

## EMPODERAMENTO, MULHERES E PRÁTICAS CORPORAIS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

**Recebido em:** 15/10/2017

**Aceito em:** 18/05/2018

*Tássia de Souza Cavalcanti*<sup>1</sup>

*Roberta de Sousa Mélo*<sup>2</sup>

*Anyelle Brito Leite Santos*<sup>3</sup>

Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF)  
Petrolina – PE – Brasil

*Camila Batista Gama Moura*<sup>4</sup>

Universidade de Pernambuco (UPE)  
Recife – PE – Brasil

*Diego Luz Moura*<sup>5</sup>

Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF)  
Petrolina – PE – Brasil

**RESUMO:** Este artigo tem como objetivo analisar a produção acadêmica sobre o empoderamento de mulheres em práticas corporais. Foi realizada uma revisão sistemática nas bases: Scielo, Web of Science, Lilacs, Pubmed, Medline e Scopus. O arco temporal foi de 2005 a 2015, nos idiomas português e inglês. Foram selecionados 14 artigos. Os resultados apontam a carência de estudos e a preferência pelo método qualitativo. Foi realizada a análise de conteúdo, que permitiu elencar três categorias: O empoderamento como luta, O empoderamento como negação e; o empoderamento como conformação. Concluímos a falta de um consenso “mínimo” em torno dos entendimentos construídos no debate. É necessária a realização de mais pesquisas sobre as questões de gênero vivenciadas nos contextos esportivos e de lazer.

**PALAVRAS CHAVE:** Poder (Psicologia). Mulheres. Práticas Corporais.

### EMPOWERMENT, WOMEN AND CORPORATE PRACTICES: A

<sup>1</sup> Especialista em Educação Profissional de Jovens e Adultos pelo IF Sertão- PE. Laboratório de Estudos Culturais e Pedagógicos da Educação Física (LECPEF).

<sup>2</sup> Doutora em Sociologia pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Laboratório de Estudos da Cultura Corporal da UNIVASF do Corpo (LECCORPO).

<sup>3</sup> Especialista em Políticas Públicas em Saúde Coletiva pela Universidade Regional do Cariri (URCA). Laboratório de Estudos Culturais e Pedagógicos da Educação Física (LECPEF).

<sup>4</sup> Especialista em Educação, Contemporaneidade e Novas Tecnologias pela Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF).

<sup>5</sup> Orientador do Programa de Pós-Graduação em Psicologia e Educação Física pela Pós-Graduação da Universidade do Vale do São Francisco (UNIVASF). Laboratório de Estudos Culturais e Pedagógicos da Educação Física (LECPEF).

## SYSTEMATIC REVIEW OF LITERATURE

**ABSTRACT:** This article aims to analyze the academic production on the empowerment of women in corporal practices. A systematic review was performed on the bases: Scielo, Web of Science, Lilacs, Pubmed, Medline and Scopus. The time frame was from 2005 to 2015, in Portuguese and English. A total of 14 articles were selected. The results indicate the lack of studies and the preference for the qualitative method. Content analysis was carried out, which allowed the inclusion of three categories: Empowerment as a struggle, Empowerment as a negation and; Empowerment as conformation. We conclude the lack of a "minimal" consensus around the understandings built in the debate. It is necessary to carry out more research on the gender issues experienced in sports and leisure contexts.

**KEYWORDS:** Power (Psychology). Women. Bodily Practices.

### Introdução

O esporte enquanto um fenômeno social moderno é atravessado por relações de poder<sup>6</sup> que mobilizam discursos e práticas sobre questões sociais nas diversas esferas. A desigualdade de oportunidades e visibilidade na história de participação das mulheres nos espaços de lazer e esporte no Brasil demonstra como as relações de poder nestes contextos mobilizaram hierarquias e impedimentos (GOELLNER, 2005).

Somente a partir da metade do século XX foram percebidas as primeiras inserções das mulheres brasileiras no mundo do esporte. A partir desse período foi ampliado o acesso das mulheres às diversas práticas esportivas, ainda esta participação fosse de encontro às convenções morais e sociais, contrariando os discursos hegemônicos de interdição (GOELLNER, 2005; MOURÃO e MOREL, 2005).

Nas décadas de 1970 e 1980, os debates teóricos e políticos dos estudos de gênero possibilitaram o surgimento de formulações e significações que se referiam ao desenvolvimento de potencialidades, ao aumento de informação e percepção, buscando uma participação real e simbólica de grupos considerados minoritários.

---

<sup>6</sup>Poder é fundamentado em Foucault (1992), considerado difuso, ramificado e descentralizado.

No bojo de questionamentos e reivindicações dos movimentos sociais foi construído o conceito de empoderamento, sendo considerado um processo dinâmico de mobilizações e práticas que objetivam fomentar a autonomia a nível tanto individual, coletiva e política de grupos e comunidades na melhoria de suas condições de vida (KLEBA e WENDAUSEN, 2009, ROMANO e ANTUNES, 2002).

No Brasil foram realizadas pesquisas sobre processos de empoderamento em muitas áreas de conhecimento como a saúde, economia, sociologia, antropologia e educação, o que contribuiu para a multiplicidade de significados que o conceito possui. Uma parte desses estudos destaca os marcadores sociais de gênero, ao abordar dinâmicas de empoderamento a partir das experiências de mulheres (NARVAZ, 2007; MACHADO e SILVA, 2014; MANFRINI e LISBOA, 2014).

Trata-se de um processo pautado necessariamente nas alocações, saberes e discursos construídos em torno da corporeidade feminina. Esse estudo vislumbra um dos vários mecanismos pelos quais o corpo feminino e seus significados podem ser pensados, visto que as práticas esportivas e de lazer são um campo revelador de como os corpos ocupam espaços e têm sua visibilidade marcada por formas generificadas de poder.

