, agência, interação.

# LOS GIMNASIOS CONTEMPORÁNEOS COMO EVIDENCIA MATERIAL DEL CAMBIO EN LA DISCIPLINA CORPORAL MODERNA A LA POSMODERNA, SU RELACIÓN CON LA AGENCIA Y EL CONTEXTO SOCIAL

JANETH ROJAS CONTRERAS

## INTRODUCCIÓN

**E**STE TRABAJO INTENTA PRESENTAR un acercamiento a los gimnasios de pesas de la Colonia Guerrero, ubicada en la Delegación Cuauhtémoc del Distrito Federal, desde un acercamiento arqueoantropológico que se apoya en la corriente arqueológica posprocesual y en la etnografía para entender a los gimnasios como una posible evidencia material del cambio de disciplina corporal moderna, impuesta al individuo, a la disciplina corporal posmoderna, asumida por el propio individuo con fines estéticos. Para ilustrar este supuesto, se presenta una comparación entre cuatro gimnasios (entre el más antiguo y los más recientes) para ilustrar algunas diferencias y semejanzas; específicamente, se centra en la comparación de los tipos de *aparatos de pesas y espejos*, debido a que son marcadores que recurrentemente puede encontrarse en los gimnasios y ofrecen una idea clara sobre lo que aquí se pretende mostrar; así mismo, se realza la ubicación de éstos en la unidad habitacional, porque se considera que son parte de la cultura material contemporánea indicativa del cambio en la disciplina corporal. También se abordan las formas de *interacción del agente (cliente) con los aparatos* del gimnasio, entendiendo a los agentes como actores con capacidad de decisión sobre su cuerpo y sobre el uso de los materiales dentro de los gimnasios, y finalmente, se presentan algunas inferencias sobre la manera en la cual el *contexto social* está relacionado con las formas de interacción entre el agente y los objetos materiales de los gimnasios de pesas.

Para la realización del presente trabajo, se recurre a un estudio arqueológico apoyado en la etnografía, con la finalidad de conocer las características y condiciones en las que se encuentran los gimnasios contemporáneos, para identificar cuáles son sus materiales principales, destacar los objetos en los cuales puede notarse una transición social de la disciplina y relacionar la presencia

de esos gimnasios con el contexto local, con ciertas significaciones sociales y con la forma de interacción entre los agentes y los artefactos.

Así, este trabajo está situado en un nivel de análisis micro porque su intención es analizar los gimnasios en su contexto local, en el marco de los cambios que se han presentado de una forma de vida disciplinaria moderna a una posmoderna. Por esta razón, las características materiales encontradas en los gimnasios estudiados y las inferencias que de éstas se deducen, en relación con el entorno social inmediato y con la interacción de los agentes, podrían mostrar tendencias muy parecidas en gimnasios situados en otras colonias dentro de la misma ciudad.

### **DE UNA DISCIPLINA CORPORAL MODERNA A UNA DISCIPLINA CORPORAL POSMODERNA**

La disciplina, en relación con el cuerpo y con un contexto espacio-temporal, ha sido entendida como un método en el que media el poder coercitivo e institucional, ejercido sobre el cuerpo. Algunos autores como Michel Foucault, han considerado que en la modernidad, la sociedad se caracteriza por ser disciplinaria; por ejercer una serie de controles, disposiciones y vigilancia constante sobre el sujeto, con la finalidad de obtener de éste un cuerpo económico. “A estos métodos que permiten el control minucioso de las operaciones del cuerpo, que garantizan la sujeción constante de sus fuerzas y les imponen una relación de docilidad utilidad, es a lo que se puede llamar las ‘disciplinas’” (Foucault, 2003: 141). La disciplina, como rasgo de la modernidad, ha estado vinculada a los espacios y normas institucionales de la familia, la escuela, la iglesia, el hospital y la prisión, como un conjunto de técnicas de vigilancia, dispuestas en construcciones panópticas, en el doble juego de sanción y gratificación.

Estas consideraciones sobre la existencia de una sociedad moderna, en la cual impera el disciplinamiento institucional, han sido debatidas por aquellas posturas que destacan la existencia de una fase actual de la sociedad de corte posmoderno. Con esta fase de la posmodernidad ha sido anunciada la llegada de una “sociedad posdisciplinaria” (Lipovetsky, 2006b: 16), en la cual las tradiciones, las figuras de autoridad y la colectividad quedan rebasadas por la importancia que cobra el individuo. Esta etapa social supone que los medios de control institucional pierden fuerza ante el individuo, quien toma un lugar central, se ve a sí mismo en relación con los recursos, el ambiente, las posibilidades y la información que le puede ser de utilidad para forjarse una imagen, un estilo y unos símbolos que indiquen corporalmente quién es este individuo en relación con los otros, y quién quiere ser para sí mismo.

Situación que obedece a que partir de los años ochenta comienza a experimentarse una serie de cambios ideológicos, de valores, y en la forma de percibir a las autoridades religiosas, familiares, políticas y laborales; se pierde la simpatía por las revueltas o las causas de las guerras. Con las exigencias del capitalismo, la diversificación de la mano de obra y la flexibilidad laboral, se ha redimensionado una “cultura del individualismo competitivo, que en su propia decadencia ha llevado a la lógica del individualismo extremo de una guerra de todos contra todos y la búsqueda de la felicidad al punto muerto de una preocupación narcisista por el yo” (Lasch, 1999: 16); a la priorización de lo individual sobre lo colectivo, a la búsqueda del placer hedonista como sinónimo de voluptuosidad, sensualidad y gusto (Lipovetsky, 2006a); así como a la extensión de los flujos de información, que no sólo han reconfigurado la vida social en términos macrosociales, sino que también se han depositado en la vida cotidiana (Giddens, 1995).

