



PROGRAMA LIBROS Y CASAS

Palabra de mujer

Crónicas sobre mujeres argentinas



Cultura Argentina



Ministerio de Cultura
Presidencia de la Nación
Argentina



La belleza del cuerpo femenino

Enzo Maqueira (cronista) | **María Inés Landa** (doctora en Teoría Literaria y Literatura Comparada) | **Eduardo Carrera** (fotógrafo)

Dueñas de una voluntad inquebrantable, atadas a rigurosas dietas, las mujeres fisicoculturistas desafían los patrones estéticos impuestos a las mujeres de todas las épocas. ¿Cómo es el cuerpo perfecto? ¿Cuánto de masa muscular? ¿Qué tamaño? Los autores se sumergieron en el mundo de estas señoras con músculos marcados como piezas de un rompecabezas.

Estela Valverde camina por la avenida Chiclana. Falta poco para que compita en un torneo nacional de culturismo femenino: grande, musculosa, fuerte y con el pelo rubio cortado carré, piensa en parar un taxi. Ve el Renault 12 que se acerca despacio, pero cuando va a levantar la mano, ve al conductor que saca la cabeza por la ventanilla y le grita: “¡He-Man!”, y sigue de largo.

A Estela Valverde, por fisicoculturista, le cuesta parar un taxi.

No siempre fue así. De joven era flaca: hacía danza, actuó en varios teatros. A los 30 años pesaba 42 kilos. Estudió profesorado de educación física. Se casó con Carlos: un vecino con sobrepeso que trabajaba en aeroparque indicándoles a los pilotos dónde estacionar sus aviones. Tuvieron dos nenes. Estela se ocupaba de criar a los chicos. Un día, Carlos decidió dejar de ser el gordito del barrio y empezó a entrenar con el que hacía de Mr. Chile en Titanes en el Ring. Y ella, que se aburría, pensó que tenía que hacer algo.

—La mujer en la casa se animaliza —dice ahora, vestida con ropa de gladiador americano, sentada en un banco para levantar pesas.

Como Carlos no quería que ella trabajara, lo convenció de que pusieran un gimnasio en la casa. Su idea era dar clases de step y gimnasia localizada a las señoras del barrio; mientras tanto, Carlos podía entrenar. El gimnasio fue ocupando cada vez más metros de la propiedad que la familia tiene en el extremo sur de Boedo. Con el tiempo, el gordito del barrio se convirtió en bicampeón argentino de fisicoculturismo. Estela quedó fascinada con esa metamorfosis y se animó a usar los aparatos del gimnasio.

Hoy tiene 56 años, aunque cualquiera diría que es mucho menor. Está orgullosa de su cola, una cola que

muchas chicas de veinte no tienen. Los brazos, el pecho, las piernas: todo duro y marcado.

Múltiple campeona de culturismo, le gustan el escenario, la fama y mirarse en el espejo. Su cuerpo, disciplinado, con los músculos como en un rompecabezas, evidencia una superioridad en un arte en el que la mayoría falla. Seguir una rutina diaria de ejercicios y atarse a una alimentación rigurosa suele resultar una tarea faraónica. Dueña de una voluntad inquebrantable, Estela se multiplica en distintas figuras: más grande, más fibrosa, más fuerte; cambia de *look* como si la carne fuera ropa cosida a mano.

El fisicoculturismo femenino despierta admiración, deseo, fascinación, rechazo, temor y asco. Las forzudas desafían los patrones estéticos impuestos a las mujeres de todas las épocas. Para los medios de comunicación, son *freaks* cuyos cuerpos escapan a los límites construidos culturalmente. Fenómenos que interpelan al ideal estético de la figura perfecta que permite acceder a la fama o algún tipo de reconocimiento.

Su robustez introduce otra forma de apreciar lo femenino, desordena las convenciones conocidas, torna inclasificable la anatomía de la mujer: ¿cómo es el cuerpo femenino perfecto?, ¿cuánto de masa muscular?, ¿qué tamaño?