Goellner; Botelho-Gomes e Silva (2012) assinalam a pouca atenção dada pelos estudos de gênero às experiências de mulheres no âmbito esportivo. Assim, como forma de preencher esta lacuna ampliando o debate de gênero, esta pesquisa buscou analisar o que versa a literatura acadêmica sobre o empoderamento de mulheres a partir de práticas corporais.

## **Método**

O presente trabalho trata-se de uma pesquisa de revisão sistemática realizada a partir de um delineamento construído tendo como fonte de dados a literatura sobre os processos de empoderamento de mulheres através de práticas corporais.

Este tipo de procedimento contribui para integrar um conjunto de trabalhos realizados isoladamente sobre determinada temática ou intervenção, bem como, possibilita construir orientações para investigações posteriores (SAMPAIO e MANCINI, 2007). A busca por novas interpretações dos resultados e a possibilidade de construção de releituras ampliadas, segundo Gomes e Caminha (2014) caracterizaria as revisões sistemáticas qualitativas.

Nesta proposta de investigação, foi realizada uma busca nas principais bases de dados nacionais e internacionais, dentre estas, as plataformas Scielo, Web of Science, Lilacs, Pubmed, Medline e Scopus, contemplando trabalhos publicados no período de 2005 a 2015, nos idiomas português e inglês. Utilizamos três campos temáticos inserindo as palavras-chaves empoderamento/empowerment + gênero/gender, mulheres/women e feminismo/feminism + esporte/sport, lazer/leisure, atividade física/physical activity e ciclismo/ciclistas (cycling/cyclists). Após leitura inicial dos títulos e dos resumos selecionamos 816 artigos.

Adotamos outros critérios de inclusão nos modos de seleção automática (seleção realizada nas bases de indexação) e manual (seleção realizada pelas pesquisadoras) que foram: a) artigos originais publicados em periódicos nacionais e internacionais; b) textos publicados na íntegra; c) estudos com grupos populacionais de mulheres e atletas e) estudos relacionados à práticas esportivas e de lazer d) estudos sobre práticas corporais relacionados com as temáticas de gênero e feminismo; d) estudos que abordam o tema do empoderamento de mulheres por meio de práticas corporais.

Os critérios de exclusão utilizados na seleção foram: a) artigos sem os textos publicados na íntegra; b) artigos escritos em outra língua que não inglês ou português; c) estudos de revisão sistemática, artigos de opinião de especialistas, resenhas, ensaios teóricos; d) artigos não disponíveis gratuitamente; e) estudos que não abordavam o empoderamento relacionado às práticas corporais.

A coleta de dados foi realizada concomitantemente por duas investigadoras. No que se refere à seleção automática, caso fossem encontradas diferenças em relação ao número de estudos, seria realizada nova busca, alinhando-se os critérios de inclusão dos estudos e respeitando-se com rigor os critérios de inclusão e exclusão. Após serem descartados os artigos em duplicidade e aplicados os critérios de exclusão, foram selecionados 14 artigos.

## **Resultados**

Ainda que inicialmente tenham sido encontrados 816 estudos, após aplicarmos os critérios de inclusão e de exclusão, verificamos que destes, apenas 14 atendiam aos critérios de inclusão e exclusão adotados.

Destacamos a ausência de estudos sobre empoderamento de mulheres nas bases de dados nacionais investigadas. Embora o termo empoderamento esteja sendo comumente utilizado nos diferentes veículos de comunicação e nos discursos dos movimentos sociais, parece que ainda não está sendo amplamente empregado como uma ferramenta analítica no campo acadêmico.

Em relação ao delineamento metodológico, a análise evidenciou para a preferência absoluta pelo método qualitativo. O objeto de análise “empoderamento” está inscrito nas relações sociais, a partir da interação dos atores, sendo necessária a

utilização de técnicas que busquem desvelá-lo com maior densidade. Neste sentido, as técnicas e métodos qualitativos surgem como principais formas de investigação.

O tratamento dos dados foi realizado utilizando a técnica de análise de conteúdo de Bardin (2011) que permitiu elencar três categorias que foram construídas após leitura flutuante.

## **Discussão**

Nesta seção apresentaremos as análises e discussões acerca dos artigos levantados. Para facilitar a análise e compreensão da discussão construímos três categorias após a leitura flutuante dos textos na íntegra. As mesmas foram construídas a partir da compreensão do processo de empoderamento nas produções analisadas. Deste modo elencamos as seguintes categorias: Empoderamento como luta, Empoderamento como negação e Empoderamento como conformação.

### **Empoderamento como Luta**

Nesta categoria encontram-se seis estudos (ROSTER, 2007; MIGLIACCIO e BERG, 2007; BHATTI e RAISBOROUGH, 2007; MEAN e KASSING, 2008; MIERZWINSKI; VELIJA e MALCOLM, 2014; FISHER e DENNEHY, 2015).

O empoderamento é concebido como decorrente das tensões e lutas que as mulheres agenciam para se inserirem nas práticas esportivas masculinas a partir das normas gênero socialmente impostas (ROSTER, 2007; MIGLIACCIO e BERG, 2007). Apontam que estas possibilitariam tanto a construção de agenciamentos quanto a reprodução de estereótipos relacionados à vivência da feminilidade e sexualidade das atletas (MEAN e KASSING, 2008; MIERZWINSKI; VELIJA e MALCOLM, 2014).

Destas produções, cinco realizaram pesquisas de campo e uma realizou estudo de caso, ainda que todas tenham optado pelo delineamento qualitativo. Dentre estas, três recorreram apenas à técnica de entrevista (MIGLIACCIO e BERG, 2007; MEAN e KASSING, 2008; MIERZWINSKI; VELIJA e MALCOLM, 2014). Uma das pesquisas realizou entrevistas aliadas à observação participante, numa análise etnográfica (FISHER e DENNEHY, 2015). E, um estudo utilizou o grupo focal como técnica de coleta de dados (ROSTER, 2007). Apenas uma das pesquisas realizou um estudo de caso a partir de um relato biográfico sobre a vivência da jardinagem (BHATTI e RAISBOROUGH, 2007).