La posmodernidad advierte sobre la aparición de nuevos mecanismos y significaciones que relacionan la disciplina con un ejercicio individual y reflexivo, otrora institucional, que hacen referencia a la capacidad que tienen los individuos para asumir el control sobre su propio ser. Esta capacidad de autocontrol implica una vigilancia dominante y reflexiva que parte del yo, de la interiorización e internalización de la disciplina (*cfr.* Grosso, 2005), ya no con la finalidad de construir un cuerpo económico y productivo, sino un cuerpo a través del cual sea posible conseguir y vivir la norma a través de la belleza y el goce personal.

La reproducción de la disciplina posmoderna constituye una técnica de autocuidado y autocontrol a la cual se le han construido social y culturalmente espacios, discursos y saberes en los que cada individuo elige un estilo para obtener el cuerpo, la imagen y las experiencias que desea poseer, en el marco de las condiciones y necesidades que le marca su contexto. En la era de la posdisciplina los individuos se constituyen como agentes, por la capacidad que tienen para asumir por sí mismos el control y poder sobre su cuerpo, con base en las normas, estructuras y discursos que fijan ciertos patrones corporales propios de esta era. Así, reproducen sus estructuras sociales, mientras desarrollan sus motivaciones personales. El desarrollo de la disciplina como ejercicio corporal personal y autoinducido ha tenido en su proceso de reproducción ciertas creaciones materiales, que son indicativas del cambio discursivo y pragmático sucedido durante la década de los ochenta. Las prácticas disciplinarias contemporáneas

[...] tienen lugar en unas condiciones materiales y a través de una cultura material [...] estas prácticas tienen lugar en un contexto heredado del pasado, que incluye creencias culturales, actitudes y costumbres; de este modo los actores

tienen una serie de valoraciones que le auxilian a la vez que les constriñen en su forma de actuar [...] a la hora de actuar, los seres humanos no sólo reproducen sus condiciones materiales, sus estructuras de significado heredado y su conciencia histórica, sino que también las cambian, redefinen y reinterpretan. (Renfrew y Bahn, 2008: 18)

Ante la dirección que tomó la disciplina corporal como un vehículo para alcanzar el placer, la belleza y la gratificación personal a través de la apariencia, se considera que posiblemente los gimnasios sean algunos de los principales referentes materiales, que quizás ilustren sobre esta transición de modernidad a posmodernidad. Esto se deriva del hecho de que proliferaron al dejar de ser presentados como de utilidad exclusiva para deportistas de alto rendimiento, hasta convertirse en sitios necesarios para la materialización en el cuerpo de los cánones de belleza contemporáneos, masculinos y femeninos.

## ARQUEOLOGÍA POSTPROCESUAL

La focalización de los gimnasios como referentes materiales del cambio disciplinario hace necesario recurrir al apoyo de un enfoque arqueológico acompañado con la lectura que da cabida a la presencia de la materialidad en medio de procesos históricos, sociales e ideológicos que visibilizan los discursos del agente, sus normas, estructuras y procesos socioculturales; como el enfoque postprocesualista<sup>1</sup>, cuya perspectiva de análisis ha permitido un acercamiento a los derroteros que consideran al individuo, el poder, el feminismo, la historia, la cultura material y el cuerpo como los objetos de estudio que pueden ser iluminados desde la posmodernidad, en la cual ve un momento histórico y una postura categórica en los que todas las cosas tienen cabida; esta corriente de análisis posprocesal o posmoderna ha permitido que la arqueología tenga un acercamiento con la materialidad, al aludir a las estructuras y dinámicas sociales en las que se encuentran los artefactos, ya que el postprocesualismo evoca la interacción viva entre la materialidad, el agente y el medio externo; en función del contexto sociocultural, los símbolos, la ideología y las significaciones.

La arqueología postprocesual entiende al individuo como un agente propositivo, recursivo, creador y transformador de su cultura material y de las relaciones que sostiene con otros individuos. Dos de las principales propuestas, que el postprocesualismo retoma del pensamiento social, son la de Bourdieu

1 El intento de cambio de rumbo acontecido desde una Arqueología Procesual a otra Postprocesual, marcado por la impronta de una serie de transformaciones políticas, económicas, sociales y culturales. Así, pues, a finales de los años sesenta y comienzos de los setenta, nos encontramos con un movimiento crítico promovido por un nutrido grupo de arqueólogos anglosajones en contra del evolucionismo, neoevolucionismo, ecologismo y materialismo de décadas anteriores (Castañeda, 2002: 178).

y la de Giddens; ambas le permiten explicar la relación activa entre individuo-sociedad; la primera permite indicar las acciones o prácticas sociales que los agentes reproducen en los campos mediante la adquisición de ciertos capitales; mientras que la segunda entiende las acciones del individuo como la reproducción del sistema y estructuras sociales, con base en un conocimiento sobre lo que hace en su vida cotidiana.