Sabrina Castro no se llama así. Cambia de nombre todo el tiempo, según en qué página anuncie sus servicios. Mide un metro sesenta, pero cada uno de sus brazos tiene el ancho de la pierna de un hombre de talla *medium*. Nunca se hubiera imaginado la cantidad de tipos que tienen fantasías con una chica como ella. Muchos, demasiados.

—¿Te parezco linda? —pregunta en la cocina del departamento en el que trabaja.

El cuerpo de un luchador de *catch*, de un patovica de pelo corto en la puerta de un boliche.

—A mí no me parece lindo estar así. En un momento sí, pero ya no me gusto.

Se prostituye porque, dice, es el único trabajo que puede hacer con esos músculos. También, porque está despechada. Era secretaria, empezó a ir al gimnasio, se puso de novia con su entrenador. A él le gustaban las

chicas culturistas y ella le quiso dar el gusto. Compitió en categoría bikini y en fitness. No le fue bien, pero su novio estaba contento. Seguía entrenando cuando él la dejó por una amiga de ella, veinteañera, que había empezado el gimnasio un mes atrás.

—Ni siquiera tenía tan buen cuerpo —dice, y ofrece té.

En sus manos gigantes, la taza aparece mínima y fuera de lugar. Un pescado junto a una vaca. Un barco en la cima de una montaña.

Debajo del techo de chapa del club Imperio Juniors de Villa del Parque hace unos cuarenta grados. Es un domingo de diciembre en Buenos Aires: en este lugar, mujeres y hombres exhiben sus figuras esculturales ante el jurado del torneo de fisicoculturismo Mister y Mister de Mistery Argentina 2012.

El lugar está lleno de hombres musculosos con pieles bronceadas en tono artificial. Algunos están con sus hijos, otros con sus novias. Las pocas mujeres que hay tienen el cuerpo trabajado.

Jésica De Prinzio, categoría bikini, que ahora posa sobre el escenario y tiene 27 años, compite de

casualidad. Vino a acompañar a su novio, un *personal trainer*, y le propusieron participar. Aceptó. Aunque va al gimnasio desde hace diez años, es su primera competencia. En un rato, detrás del escenario, en un amplio salón donde los participantes esperarán el veredicto del jurado, dirá que no le interesa subir de categoría porque eso significaría perder la feminidad. La preocupación por parecer femenina reproduce en el mundo del culturismo la visión hegemónica de la heteronormatividad. ¿Cómo debería mostrarse una mujer en la escena social?

No siempre fue así. En los ochenta, algunas mujeres desafiaron los límites del llamado sexo débil: llegaron a sobrepasar en fuerza y volumen muscular a muchos hombres del fisicoculturismo.

La producción masiva de compuestos químicos y las nuevas técnicas de entrenamiento permitieron que pudieran adquirir un nivel de hipertrofia muscular hasta ese momento impensable. Lenda Murray marcó un quiebre en volumen muscular y ganó el Miss Olimpia seis años consecutivos.

Pero incluso entre consumidores de revistas culturistas (*Musclemag*, *Muscle & Fitness*, entre otras), hubo quienes rechazaron los cuerpos musculosos de estas Amazonas (pos)modernas: las tacharon de anormales

y aberrantes. Simultáneamente, nuevas normativas se implementaron en el marco de las competiciones del culturismo femenino para regular sus cuerpos. La más radical fue una de la International Federation of Bodybuilding (IFBB), que establecía que las culturistas de todas las categorías debían reducir un 20% de su masa muscular respecto de su estado al momento de la publicación de la normativa. El objetivo, aunque parezca paradójico, era recuperar la feminidad ¿perdida? de las culturistas.

También se introdujeron nuevos ítems que los jurados tendrían en cuenta a la hora de valorar la performance de estas atletas: maquillaje, peinado y vestimenta.

Además, surgieron nuevas modalidades deportivas en búsqueda de la sensualidad de los gestos y la suavidad de las curvaturas en estas mujeres travestidas por sus enormes músculos. Se crearon las categorías bikini, en la que compiten con cuerpos equilibrados, magros, menos exuberantes, y fitness, en la que se busca un cuerpo atlético que combine aptitud física, flexibilidad y coordinación, que se demuestra en una coreografía que se ejecuta con música. La atleta que no tenga un cuerpo magro y con definición muscular no calificará entre las mejores.