Em relação às participantes dos estudos, foram recrutadas predominantemente atletas de categorias profissionais e semiprofissionais. Somente duas das pesquisas selecionaram mulheres que vivenciavam a modalidade como prática de lazer/amadora. A maior parte das pesquisas versava sobre a participação de mulheres em esportes como futebol, futebol americano, artes marciais e no motociclismo que são modalidades consideradas de domínio masculino.

Os estudos de Fisher e Dennehy (2015) e de Mean e Kassing (2008) destacaram as experiências de atletas profissionais no futebol, buscando investigar o empoderamento, constituído a partir das relações de solidariedade e companheirismo vivenciadas pelas atletas, bem como, no reconhecimento obtido pelas trajetórias profissionais. Por outro lado, os autores enfatizam as negociações e recuos a que as atletas recorreriam como forma de reproduzir modelos esportivos mais aceitáveis socialmente. A reprodução de restrições materiais vivenciadas no futebol pelas mulheres seria traduzida nos seus corpos na medida em que fosse reforçado o ideal de jogadoras femininas, magras, tonificadas, mas sobretudo, de atletas fortes, brancas e

heterossexuais. Assim, as jogadoras como forma de se apropriar desse padrão hegemônico de feminilidade seriam mobilizadas a aumentar o comprimento do cabelo, a fazer as unhas e, a usar mais maquiagem, salto alto, saia e vestido.

Nesta direção, se insere o estudo realizado por Migliaccio e Berg (2007), que investigou os benefícios e as restrições que as mulheres percebem em sua participação no futebol americano. O empoderamento das atletas seria mobilizado não apenas pela inserção no esporte, mas construído na vivência de atividades agressivas e físicas do jogo, a partir da noção de fisicalidade.

Mierzwinski; Velija e Malcolm (2014) se aproximam desta compreensão de empoderamento no estudo com mulheres praticantes de MMA, no qual investigaram os processos de negociação e resistência vivenciados pelas atletas. Os resultados apontam para experiências de emoções agradáveis possibilitadas pela prática de atividades restritas ao domínio masculino, mas que também estariam permeadas por sentimentos de vergonha que atuaria como um mecanismo de controle social. Vergonha como consequência ou efeito de romper com padrões de feminilidade vigentes (relacionados ao exercício de uma prática violenta, passível de lesões e machucados, bem como, de proximidades e intimidades entre os corpos).

Roster (2007) analisa as experiências de mulheres no motociclismo. A autora constrói uma reflexão sobre empoderamento que se aproxima do conceito de resistência, como uma forma de desafiar os estereótipos de gênero voltados as mulheres que participam desta modalidade. Destaca, ainda, os fatores facilitadores (alegria e prazer) da participação nesta atividade, bem como, sinaliza para conflitos relacionados à feminilidade vivenciados em determinados momentos das vidas dessas mulheres. A autora pontua os relatos das motociclistas sobre sentimentos de culpa por terem que se

afastarem longos períodos dos filhos não conseguindo cumprir com obrigações domésticas, assim como, na dificuldade de compartilhar com a família seu envolvimento com a atividade.

Nesta categoria o empoderamento é concebido enquanto um processo de mobilizações, tensões, lutas, disputas e agenciamentos de poder possibilitados pela inserção de mulheres no cenário esportivo. Entretanto, ao apontar os recuos, as barreiras e os constrangimentos suscitados nestas experiências, os autores sinalizam para o caráter dinâmico deste processo.

Os autores apontam que o empoderamento se apresentaria como resultado de um campo de disputas acirrado, uma vez que as atletas teriam que construir agenciamentos e estratégias buscando a transformação de estruturas sociais arraigadas em valores e normas patriarcais.

Entretanto, o estudo realizado por Bhatti e Raisborough (2007) propõe que o lazer "em casa" e agência das mulheres nela pode ter uma natureza mais complexa e negociada do que nas demais produções desta categoria. A partir da autobiografia de uma mulher no seu jardim, os autores propõem que o empoderamento seja concebido como o reposicionamento criativo às normas de gênero. Os resultados obtidos apontam para momentos de resistência às normas de gênero mais amplas. A agência da praticante é considerada como realizada, experiente, expressa, reconhecida e (re) apresentada como autobiografia, dentro das possibilidades de inteligibilidade social do seu mundo social. Para os autores, o jardim não se constitui como um lugar de rejeição, subversão e deslocamento de seu mundo social existente, nem somente de sua aceitação passiva do mesmo, mas possibilita que a praticante se relacione melhor individualmente e socialmente.

Bhatti e Raisborough (2007) concluem que o jardim, assim como outros locais de lazer, são espaços politicamente carregados. A análise aponta um empoderamento criativo para além das normas. Um exemplo disso seria a experiência de fisicalidade que é considerada pelos autores como forma de desafiar as normas, contudo, é vivenciada sem prejuízos à inteligibilidade social da praticante. Em oposição às pesquisas (MIGLIACCIO e BERG, 2007; MIERZWINSKI; VELIJA e MALCOLM, 2014) no qual a vivência de atividades físicas vigorosas é representada socialmente como masculina, mobilizando conflitos relacionados à imagem social das mulheres inseridas nestas práticas corporais.

### **Empoderamento como Negação**

Nesta categoria reunimos três estudos (MCDONALD 2015; WHITESIDE *et al*, 2013; PAVLIDIS e FULLAGAR, 2012) que questionavam se as narrativas construídas por programas esportivos e em uma narrativa de ficção esportiva alcançariam de fato, os objetivos propostos de empoderar mulheres.

Destes, dois questionavam o caráter progressista pelo qual eram apresentadas as narrativas sobre o empoderamento, evidenciando apenas a dimensão individual do processo (MCDONALD 2015; WHITESIDE *et al*, 2013). Para estes autores, o empoderamento constituía-se enquanto uma proposta falaciosa que estaria apenas reproduzindo modelos neoliberais do feminismo<sup>7</sup>.