El acercamiento a las prácticas sociales, contemporáneas y pasadas, alude a un encuentro entre el cuerpo humano y el conjunto de universos materiales a partir de los cuales el individuo desarrolla la mayor parte de sus actividades y la corporalidad adquiere sentido por medio del uso de dichos artefactos. Para la arqueología postprocesual.

[...] la cultura material no existe porque sí. Alguien la produce. Y es producida por algo. Por lo tanto no *refleja* pasivamente la sociedad más bien crea la sociedad por medio de las acciones de los individuos. [...] la cultura material puede a su vez actuar e incidir en la sociedad y en el comportamiento que la produjeron [...] el concepto de acción se refiere a la capacidad de los individuos para transformar las estructuras en situaciones concretas. Los sujetos bien situados manipulan la cultura material como recurso y como sistema de señales para crear y transformar relaciones de poder y dominación [...] La relación entre comportamiento y cultura material depende de las acciones de los individuos dentro de unos contextos histórico-culturales específicos. (Hodder, 1994: 29, 22, 23 y 27)

A la luz de la arqueología postprocesual, también considerada posmoderna, los gimnasios constituyen parte de la cultura material creada por la sociedad para transformar los individuos o agentes, en la medida en que cada agente utiliza el gimnasio como un recurso para lograr ciertos fines corporales que están en correspondencia con las estructuras, los símbolos, ideología, discursos y significaciones que imperan en los contextos macro y microsocial contemporáneos. El cuerpo humano, en sí mismo, constituye una materialidad a través de la cual informa sobre un espacio-tiempo; su contextualización implica una revisión del uso, discurso y proliferación que le dan a su cultura materia, porque ésta hace parte del lugar donde el individuo, desde sus formas simbólicas, se sitúa, vive y reproduce sus actividades cotidianas.

## BREVE HISTORIA SOBRE LOS GIMNASIOS

En el caso de los gimnasios, se sabe que desde la época griega aparecieron los primeros, que eran utilizados como sitios donde los jóvenes recibían instrucción y educación física, porque “los griegos consideraban la armonía entre el cuerpo y el espíritu como un factor necesarios para la educación de los ciudadanos” (Sainz, 1992: 34).



Más tarde, en el marco de los siglos XIX y XX, son construidos los primeros gimnasios en Alemania y Estados Unidos, como espacios exclusivos para gimnastas, quienes a su vez fueron los primeros creadores de aparatos para gimnasios, ya que tenían como principal interés la difusión del ejercicio como un deporte. Los años veinte figuraron como una década en la cual prosperó la construcción de escuelas de deporte y gimnasios, dirigidos especialmente a fisicoculturistas y a deportistas de alto rendimiento.

En la actualidad se le han incorporado algunos ejercicios de acondicionamiento físico de Oriente, como el yoga o el taichí; también se han diversificado los tipos de ejercicios guiados, entre los que se encuentran el fitness, pilates, kickboxing, y otros; que actualmente están dirigidos a la población en general. Una característica particular de los gimnasios contemporáneos consiste en que la mayoría se encuentran ubicados en zonas urbanas; según David Le Breton, esto se debe a que en las ciudades el trabajo adquiere formas sedentarias que implican poco esfuerzo, en comparación con las actividades del campo, que en su misma reproducción ejercitan y fortalecen al cuerpo (*cf.* Le Breton, 2002).

164

## **GIMNASIOS EN LA COLONIA GUERRERO**

Para analizar los gimnasios como parte de la cultura material que hace referencia a prácticas disciplinarias contemporáneas, se recurrió al estudio de cuatro gimnasios ubicados en la colonia Guerrero, de la Delegación Cuauhtémoc del Distrito Federal, porque esta colonia es considerada una de las más antiguas de la ciudad, y a través de sus vestigios materiales puede ilustrar sobre los cambios y las presentes condiciones sociales y artefactuales en las que se encuentran algunas de sus construcciones.

La colonia Guerrero está delimitada,

[...] al sur, la Avenida Hidalgo; al norte, Nonoalco (Hoy Ricardo Flores Magón) al oriente, el Eje Central Lázaro Cárdenas y Paseo de la Reforma; y al poniente, las calles de Eje 1 Poniente Guerrero. Originalmente se llamó colonia Bellavista y de San Fernando y se formó en el potrero que perteneció al colegio de Propaganda de FIDE de San Fernando. Data de alrededor de 1873<sup>2</sup>.

Durante este acercamiento, se pudo notar que los gimnasios están instalados en espacios que en un principio fueron construidos para ser ocupados como viviendas, y posteriormente acondicionados como negocios que ofrecen servicios a la población; por ello, se encuentran ubicados en zonas habitacionales de alta densidad poblacional. Están dirigidos a hombres y mujeres que

2 <http://www.cuauhtemoc.df.gob.mx/delegacion/mapa/colonias.html>. Consultado 12/09/2011.

Se caracterizan por ofrecer rutinas de ejercicio con aparatos con peso; por ello, reciben el nombre de “gimnasios de pesas”. Los aparatos de pesas poseen la característica de tener un conjunto de piezas organizadas mecánicas y, más recientemente, eléctricas, que funcionan con poleas, tornillos, y un mecanismo de variación de peso. Cabe señalar que en los gimnasios de pesas también existen aparatos para realizar ejercicios cardiovasculares, que están presentes en menor cantidad y son considerados un complemento en las rutinas de ejercicios.