La cultura deportiva del fisicoculturismo reproduce valores y normas sexistas. Ellos son valorados por patrones “medibles” como hipertrofia, volumen y simetría muscular; ellas, juzgadas por parámetros subjetivos, como pueden ser la feminidad y la belleza.

Pero, entonces: ¿cómo es el cuerpo femenino perfecto?

¿Cuánto de masa muscular?

¿Qué tamaño?

Pese a su rancia ideología y sus múltiples y convertidas caras, el culturismo no deja de ser producto de una época en la que el cuerpo es puesto como figura central de nuestras vidas. Su espectacularización, en especial la del femenino, es un rasgo característico de nuestra contemporaneidad.

Entre 1993 y 1997, Estela Valverde compitió en la categoría fitness. Nunca ganó. Un día su marido le dijo que la iba a preparar para la categoría superior. Ahí llegó la segunda metamorfosis. A la mañana: huevos, leche, bananas, comía proteínas e hidratos de carbono cada dos horas; a las cuatro de la tarde, un bife de chorizo.

Hacía sentadillas con 100 kilos y prensa con 600. Y una dieta progresiva de tres meses para perder peso y que la piel no quedara colgando y se pegara al músculo. El efecto visual buscado es una prenda portadora de músculos, venas y fibras. Así es como ganó todo.

Desde 1997 fue campeona de la categoría “culturista” seis años seguidos.

—Tenía el culo duro como una piedra y estaba ri-peada (se marcan las fibras de los glúteos).

Lo cuenta y los ojos le brillan.

Para quienes aman el culturismo, no hay nada más hermoso que un cuerpo trabajado. La belleza de la masa muscular definida e hipertrofiada, la ausencia de grasa y, sobre todo y aunque no se vea, el tiempo y el esfuerzo.

Determinada por rutinas y disciplinas, la vida de una culturista es un camino arduo y largo que solo cobra sentido ante la mirada de aquellos que saben apreciar sus gigantescas musculaturas.

Nerviosa, atrás del escenario del club Imperio Juniors, Teresa Lorca Cárdenas espera el resultado de la



competición. Tres veces campeona de campeonas, se retiró durante el 2004, luego sus hijos crecieron, se separó: en su casa se aburría. Los jurados evalúan a los competidores según distintos parámetros, entre los cuales se encuentran la simetría, el tamaño muscular, la hipertrofia, el ripeado y las poses. Posar no es una

tarea menor: según los movimientos, se muestran determinados músculos, se ocultan otros. Algunos priorizan la masa muscular, otros la simetría; los tríceps o el deltoides.

—Me tocó competir contra una de mis mejores amigas —dice y duda—. Bueno, en realidad, compito contra mí misma. Si pierdo, pierdo yo porque no hice lo suficiente.

Y, sin embargo, desde que empezó el entrenamiento, cuatro meses atrás, no habla con su amiga.

El novio de Sabrina no quería que ella trabajara. Celoso, la hizo renunciar a su puesto como secretaria. Él le hacía la dieta y la entrenaba. La llevaba a los torneos y estaban juntos todo el tiempo. Cuando él la dejó, Sabrina estaba sin trabajo, pesaba 90 kilos y tenía unos músculos que ahuyentaban a cualquier empleador. No quería deshacerse de ellos porque era una manera de seguir cerca de él.

Cuando descubrió que su contextura era un fetiche para algunos hombres, se hizo prostituta. Una fantasía rara, aunque bastante frecuente. Pareciera que el juego

erótico reside en lo repulsivo que le resulta a la mayoría de las personas el desear a una mujer con “cuerpo de hombre”.

Los músculos son una especie de travestismo, especialmente para las culturistas: mientras que se pueden considerar como prendas, su formación en la mujer implica una transgresión de las barreras propias de la diferencia sexual.