Quanto aos instrumentos de investigação, todas as pesquisas adotaram a metodologia de estudo de caso, dois a partir da análise documental (MCDONALD

---

<sup>7</sup> Implica na mudança de pensamento e ação de mulheres, voltados à promoção da autossuficiência, transformação pessoal e individualismo, além de colocar a eficiência econômica como caminho mais válido para solucionar as problemáticas sociais.

2015; WHITESIDE *et al*, 2013) e uma a partir da análise dos textos em mídias digitais (PAVLIDIS e FULLAGAR, 2012).

McDonald (2015) analisou as narrativas dominantes de um programa de empoderamento do governo norte-americano nomeado “Mentoring Global Sports Program”, realizado com mulheres de todo o mundo visando promover políticas de desenvolvimento a partir do esporte. A análise crítica feminista dos discursos veiculados pelo programa revelou formas específicas de que as noções de segurança nacional e parcerias público-privadas de nações desenvolvidas normalizam as ações de empoderamento. Além disso, McDonald (2015) enfatiza que a noção individualista de empoderamento buscaria minimizar os efeitos das relações de poder e desigualdades presentes nessas iniciativas.

Nesse mesmo sentido, mas no âmbito da literatura esportiva de ficção, Whiteside *et al* (2013) apontam que os processos de empoderamento explorado nos livros reforçam modelos sexistas. Foi realizada uma análise textual de seis romances voltados ao público adolescente buscando discutir as mensagens apresentadas pelas personagens muitas vezes descritas como empoderadas a partir de agências construídas por mulheres jovens. Os autores concluem que as personagens reproduziam performances normativas de feminilidade. A centralidade que a norma heterossexual era apresentada nestas narrativas, como única possibilidade de interação, assim como, a pouca ou nenhuma forma de agenciamento de poder das meninas nas experiências esportivas revela as contradições nos discursos construídos acerca dos processos de empoderamento.

O estudo de Pavlidis e Fullagar (2012) analisou o papel das mídias virtuais na produção e regulamentação das experiências afetivas de mulheres que acessavam sites,

blogs e um grupo do facebook que reuniam praticantes de roller derby. Os resultados apontam para a presença de múltiplas identidades acionadas pelas mulheres nos espaços virtuais que contestavam a representação do roller derby a partir de um discurso homogêneo de pertencimento e empoderamento. Assim, as autoras destacam as dinâmicas de poder por meio das relações afetivas, problematizando as reivindicações consideradas normativas de empoderamento visto que as mesmas invisibilizavam a complexidade e a diversidade das interações vivenciadas neste cenário esportivo.

O empoderamento nesta categoria é considerado um processo passível de contestações e questionamentos, pois estaria atrelado a uma visão neoliberal, reproduzido pelas mulheres nas narrativas pessoais de sucesso e realização. Estes seriam espaços nos quais o empoderamento seria negado, no sentido de limitar as agências das participantes e reproduzir as desigualdades de gênero. Nas produções analisadas são destacados os vieses dessas iniciativas que reforçam uma visão individualista do processo de empoderamento, assim como enfatizam modelos considerados normativos de gênero e sexualidade.

### **Empoderamento como Conformação**

Nesta categoria incluímos cinco estudos (LEEDY, 2009; MOE, 2012; MOE, 2014; NANAYAKKARA, 2012; SAMIE *et al*, 2015) que consideravam o empoderamento como consequência/resultado da participação das mulheres em práticas corporais.

Entretanto, diferente da primeira categoria, nesta, o empoderamento não se caracterizara pela mobilização de lutas ou disputas de poder. Segundo os autores, as mulheres inseridas em práticas esportivas e de lazer seriam empoderadas a partir da

vivência nestas práticas. Nesta compreensão, haveria uma relação implícita de causa e efeito entre a participação nas práticas corporais e o processo de empoderamento das mulheres. Neste grupo de pesquisas, o empoderamento é marcado pelo silenciamento de lutas, tensões ou dilemas sociais, uma vez que o processo é caracterizado pela dimensão individual e nos benefícios decorrentes da participação pelas mulheres em práticas esportivas e de lazer.

Dentre os artigos selecionados, três são pesquisas de campo (LEEDY, 2009; MOE, 2012; MOE, 2014) e dois estudos de caso (NANAYAKKARA, 2012; SAMIE *et al*, 2015).

Nesta categoria, o empoderamento é concebido como resultado da participação nas práticas corporais seja na dança do ventre, no qual as mulheres vivenciaram sentimentos de autoconfiança, vontade/esforço para apresentar-se em público (MOE, 2012; 2014), bem como, na corrida de longa distância, enquanto componente terapêutico mobilizado pelas praticantes (LEEDY, 2009). Nesse contexto, o empoderamento é caracterizado pelas dimensões individuais do processo como bem-estar físico, psicológico, social, confiança e orgulho pela participação, ou seja, são destacados os benefícios de ordem pessoal possibilitados às mulheres inseridas em programas esportivos (SAMIE *et al*, 2015) e, em políticas públicas voltadas ao esporte (NANAYAKKARA, 2012).

A análise realizada por Moe (2014) sobre as experiências de mulheres idosas norte-americanas com a dança do ventre revelou os benefícios de ordem física, emocional e mental vivenciados pelas participantes nesta prática corporal. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas por telefone com 16 participantes no período de 2009 a 2010. A autora destacou entre os achados, o senso de preservação física,

constituído pela representação da dança do ventre como uma atividade confortável, que ajudaria a prevenir lesões e contribuir na mobilidade e reabilitação para muitas dessas praticantes.