Los gimnasios son unidades habitacionales de tipo rectangular, los cuales ocupan un solo nivel del edificio o construcción donde están instalados. En su interior se encuentran materiales básicos para brindar servicio a los clientes; únicamente manejan el *área de aparatos de pesas*; cuentan con pocos *objetos decorativos*: sólo dos o tres pósters que muestran la imagen de un hombre o una mujer fisicoculturistas; otro elemento común en los gimnasios es la utilización de *alfombras* o *tapetes*, sobre los que son colocados los aparatos para evitar que se muevan durante su uso, y para evitar desgastes en la superficie del piso; en los gimnasios visitados también se encontraron *espejos*, ubicados sobre las paredes y casi siempre frente a los aparatos de ejercicio.

## MATERIALIDAD INDICATIVA DE LA TRANSICIÓN DEL USO DE LOS GIMNASIOS DE PESAS CON FINES DEPORTIVOS AL USO DE LOS GIMNASIOS DE PESAS CON FINES ESTÉTICOS

### Diferencias entre aparatos de pesas

En este apartado se destacan específicamente las características de aparatos de pesas y espejos encontrados en los gimnasios, porque son considerados dos de las principales materialidades indicativas del cambio de la disciplina corporal con fines deportivos, a la disciplina con fines estéticos. Mientras que los aparatos de peso ilustran su popularización en el grueso de la población no deportista, la recurrencia de la presencia de espejos permite realizar una analogía del agente que se ve a sí mismo mientras realiza los ejercicios, como un narciso ensimismado en su propia imagen, como parte de ese rasgo posmoderno que sitúa al individuo sobre la colectividad.

Entre los gimnasios encontrados se destaca uno que tiene una antigüedad de 62 años; al parecer, fue uno de los primeros gimnasios en instalarse en el centro de la ciudad de México, con el objetivo de atender a deportistas de mediano y alto rendimiento, especialmente aquellos dedicados al box y a la lucha libre. En la actualidad se encuentra en funcionamiento y ha ampliado su servicio a mujeres boxeadoras del vecindario. Resulta importante considerarlo, porque sirve como un marco de referencia para ilustrar la forma en que han cambiado los aparatos de pesas y los objetivos corporales de la población.

Los otros gimnasios poseen características similares en cuanto a su período de antigüedad, el cual oscila entre uno y cinco años. Entre ambos tipos de gimnasios se pueden apreciar algunas diferencias en la clase de aparatos que cada uno tiene, porque varían en cuanto al ensamble, el tipo de peso, de materiales con los cuales están hechos, el tamaño, la forma y la funcionalidad para la realización de los ejercicios.

Los aparatos más antiguos (figura 4) se caracterizan por ser de *peso libre*, es decir, tienen discos con un peso promedio de 35 a 50 kilogramos, que requieren ser cambiados cuando se necesita mayor o menor peso; esto implica que para cambiar un disco se debe ejercer mucha fuerza para poder levantarlo, cargarlo y colocarlo en las poleas. En cuanto a los asientos y soportes, tienen una forma casi siempre rectangular, y carecen de movimiento. Por lo que fueron diseñados para concentrarse en un solo tipo de ejercicio. Uno de los visitantes asiduos al gimnasio considera que los aparatos de pesas de este gimnasio tienen dicha forma porque

[...] sólo los utilizan personas que quieren formarse profesionalmente; para ellos es necesario hacer mucha fuerza y resistencia con el cuerpo, tienen que



Figura 4. Aparato para realizar ejercicios de pecho. Gimnasio con una antigüedad de 62 años



Figura 5. Aparato para realizar ejercicios de pecho y pierna. Gimnasio con una antigüedad de un año.

Fotografías de Janeth Rojas Contreras, septiembre de 2011.

verse con mucha masa muscular; de lo contrario no impactarían a nadie, porque la mayoría de los que han venido aquí desde que el gimnasio se abrió, ha sido para formarse como boxeadores o luchadores. (Cliente del gimnasio F. López, comunicación personal, 9 de septiembre de 2011)

Mientras que los aparatos de pesas más recientes (figuras 5 y 6) ya no presentan un peso libre, sino un *peso integrado* en un cubo de pesas cuadrangulares con un peso de 5 kilogramos cada una, el cual se ubica en la parte inferior de las poleas. El peso puede ser cambiado sin ejercer ningún tipo de esfuerzo por parte de quien se ejercita. Están diseñados para ser utilizados por personas de diferente estatura, peso y fuerza, porque tienen movilidad en los asientos y soportes, son más ligeros, se mueven a distintas alturas, e incluso algunos tienen diseños ergonómicos y una tapicería más resistente y cómoda.

La tecnología de los aparatos ha mejorado, los aparatos han variado; los antiguos son rústicos, porque los ejercicios también eran simples; en comparación con los ejercicios de ahora, que requieren de aparatos con mejor soporte; por ejemplo, en los aparatos de ahora, el trabajo a nivel muscular es superior, el nivel de lesiones es mínimo, porque los aparatos son de movimiento inducido, el asiento y el respaldo se articulan y se mueven durante el ejercicio para que trabaje el músculo. (Instructor de gimnasio J. L. Correa, comunicación personal, 24 de septiembre de 2011)

El cambio material en la forma del peso libre por un peso integrado evidencia la transición de unos agentes cuya disciplina moderna se rige por el



Figura 6. Cubo de pesas integrado en aparato de gimnasio.  
Fotografía de Janeth Rojas Contreras, septiembre de 2011.

sometimiento del cuerpo con el mayor esfuerzo posible, a través de la norma socialmente institucionalizada del cuerpo deportivo y funcional, hacia una pos-disciplina posmoderna, donde el cuerpo es sometido a voluntad priorizando su bienestar con el menor esfuerzo; es un cuerpo construido para la contemplación. Mientras que en la modernidad el cuerpo era el símbolo del trabajo, en la posmodernidad el cuerpo es el símbolo del goce y la relajación.