En los anuncios de las páginas pornográficas, las mujeres fisiculturistas no suelen mostrar las tetas ni la cola. El foco está colocado en la musculatura del abdomen y, principalmente, en la de los bíceps. La típica pose en la que la flexión del brazo hace aparecer en la superficie de un brazo trabajado una protuberancia que identificamos como bíceps (el bíceps de Popeye, por ejemplo, después de comer espinaca) se repite en varios de los anuncios de estas trabajadoras sexuales.

Con dos o tres clientes por semana, Sabrina se paga el alquiler, el gimnasio, la comida y los suplementos vitamínicos. No le sobra plata, pero sabe que, tarde o temprano, su novio le va a volver a hablar. Mientras tanto, pasa las tardes en el mismo gimnasio al que va él.

Jésica, Estela, Teresa y Sabrina son artesanas de sus figuras corporales, aunque los tamaños y contornos de sus músculos, las formas de sus exhibiciones, son

diferentes. El cuerpo bikini de Jéssica, la fantasía de la atleta-sirena. El cuerpo culturismo de Teresa: un exceso de desarrollo, la figura del coloso.

En el universo del culturismo, “ser mujer” no se expresa de modo unívoco, sino a través de diversos matices.

Sin embargo, indagando en sus historias, se descubre la fuerza con que actúa la barra que separa hombre/mujer en este deporte, el malestar profundo que provoca el binomio culturismo/cuerpo femenino en la esfera social.

La mujer que rechaza el ideal de sirena para perseguir el de coloso con cola de sirena (el caso de Estela) deconstruye en parte las relaciones de sacrificio, sumisión, servicio y maternidad en las que históricamente ha sido colocada la mujer. Desafía, en un gesto de autoafirmación, su destino “biológico”, introduce un agujero de sentido que inscribe “lo femenino” en un horizonte de identidades mutantes y cuerpos fronterizos.

Los jurados conversan entre sí y con la gente de la organización: un locutor les pide a los atletas que vayan

adoptando distintas poses (“perfil derecho”, “expansión dorsal”, “doble bíceps”, “abdominales y piernas”...), otro les hace señas para que se adelanten o vayan para atrás en el escenario y una mujer anda por todos lados, atenta a cada detalle.

Organizada por la Asociación Fisicoculturista Argentina (AFCA), es la penúltima competencia del año. Entre horas de gimnasio, suplementos vitamínicos, visitas médicas y cantidades astronómicas de comida, entrenarse para una competencia de este nivel insume aproximadamente mil pesos mensuales. Ni hablar del tiempo y la dedicación invertidos.

No hay plata para la ganadora que, sin embargo, además de trofeos, se llevará a su casa una provisión de suplementos vitamínicos.

A los 56 años, Estela se prepara para competir en fitness. Ahora la metamorfosis tiene forma de revancha: quiere ganar en la categoría que siempre le fue esquivada. El objetivo es el Torneo Sudamericano de julio de 2013. Ya pasó la etapa de ganar peso y ahora se encarga de cincelar los músculos; en julio su cuerpo va a estar en el punto máximo de desarrollo y después del torneo se va a desinflar de a poco.

¿Qué introducen en la escena social estas mujeres con sus figuras corporales? Quienes no están dentro del

mundo culturista van al gimnasio, compran una revista en el kiosco, en la que se exhiben cuerpos firmes y atléticos, se miran con recelo los rollitos del abdominal en el espejo, deciden hacer una dieta y compran productos light en el supermercado: en esas ocasiones actualizan prácticas de disciplinamiento corporal que solo se diferencian de las de los culturistas por cuestiones de grado y frecuencia.

Las de ellos son más intensas.

Aunque discretas, las nuestras también existen.





Coordinación editorial

Revista Anfibia (UNSAM) - Programa Libros y Casas

Edición

Sonia Budassi, Martín Ale, Ariadna Castellarnau, Daniela Allerbon

Revisión de contenidos

Débora Ruiz, Daniela Valeiro, Florencia Argento, Pilar Amoia,
Bárbara Talazac

Corrección

Gabriela Laster

Diseño de la colección

Bernardo + Celis / Trineo

Diagramación

Paula Erre

Gestión de derechos de autor

Natalia Silberleib, María Nochteff Avendaño, Daniela Valeiro

Imagen de tapa

Eduardo Carrera