Nesse contexto, Moe (2012) investigou os sentidos construídos sobre as atividades de lazer e sobre a dança do ventre para mulheres praticantes da modalidade. A autora realizou uma observação participante com um grupo constituído por 18 mulheres praticantes da dança do ventre. Posteriormente, foram obtidas 54 narrativas entre e-mails, cartas e áudios a partir de questionamentos feitos pela pesquisadora às mulheres do grupo. A pesquisa se deu em dois momentos: Na primeira etapa, foi realizada a análise das narrativas, elencando as temáticas mais relevantes. Na segunda etapa, foram analisados dois sites, no qual foram selecionados 160 depoimentos online, utilizados para refinar as categorias encontradas anteriormente. Os resultados encontrados foram organizados a partir de três concepções mais relevantes: a cura, concebida enquanto benefício emocional e como o regate da feminilidade. O senso de comunidade e espiritualidade, expresso nas crenças e a partir dos movimentos da dança do ventre. E, o empoderamento, relacionado aos aspectos físicos, descoberta do potencial criativo, autoconsciência, confiança e pausa nas atividades rotineiras.

Leed (2009) buscou compreender o impacto da corrida de meia maratona na vida de mulheres praticantes da atividade como lazer, durante os períodos considerados de estabilidade, bem como, durante os momentos estressantes. Foram realizadas entrevistas do tipo história de vida com cinco mulheres. A autora encontrou duas categorias distintas de perspectivas entre as corredoras: As suas motivações para correr, bem como, suas experiências em usar a corrida para ajudá-las a lidar com os eventos estressantes.

Deste modo, foram destacados três momentos benéficos da corrida, obtidos a partir das trajetórias das praticantes: O primeiro foi identificado em períodos de estresse iniciais, no qual a corrida era utilizada pelas mulheres na promoção de saúde e no empoderamento. Nos momentos identificados como os de crise pessoal, as mulheres utilizavam a corrida no sentido mais terapêutico, como forma de enfrentamento ativo das dificuldades vivenciadas. E um terceiro momento, foi o período da resolução da crise, no qual a corrida esteve voltada para a saúde, saúde mental, empoderamento e o prazer, semelhante ao momento inicial.

A análise de Nanayakkara (2012) sobre a participação esportiva das mulheres do sul da Ásia considerou o empoderamento como resultado da inserção das mulheres no mundo masculino do esporte, apontando para os aspectos pessoais e socioculturais envolvidos. Ancorada numa perspectiva liberal do feminismo, a autora realizou uma análise documental buscando compreender os padrões de participação das mulheres nas práticas esportivas.

É reconhecida a contribuição do esporte no processo de empoderamento feminino a partir dos aspectos individuais destacados, traduzidos no aumento dos índices de participação de mulheres em diversas práticas corporais. O estudo aponta os benefícios advindos da participação das mulheres no esporte como bem-estar físico, psicológico, social, confiança e orgulho pela participação. Além disso, é destacado o aumento da participação das mulheres sul asiáticas no esporte, bem como, o índice de medalhas conquistadas. Entretanto, segundo a autora, apenas uma pequena quantidade destas tem acesso ao esporte, algumas delas ainda possuem uma visão negativa da adesão ao esporte devido às consequências sociais e condições de vida restritas.

Nesse sentido, foi realizado o estudo de Samie *et al* (2015) no qual foram

avaliadas as experiências de empoderamento feminino em um programa esportivo (*Mentoring Global Sports Program*) elaborado pelo governo norte-americano. Foram realizadas entrevistas com 27 mulheres de 22 países sul-globais, buscando realizar uma comparação em três momentos distintos da execução do projeto, no período de 2012 a 2013. Os resultados apontam para a existência de noções de empoderamento apenas a nível pessoal, vivenciadas nas experiências de sucesso e realização das participantes.

A maior parte destas participantes se identificou enquanto mulheres empoderadas, capazes de operar transformações em suas famílias, comunidades e bairros. Entretanto, estas agências estavam vinculadas a realização de atividades domésticas, na criação dos filhos e nas decisões acerca do orçamento familiar. Para Samie *et al* (2015) esta hegemonia de poder em casa seria determinante nos processos de empoderamento mobilizados pelas participantes em outros ambientes sociais e culturais. Os autores concluem que a iniciativa possibilitou para algumas participantes a ressignificação da visão romantizada do empoderamento, passando a compreender o processo de forma mais inclusiva e democrática nas relações com seus parceiros e familiares e não apenas determinado pela dimensão individual.

Nestes estudos, o processo de empoderamento é marcado por uma perspectiva individual, na mudança percebida nas relações estabelecidas com outros praticantes da modalidade e familiares. Estes seriam espaços que mobilizariam experiências afetivas, no qual as praticantes expressariam o empoderamento principalmente nas relações pessoais.

### **Empoderamento: Entre a Luta, Negação e Conformação**

Nesta seção, construímos reflexões sobre o processo de empoderamento a partir

dos dados das três categorias.

Os trabalhos da categoria “empoderamento como luta” foram constituídos por pesquisas que abordavam a inserção de mulheres em práticas corporais consideradas masculinas. Destacam a desigualdade das relações de gênero vivenciadas nestas práticas, sendo constituídas ou reproduzidas por valores e representações hegemonicamente masculinas.

Dunning (1992) foi um dos primeiros autores a refletir sobre a entrada da mulher nos esportes ditos masculinos. De acordo com o autor, o esporte é um fenômeno social criado na Inglaterra no século XVIII a partir das transformações sociais de um processo civilizador de longo prazo. Para Elias (1992) o esporte é uma mimese da guerra, na medida em que se tornou o único veículo de socialização da violência. É neste sentido que o esporte, principalmente os de confronto, seriam espaços de reserva do masculino (DUNNING, 1992). Ao analisarmos o debate de Elias e Dunning (1992) devemos ressaltar que estão dialogando com contextos muito específicos, pois, afinal, todo o seu debate está em torno do Futebol e o Rugby, a partir de uma observação da Inglaterra das décadas de 1980 e 1990.