Si bien ambos cuerpos están sometidos al peso y a aparatos que implican esfuerzo y disciplina, el discurso con el cual se acercan los agentes es diferente; mientras que los visitantes del gimnasio nacido hace más de cinco décadas ubican la forma de los aparatos con una despersonalización del usuario, debido que los aparatos tienen una sola forma y función que no considera las particularidades morfológicas de quien se ejercita, en los gimnasios recientes, los agentes ven en los aparatos la personalización y atención a sus características individuales; de allí que su acceso y proliferación se hayan extendido a un número considerable de la población. Situación que se ve enriquecida con los discursos hegemónicos que presentan estereotipos de belleza masculinos y femeninos, en los cuales se aprecian cuerpos ejercitados como ideales y símbolos de la salud, el bienestar y la hermosura. Entonces, los gimnasios se han convertido en lugares de culto al cuerpo bello.

### **Diferencias en el tamaño y la cantidad de espejos**

Entre los materiales de gimnasio que posiblemente también se vieron involucrados en el cambio de uso del gimnasio con fines deportivos al uso del gimnasio con fines estéticos, se encuentran los espejos, ya que pudo apreciarse una variación en la cantidad y en el tamaño de éstos. En el gimnasio de mayor anti-



Figura 7



Figura 8

Imágenes del interior de dos gimnasios de la colonia Guerrero, en la Delegación Cuauhtémoc, Distrito Federal. A la izquierda, un gimnasio con una antigüedad de 62 años; a la derecha, un gimnasio con una antigüedad de 5 años. Fotografías de Janeth Rojas Contreras, septiembre de 2011.

güedad sólo se encontraron cinco espejos, colocados sobre tres paredes; por el tamaño de los espejos y por la altura a la que fueron colocados, lo que más se refleja es la parte superior del cuerpo.

En los gimnasios actuales, la mayoría de las paredes están cubiertas casi en su totalidad por estos artefactos; los espejos reflejan el cuerpo completo, y a través de ellos se puede tener una visibilidad de casi la totalidad del gimnasio. Se puede inferir que en los gimnasios modernos, los espejos sirven como un medio de vigilancia para mantener un control sobre la reproducción y corrección de la postura y ejercicios; mientras que la marcada presencia de espejos en los gimnasios con discursos posmodernos constituye un componente de la biografía refleja y autocontemplativa que el agente se construye en el proceso disciplinario; para mantener un registro visual del correcto desplazamiento y monitoreo o registro visual sobre las transformaciones que va adquiriendo su cuerpo en busca de “mejorar su cuerpo” (haciéndolo más delgado y/o voluptuoso), en comparación con los gimnasios donde el entrenamiento y el ejercicio están enfocados principalmente en la realización de algún deporte.

### Semejanzas en la disposición de los aparatos de pesas

Otra característica propia de los gimnasios de pesas es la *división de los aparatos en islas*. Los aparatos o elementos que tienen una misma forma, función o nombre son agrupados en un mismo espacio: A) *Las escaladoras, las bicicletas estáticas y las caminadoras son nombradas como máquinas de “cardio” o “cardiovasculares”*; miden el tiempo, la velocidad y supuesta distancia

recorrida; también miden la frecuencia cardíaca y el consumo calórico. B) Las *mancuernas*, con pequeñas piezas que pueden ser tomadas con una sola mano, regularmente tienen un peso de 1,0 kg a 25,0 kg. C) Las *barras* tienen una forma tubular y varían en medidas que van de 40 a 150 centímetros; regularmente son usadas con discos colocados en cada extremo, los *cuales* varían en su peso desde 1,25 kg hasta 20 kg. D) Las *bancas y tablas* tienen formas ergonómicas y asientos o respaldos con movilidad para adecuarse a cualquier altura o grosor del cuerpo. En estos aparatos pueden utilizarse las barras y discos, como material complementario para el ejercicio. E) Los *aparatos multifuncionales* están diseñados para realizar dos o más ejercicios al mismo tiempo. Poseen elementos regulables, tales como asientos, reposapiés, respaldos y palancas, para ajustarse a cualquier peso y talla. Son utilizados para realizar diversos movimientos.



- Isla 1. Cardiovasculares  
(Caminadoras, escaladoras  
y bicicletas estáticas).
- Isla 2. Mancuernas.
- Isla 3. Barras y discos.
- Isla 4. Bancas o tablas.
- Isla 5. Aparatos multifuncionales.
- Área administrativa.
- Espejos.

Figura 9. Imagen de la división de *islas de aparatos* dentro de un gimnasio.  
Fotografía de Janeth Rojas Contreras, septiembre de 2011.