Bourdieu (2002), ao analisar a construção social dos corpos e dos sexos, reconhece a existência de uma lógica androcêntrica. Segundo o autor, esta ordem, operaria divisões antagônicas na identidade masculina e feminina de forma permanente, nas relações de dominação entre os gêneros.

Como consequência da dominação masculina, as mulheres seriam constituídas como objetos nas relações vivenciadas com os homens, pois estariam vinculadas ao olhar dos outros. Para Bourdieu (2002), a dependência simbólica vivenciada pelas mulheres as colocaria numa condição de objetos receptivos, atraentes, disponíveis,

sorridentes, simpáticas, delimitando assim, um padrão de feminilidade socialmente construído para significar seus modos de existência.

Entretanto, o autor sinaliza que a entrada das mulheres no esporte determina mudanças na condição de objeto simbólico, de corpo para o outro para corpo para si. A participação das mulheres no cenário esportivo resulta no fenômeno observado pelo autor como *double blind*, ou seja, uma ambiguidade vivenciada pelas praticantes, decorrente da reapropriação da imagem masculina. Nesse sentido, poderíamos inferir que o empoderamento feminino para Bourdieu estaria condicionado à vivência de práticas nas quais as mulheres rompessem com os padrões de feminilidade socialmente hegemônicos?

Na categoria “empoderamento como luta”, os autores destacam as agências das mulheres na vivência de práticas corporais consideradas de domínio masculino. Contudo, o empoderamento neste contexto estaria condicionado à vivência de situações que demandariam negociações com modelos tradicionais de feminilidade. Nestas produções, o acesso ao esporte, considerado um campo de disputas, mas, sobretudo, de hegemonia masculina, demandaria das atletas mobilizações semelhantes ao processo que Bordieu apresentou como *double blind*.

O empoderamento das mulheres nesta categoria, principalmente nos estudos de Migliaccio e Berg (2007) e de Mierzwinski; Velija e Malcolm (2014), estariam relacionados com a vivência de atividades físicas consideradas violentas e agressivas. Nestas produções, o empoderamento estaria relacionado à reprodução de valores ou características consideradas socialmente como masculinas. Para estas mulheres sentirem-se empoderadas seria necessária a apropriação de representações sociais consideradas masculinas, gerando, assim, conflitos pessoais e questionamentos em

relação às vivências de feminilidade e sexualidade.

Estes achados corroboram os resultados do estudo realizado por Moura *et al* (2010), que buscou explorar as experiências de mulheres no futebol e no MMA. Os autores concluem que a permanência das atletas nestas práticas corporais consideradas masculinas suscitava, por parte do público e familiares, desconfianças em relação à sua orientação sexual.

Os estudos de gênero têm contribuído no campo da educação física e no esporte ao questionar argumentos essencialistas que utilizam as características biológicas como justificativa para compreender as formas distintas de acesso e permanência de homens e mulheres no campo esportivo. Assim, são contestadas as teorias construídas a partir de uma lógica que determina a homens e mulheres características distintas, inatas e imutáveis, desconsiderando que existem múltiplas experiências de feminilidade e masculinidade. E, que estas se constroem de forma relacional e não separado ou em oposição (SCOTT, 1995).

Nesta direção, Goellner (2007) assinala a presença de representações sociais que atribuem a algumas práticas corporais uma maior presença masculina. Estas representações delimitam espaços de sociabilidade para homens e mulheres na vivência de práticas esportivas. Assim, destina-se:

A eles a aventura, a potência, o desafio, a força; a elas, a aventura comedida, a potência controlada, a força mensurada, o desafio ameno. Para as mulheres, em grande medida, é incentivado viver o espetáculo esportivo desde que não deixe de lado, por exemplo, a graciosidade, a delicadeza e a beleza, atributos colados uma suposta “essência feminina” (GOELLNER, 2007, p.184).

A concepção de empoderamento na categoria “empoderamento como conformação” é constituída na reafirmação destas representações atribuídas socialmente

às mulheres. A participação das mulheres em práticas esportivas e de lazer é considerada pelos autores como determinante para o alcance de benefícios e para a construção de estratégias de empoderamento. As relações estabelecidas nestes espaços esportivos são responsáveis pela transformação das experiências pessoais e sociais pelas praticantes. A aproximação destas práticas corporais aos modelos esportivos atribuídos socialmente às mulheres possibilitou a emergência de processos de empoderamento nas produções analisadas.

Este seria um empoderamento limitado, conformado à reprodução de atividades consideradas mais apropriadas à “condição feminina”. Adelman (2003) compreende estas ações mobilizadas pelas mulheres na prática esportiva, principalmente para aquelas inseridas em modalidades profissionais, como uma estética da limitação. A aceitação e sucesso das atletas nestas práticas estariam vinculados à reprodução de restrições ou padrões de feminilidade impostos às mulheres. A autora pontua que a estética da limitação faz com que as mulheres reforcem um ideal de feminilidade que se constrói pela aceitação da falta de poder, ou seja, na reprodução de restrições e concessões impostas pelos modelos normativos de gênero. Assim, haveria uma adaptação da atividade esportiva feminina à feminilidade normativa, que segundo Adelman (2003, p.451) “subordina a capacidade à aparência e a autodeterminação à reprodução de padrões socialmente instituídos”.

Por outro lado, na categoria “empoderamento como negação” o empoderamento seria construído na negação das propostas de empoderamento fundamentadas em modelos individuais e tradicionais de gênero. Nas produções analisadas, os autores concluem que o empoderamento não seria alcançado, uma vez que estes programas esportivos limitam as agências das participantes, reproduzindo nos seus princípios as

desigualdades de gênero.

Contudo, não há um consenso sobre a definição de empoderamento. Os autores apenas desenvolvem uma reflexão crítica sobre este processo. Assim, o empoderamento nesta categoria se encontra mais próximo do entendimento da categoria anterior, onde o processo é concebido a partir do enfrentamento às normas de gênero.

Deste modo, observamos que na primeira categoria o empoderamento é marcado pelo questionamento às normas de gênero, que trariam como consequência para as participantes a ambiguidade de não serem reconhecidas como mulheres por estarem performatizando signos masculinos. Em busca de inteligibilidade social, algumas praticantes seriam mobilizadas a reproduzir a norma, o padrão de feminilidade hegemônico. Além disso, sentiriam vergonha e vivenciaríamos conflitos pessoais e familiares relacionados a vivência da sexualidade e a permanência na prática esportiva ou de lazer.

A categoria conformação seria caracterizada pelo empoderamento em sua dimensão individual apenas, sendo restrito aos benefícios em atividades esportivas e de lazer consideradas apropriadas socialmente às mulheres. Seria mais “plenamente vivido” pelas mulheres em relação as participantes da primeira categoria, contudo, é concebido enquanto processo ideológico pelos autores da segunda categoria, pois desconsidera as relações de poder, ou seja, as desigualdades das relações de gênero instituídas pelas normas.

Constatamos nas produções a falta de consenso entre os autores sobre os discursos construídos acerca dos processos de empoderamento de mulheres em práticas corporais. Estes resultados podem indicar o pouco aprofundamento teórico da temática no debate de gênero uma vez que os entendimentos construídos em torno do conceito

são múltiplos e considerados contraditórios entre si. Ao mesmo tempo em que podem vir a corroborar as abordagens que relacionam as dinâmicas de empoderamento a existência de níveis distintos do processo (individual, relacional e estrutural) que atuam entre si de forma interdependente (LEÓN, 2001). Estes achados reproduzem estas dinâmicas na medida em que as categorias de luta, negação e conformação estão relacionadas às experiências de empoderamento feminino construído a partir da ênfase dada pelos autores a cada uma destas dimensões.

### **Considerações Finais**

A análise permitiu observar como os processos de empoderamento são trabalhados nos artigos selecionados. Um grupo de pesquisas relaciona o empoderamento feminino ao questionamento de discursos tradicionais de gênero. Uma das formas que este processo de enfrentamento é mobilizado se dá a partir da reprodução pelas mulheres de performances masculinas.

Por outro lado, agências de companheirismo e solidariedade construídas pelas mulheres em práticas consideradas de “reserva” masculina também são consideradas como estratégias de enfrentamento aos discursos normativos de gênero. Por último, estão as produções que relacionam o processo de empoderamento à vivência de atividades consideradas mais aceitáveis socialmente aos corpos femininos.

Concluimos que o debate acerca do empoderamento de mulheres a partir de práticas corporais aponta para processos de fortalecimentos e agenciamentos, mas também para ambiguidades, não estando necessariamente implicado na eliminação de hierarquizações. Destacamos ainda, a falta de consenso em torno do conceito de empoderamento nas produções analisadas. Assim, torna-se necessário a realização de

pesquisas futuras que pautem esse debate, em especial no contexto brasileiro, buscando investigar os processos de empoderamento agenciados pelas mulheres nas diversas práticas corporais.

## REFERÊNCIAS

- ADELMAN, M. Mulheres atletas: re-significações da corporalidade feminina?. **Rev. Estudos Feministas**, Florianópolis. v.11, n.2, p. 445-465. 2003.
- BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa: Edições 70, LDA, 2011. 229p.
- BHATTI, M.; RAISBOROUGH, J. Women's leisure and auto/biography: empowerment and resistance in the garden. **Journal of Leisure Research**. v. 39, n.3, p. 459. 2007.
- BOURDIEU, P. **A dominação masculina**. 2. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002. 160p.
- DUNNING, E. **O desporto como área masculina reservada**: notas sobre os fundamentos sociais na identidade masculina e as suas transformações In: ELIAS, N; DUNNING, E. (Org.) **A busca da excitação**. Lisboa: Difel, 1992. p.389-422.
- ELIAS, N.; DUNNING, E. **A Busca da Excitação**. Lisboa Difel, 1992.
- FISHER, Caitlin; DENNEHY, Jane. “Body projects: making, remaking, and inhabiting the woman's futebol body in Brazil”. **Sport in Society**, v. 18, n. 8, p. 995–1008, 2015.
- FOUCAULT, M. **Microfísica do poder**. Rio de Janeiro: Graal. 1992. 295p.
- GOELLNER, S.V. Mulher e esporte no brasil: entre incentivos e interdições elas fazem história. **Pensar a Prática**. v. 8, n. 1, p. 85-100. 2005.
- \_\_\_\_\_. Feminismos, mulheres e esportes: questões epistemológicas sobre o fazer historiográfico. **Movimento**. Porto Alegre, v.13, n. 02, p.171-196. 2007.
- GOELLNER, S.V.; BOTELHO-GOMES, P.; SILVA, P. Sobre feminismos, o esporte e o potencial pedagógico dessa relação. **Labrys, études féministas/estudos feministas**, Porto, jul/dez. 2012. Disponível em: <https://www.labrys.net.br/labrys22/education/silvana.htm>. Acesso em: 12 dez. 2016.
- GOMES, I.S.; CAMINHA, I.O. Guia para estudos de revisão sistemática: uma opção metodológica para as ciências do movimento humano. **Movimento**, Porto Alegre, v.20, n.1, p.395-411, jan./mar.2014.
- KLEBA, M.E.; WENDAUSEN, A. Empoderamento: processo de fortalecimento dos sujeitos nos espaços de participação social e democratização política. **Saúde e sociedade**, v. 18, n. 4, p. 733-743. 2009.

LEED, G. “I Can’t Cry and Run at the Same Time”: Women’s Use of Distance Running. **Affilia: Journal of Women and Social Work**. v. 24, n. 1, p. 80-93. 2009.