La disposición de los aparatos en islas es una muestra de orden, eficiencia y efectividad. Entre cada aparato existe una distancia de uno a tres pasos, para facilitar el desplazamiento de un lugar a otro, sin que se pierdan el calentamiento alcanzado por el músculo y el ritmo llevado por el agente. Cada grupo de aparatos, en relación con el espacio total del gimnasio, se convierte en un subespacio o isla de especialización sobre saberes, técnicas, rutinas e información. A cada isla de especialización, también le corresponde una isla corporal, ya que en cada subespacio se despliega una tecnología de conocimientos y de acción materializada<sup>3</sup> relacionada con saberes de taxonomización anatómica, vigilancia, sometimiento, modelación y moda: la isla de aparatos conformada por caminadoras, escaladoras y bicicletas estáticas está relacionada con el corazón y con las piernas; la isla de mancuernas está ligada a los brazos; la isla de barras y discos está asociada con los hombros; la isla de bancas o tablas está relacionada con el abdomen, el pecho y el área lumbar; la isla de aparatos multifuncionales está asociada principalmente a los glúteos, pantorrillas y cadera; aunque estos aparatos están diseñados para realizar ejercicios combinados e impactar en más de un área del cuerpo. El sometimiento instruido y voluntario al uso de aparatos y a la reproducción de un grupo de ejercicios marcados por la repetición de movimientos, la medición de distancia, peso y tiempos, se expresa como una tecnología de saberes especializados que tiene por objetivo la visibilización, contemplación y valoración del cuerpo; por su aumento, disminución y definición en relación con otros y con el agente mismo.

### Interacción entre agentes y artefactos

En la interacción de los agentes con los aparatos, se destacan las rutinas de ejercicios, entendidas como aquellas que constan de repetir movimientos auxiliándose de algún aparato con pesas, porque los aparatos con peso ofrecen la posibilidad de potenciar el ejercicio e impactar específicamente sobre el área del cuerpo que se desea. Regularmente, los agentes tienen tres objetivos dirigidos al uso de los aparatos: el primero consiste en *disminuir la grasa corporal*; este objetivo está relacionado con algunos discursos médicos que asocian el sobrepeso o el exceso de grasa acumulada en el abdomen con problemas de salud, y también está relacionado con la imagen de la delgadez como un sinónimo de belleza, sobre todo en el cuerpo femenino; el segundo objetivo tiene como fin principal la *definición de músculos*, es decir, hacer que a través de la piel se pueda apreciar cada una de las formas del músculo, porque la definición muscular está

3 Dentro de las múltiples formas de relación entre la agencia y los objetos materiales, podemos destacar la tecnología como un sistema de conocimiento y de acción materializada (Renfrew y Bahn, 2008: 19).



asociada con la imagen corporal que proyecta voluptuosidad, destreza y energía, características que pueden llegar a ser atractivas para el sexo opuesto; y el tercero tiene como fin el *aumento de volumen de la masa muscular*, especialmente en las zonas del cuerpo que son consideradas de mayor atractivo visual y sensual; también está relacionado con la imagen de la fuerza física.

### Islas de aparatos utilizadas según el género

En cuanto a la forma de interacción entre los agentes con las islas de aparatos, también se pudo apreciar una marcada diferencia por género, entre el tipo de ejercicio, la focalización de algunas áreas del cuerpo y el uso de aparatos a los que con mayor frecuencia recurren hombres y mujeres. Este posible hallazgo tiene una explicación en los objetivos que cada género persigue para su propio cuerpo y en las determinantes culturales y contextuales sobre la imagen del cuerpo.

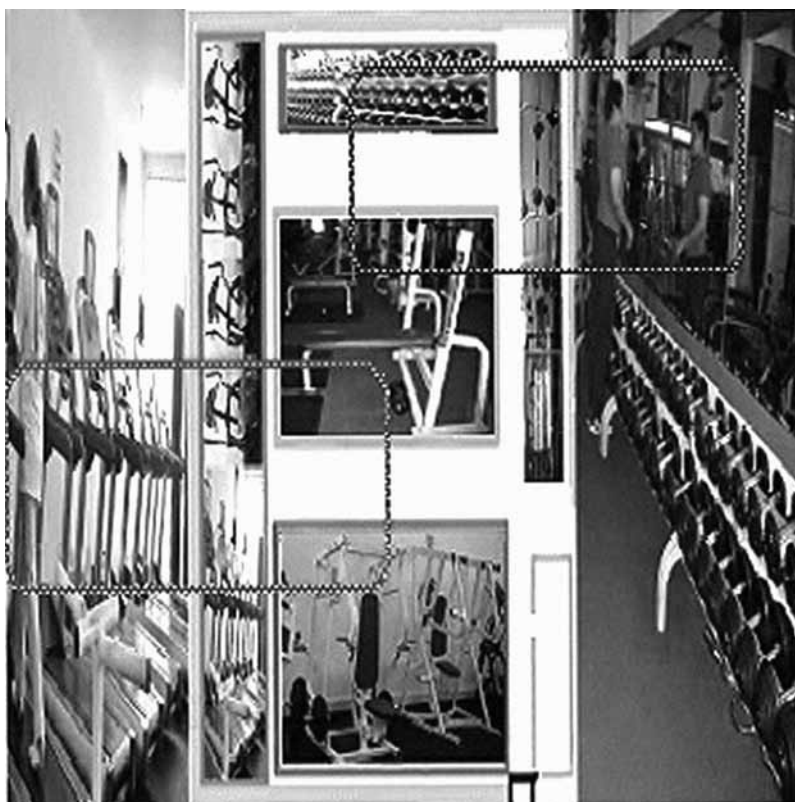


Figura 10. Imagen de islas de aparatos por sexo.

La imagen muestra las islas que son utilizadas por hombres y mujeres, así como las áreas del cuerpo que están relacionadas con el uso de determinados aparatos de pesas.

Fotografías de Janeth Rojas Contreras, septiembre de 2011.

Siguiendo las rutinas de ejercicios, el diseño y la función de los aparatos de pesas, así como el tiempo de estancia de los agentes en cada una de las islas, se pudo saber que las mujeres pasan la mayor parte del tiempo en las islas de cardiovasculares (bicicletas, caminadoras y escaladoras), tablas o bancas y multifuncionales, mientras que los hombres tienen una estancia mayor en las islas de barras y discos, mancuernas y tablas. Esto implica una división corporal del ejercicio por género: las mujeres ejercitan con mayor constancia la parte inferior del cuerpo: cintura, abdomen, glúteos y piernas, mientras que los hombres tienden a ejercitar con mayor frecuencia la parte superior del cuerpo: abdomen, área lumbar, pecho, brazos y hombros.

### **Inferencias de la interacción entre agente y artefactos, y su relación con el contexto social**

Se infiere que esta división del ejercicio corporal por género en los gimnasios de pesas, quizás esté vinculada con las significaciones contemporáneas de belleza y feminidad, y con la relación entre imagen corporal y el contexto social inmediato. En relación con la imagen femenina, se puede suponer que las islas de aparatos utilizadas por las mujeres les proveen de un cuerpo que exalta la feminidad, debido a que los aparatos que ellas utilizan les permiten realizar rutinas de ejercicios para aumentar el volumen y redondear la forma de los músculos de la cadera y los glúteos. Casi no realizan ejercicios para la parte superior del cuerpo, porque implican pérdida de grasa, repercutiendo en la disminución del tamaño del busto. Es posible que esta atención sobre el cuerpo esté asociada a la preocupación femenina por la maternidad, la atracción del sexo opuesto y el disfrute sexual. Sumado a que en las mujeres “la valoración del atractivo físico es el indicador más importante de su autoconcepto, tienden a experimentar las modas y la estética [...] además fomenta el cultivo del cuerpo como una forma de éxito y de satisfacción social” (Salazar, 2007: 72). En cuanto a la relación del gimnasio con la imagen corporal masculina y con el contexto local, se cree que los hombres realizan rutinas con aparatos de pesas para aumentar la masa corporal de brazos, pecho y espalda, porque obtienen una imagen que es funcional para enfrentar los riesgos latentes de la delegación, ya que

[...] si bien la delegación Cuauhtémoc no es donde más delitos se cometen en la ciudad, si es considerada la más conflictiva, pues en esta demarcación se concentran los principales factores de riesgo urbano, social y económico que van desde su gran población flotante, ambulante, giros negros, distribución de droga y contrabando hasta la presencia de grupos vulnerables como “niños de la calle”, indigentes, prostitutas y personas con adicciones. (Servin, 2007)

Así, la obtención de mayor musculatura puede estar asociada con la comunicación de una imagen que proyecta fuerza, poder, destreza y capacidad para enfrentarse a los posibles riesgos de inseguridad. La ubicación de ejercicios y el uso del material para construir cierta corporalidad pueden leerse en el conjunto de motivaciones de los agentes para situarse en la materialidad de los gimnasios, si bien en los gimnasios contemporáneos permea una ideología posmoderna que centra la priorización del goce, la salud y la belleza; cabe mencionar que desde un ámbito local, las experiencias de los agentes se encuentran tamizadas por el conjunto de dinámicas sociales que prevalecen en su contexto, como en el caso de esta colonia, donde existe una situación de riesgo constante; esto, en alguna forma, condiciona la construcción de la imagen corporal en relación con una materialidad de la localidad. Así, la relación entre agente, materialidad y contexto está atravesada por una disciplina corporal que busca la belleza, el placer, la voluptuosidad, y por otra parte busca la reducción simbólica de un modelo de cuerpo, femenino y masculino, simbolizado de acuerdo con el contexto, la ideología y las formas simbólicas del agente. La búsqueda de una imagen corporal que impacte en el contexto social ha convertido los gimnasios en sedes de acceso público, y han sido adoptados como parte de un “estilo de vida” para potenciar experiencias de bienestar personal en términos físicos y sociales. Aunado a que los gimnasios son unidades materiales que en la vida diaria han sido considerados como medios de obtención, a través de la imagen del cuerpo, de cierto estatus, reconocimiento y aceptación.

La materialidad de los gimnasios es valorada como un medio individual para la obtención de un cuerpo adecuado a los parámetros globales de belleza física, los cuales están determinados por estándares de peso, volumen, estatura. Permite satisfacer ciertas expectativas narcisistas sobre el cuerpo, ya que la conducta narcisista de los agentes dentro de los gimnasios opera con las rutinas de ejercicios y con la presencia de espejos para el registro autobiográfico; estos elementos develan su ensimismamiento personal, la importancia concedida al reflejo personal hacia sí mismo y hacia los otros, así como la posibilidad de ser reconocidos corporalmente a través de la belleza, la salud y la fuerza física.