LEÓN, M. El empoderamiento de las mujeres: encuentro del primer y tercer mundos em los estúdios de género. **La ventana**, n.13, p. 94-106. 2001.

MACHADO, B.O.S.R.; SILVA, T.L. Mulheres da paz: um estudo de caso sobre as noções de empoderamento no contexto do investimento social. **Revista Habitus**, v.12, n. 1, p. 7-19. 2014.

MANFRINI, D.B.; LISBOA, T. K. O empoderamento das mulheres em trabalho de parto: resgate das memórias e reafirmação de direitos. SEMINÁRIO NACIONAL SOCIOLOGIA & POLÍTICA, 5, 2014. **Anais...** Curitiba, 24, 2014.

MCDONALD, M.G. Imagining neoliberal feminisms? Thinking critically about the US diplomacy campaign, ‘Empowering Women and Girls Through Sports. **Sport in Society**. v.18, n.8, p. 909-922. 2015.

MEAN, L.J.; KASSING, J.W. “I Would Just Like to be Known as an Athlete”:Managing Hegemony, Femininity, and Heterosexuality in Female Sport. **Western Journal of communication**. v.72, n.2, p. 126-144. 2008.

MIERZWINSKI, M.; VELIJA, P.; MALCOLM, D. Women’s Experiences in the Mixed Martial Arts: A Quest for Excitement?. **Sociology of Sport Journal**. v. 31, 66 -84. 2014.

MIGLIACCIO, T.A.; BERG, E. C. Women's participation in football: an exploration of benefits and constraints. **International Review for the Sociology of Sport**. v. 42, n. 3, p.271-287. 2007.

MOE, A. Beyond belly: Na appraisal of middle eastem dance (aka belly dance) as leisure. **Journal of leisure research**. v.44, n.2, p. 2012-233. 2012.

MOE, A. Sequins, Sass, and Sisterhood: An Exploration of Older Women’s Belly Dancing. **Journal of Women & Aging**. v. 26, p. 39–65. 2014.

MOURA *et al.* Esporte, mulheres e masculinidades. **Rev. Esporte e Sociedade**, Rio de janeiro, ano 5, n 13. 2010.

MOURÃO, L.; MOREL, M. As narrativas sobre o futebol feminino: o discurso da mídia impressa em campo. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, Campinas, v. 26, n. 2, p. 73-86. 2005.

NANAYAKKARA, S. Crossing Boundaries and Changing Identities: Empowering South Asian Women through Sport and Physical Activities. **The International Journal of the History of Sport**, v.29, n.13, p. 1885-1906. 2012.

NARVAZ, M. Problematizações feministas à obra de Michel Foucault. **Revista Mal-estar e Subjetividade**, v.7, n.1, p. 45-70. 2007.

PAVLIDIS, A.; FULLAGAR, S. Becoming roller derby grrrls: Exploring the gendered play of affect in mediated sport cultures. **International Review for the Sociology of Sport**. v.0, n.0, p. 1–16. 2012.

ROMANO, J.O.E; ANTUNES, M. **Empoderamento e direitos no combate à pobreza**. Rio de Janeiro: ActionAid Brasil. 2002.

ROSTER, C.A. “Girl Power” and Participation in Macho Recreation: The Case of Female Harley Riders. **Leisure Sciences**, n. 29, p. 443–461, 2007.

SAMIE, S.F. *et al.* Voices of empowerment: women from the Global South re/negotiating empowerment and the global sports mentoring programme. **Sport in Society**, v. 18, n. 8, p. 923–937. 2015.

SAMPAIO, R.F.; MANCINI M. C. Estudos de Revisão Sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, v.11, n.1, p. 83-89, 2007.

SCOTT, J. Gênero: uma categoria útil de análise histórica. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v.20, n.2, p. 71-99, jul./dez., 1995.

WHITESIDE, E. *et al.* “I Am Not a Cow”: Challenging Narratives of Empowerment in Teen Girls Sports Fiction. **Sociology of Sport Journal**, n. 30, p. 415-434, 2013.

#### **Endereço dos Autores:**

Tássia de Souza Cavalcanti  
Universidade Federal do Vale do São Francisco - UNIVASF  
Colegiado de Educação Física - CEFIS  
Av. José de Sá Maniçoba, s/n, Centro  
Petrolina – PE – 56304-205  
Endereço Eletrônico: tassia.cavalcanti@gmail.com

Roberta de Sousa Mélo  
Universidade Federal do Vale do São Francisco - UNIVASF  
Colegiado de Educação Física - CEFIS  
Av. José de Sá Maniçoba, s/n, Centro  
Petrolina – PE – 56304-205  
Endereço Eletrônico: roberta.smelo@univasf.edu.br

Anyelle Brito Leite Santos  
Universidade Federal do Vale do São Francisco - UNIVASF  
Colegiado de Educação Física - CEFIS  
Av. José de Sá Maniçoba, s/n, Centro  
Petrolina – PE – 56304-205  
Endereço Eletrônico: anyelle\_santos@hotmail.com

Tássia de Souza Cavalcanti, Roberta de Sousa Mélo, Empoderamento, Mulheres e Práticas Corporais  
Anyelle Brito Leite Santos, Camila Batista Gama Moura e  
Diego Luz Moura

Camila Batista Gama Moura  
Universidade Federal do Vale do São Francisco - UNIVASF  
Colegiado de Educação Física - CEFIS  
Av. José de Sá Maniçoba, s/n, Centro  
Petrolina – PE – 56304-205  
Endereço Eletrônico: [camilabatista.g@gmail.com](mailto:camilabatista.g@gmail.com)

Diego Luz Moura  
Universidade Federal do Vale do São Francisco - UNIVASF  
Colegiado de Educação Física - CEFIS  
Av. José de Sá Maniçoba, s/n, Centro  
Petrolina – PE – 56304-205  
Endereço Eletrônico: [diego.luz@univasf.edu.br](mailto:diego.luz@univasf.edu.br)