En la era posmoderna, la autodisciplina se vive como una práctica personal de conducción del propio cuerpo hacia el goce, la exaltación de la belleza, el consumo de servicios y el ejercicio exacerbado. “A través de todas estas diferencias se expresa toda una relación con el mundo social (en la medida en que la relación con el propio cuerpo es, como veremos, un forma particular de experimentar la posición entre el espacio social mediante la comprobación de la distancia entre el cuerpo real y el cuerpo legítimo)” (Bourdieu [Varela], 1986: 184). Se

puede considerar que con la ayuda de los gimnasios y su conjunto artefactual, los hombres y mujeres pueden crearse un cuerpo para la contemplación y una imagen simbólica del éxito, la sanidad y la vitalidad, porque los agentes buscan lograr altos niveles de reconocimiento y admiración por los otros a través de la apariencia.

## CONCLUSIONES

Según lo observado a través de los gimnasios, se podría decir que éstos sí forman parte de la evidencia material producida durante el proceso de transición de una disciplina moderna e institucional a una disciplina posmoderna y personal. Esta aseveración tiene su principal evidencia en la comparación realizada entre la materialidad del gimnasio viejo y los gimnasios recientes, especialmente en los aparatos de pesas: en el cambio de aparatos con peso libre a la innovación de aparatos con peso integrado; del diseño de aparatos sin movilidad y con una sola función a la innovación de aparatos con diseño móvil, ergonómico y multifuncional; y en los espejos. Estos cambios facilitaron la incorporación de población femenina y masculina a los gimnasios, sin importar sus características individuales de peso, estatura, rendimiento, edad y experiencia. Los gimnasios también proliferaron al convertirse en sedes de embellecimiento y salud, se convirtieron en templos de culto al cuerpo y dejaron de ser sitios exclusivos para deportistas de alto y mediano rendimiento.

A la luz de la arqueología posprocesual, es posible saber que la práctica disciplinaria dentro de los gimnasios adquirió un perfil de significación estética y contextual para los agentes, en función de las exigencias sociales y contextuales donde están ubicados. La forma en que la disciplina es reproducida dentro de los gimnasios guarda una estrecha relación con la división de género (según lo observado), que está en función de las exigencias y símbolos sociales sobre la belleza y la exaltación de la feminidad a través de una imagen corporal con signos de voluptuosidad, atracción sexual, salud y éxito social. También es importante destacar que el hecho de que en la colonia Guerrero sólo existen gimnasios de pesas puede estar conectado con las problemáticas sociales, urbanas y económicas de riesgo, vulnerabilidad y delincuencia que imperan en la demarcación. Esta misma situación quizás motive entre la población masculina la necesidad de poseer un cuerpo que proyecte fuerza, poder y disposición para enfrentar cualquier riesgo. Cabe mencionar que los alcances de este trabajo están condicionados por los objetivos que se fijaron desde el inicio de esta investigación, por lo que se reconoce que para ampliar ratificar o desechar las anteriores inferencias y conclusiones sería necesario ampliar las aproximaciones a estos espacios sociales y a los actores sociales. ✱

## REFERENCIAS

1. Bourdieu, Pierre. 1986. Notas provisionales sobre la percepción social del cuerpo. En *Materiales de sociología crítica*, eds. Fernando Álvarez-Uría y Julia Varela, pp. 183-194. Madrid, La Piqueta.
2. Castañeda, Fernando. 2002. El debate Modernidad/Posmodernidad en la interpretación del Neolítico. *Revista Atlántica de Prehistoria y Arqueología Social* (V), pp. 167-200.
3. Foucault, Michel. 2003. *Vigilar y castigar: el nacimiento de la prisión*. México, Siglo Veintiuno.
4. Giddens, Anthony. 1995. *Modernidad e identidad del yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea*. Barcelona, Península.
5. Grosso, José Luis. 2005. Cuerpo y modernidades europeas, Una lectura desde los márgenes. *Boletín de Antropología* 36 (19), pp. 232-254.
6. Hodder, Ian. 1994. *Interpretación en Arqueología*. Barcelona, Crítica.
7. Lasch, Christopher. 1999. *La cultura del narcisismo*. Santiago de Chile, Andrés Bello.
8. Le Breton, David. 2002. *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires, Ediciones Nueva visión.
9. Lipovetsky, Gilles. 2006a. *La era del vacío*. Barcelona, Compactos Anagrama.
10. Lipovetsky, Gilles. 2006b. *Los tiempos hipermodernos*. Barcelona, Anagrama.
11. Renfrew, Collin y Paul Bahn. 2008. *Arqueología. Conceptos clave*. Madrid, Akal.
12. Sainz, Rosa María. 1992. Historia de la educación física. *Cuadernos de Sección. Educación* (5), *Eusko Ikaskuntza*, pp. 27-47. Disponible en <http://hedatuz.euskomedia.org/6713/>. Consultado: 04/11/2011.
13. Salazar, Zaida. 2007. Imagen corporal femenina y publicidad en revistas. *Revista de Ciencias Sociales* (Cr) 116 (II), pp. 71-85.
14. Servin, V. Mirna. 2007. En la delegación Cuauhtémoc, siete de las 10 colonias más conflictivas del D.F. *La Jornada*, <http://www.jornada.unam.mx/2007/07/28/index.php?section=capital&article=035n1cap>. Consultado el 24/10/2011.