

## **Mesa Redonda: *Modelos corporales femeninos y deporte.***

Coordina:

Dña. M<sup>a</sup> José Camacho, Profa. Dpto. Expresión Musical y Corporal UCM.

Participan:

Dña. Sara Bayón, Entrenadora Gimnasia Rítmica.

Dña. Verónica Alfaro. Practicante de actividad física para el ocio y la salud.

Dña. Benilde Vázquez, Vicepresidenta Seminario Mujer y Deporte.

Dña. Guadalupe Garrido, Profa. Facultad C.C. Actividad Física y Deporte-INEF UPM.

Dña Concha García Elena. Dirección General de Deportes del Ayto de Madrid.

Dña Benilde Vázquez. Vicepresidenta Seminario Mujer y Depote-INEF Madrid.

Dña María Martín, Profa, Facultad C.C. Actividad Física y Deporte-INEF UPM.

Dña Araceli Boraita, AEPSAD. Dra. Medicina y experta en salud de las mujeres y deportistas.

El objetivo de la mesa redonda se ha centrado en contribuir, desde una perspectiva multidisciplinar, al análisis sobre la problemática que se presenta a las mujeres en relación al cuerpo, que actualmente se ha convertido en un valor de referencia fundamental. De forma específica y dentro del ámbito del ejercicio físico, se ha tratado de reflexionar críticamente y desde una perspectiva de género sobre la responsabilidad y capacidad de acción que tienen al respecto las y los profesionales de la actividad física y el deporte.

El contexto general de esta temática remite a nuestra sociedad posmoderna, en los que el culto al cuerpo se ha convertido en uno de sus rasgos característicos. Este culto al cuerpo se manifiesta a través de diferentes discursos y con intereses diversos y se visto acentuado hoy día a través de fenómenos como las redes sociales, la instantánea de la imagen, los “selfies” y los “likes”.

En la actualidad, la posibilidad de conseguir el cuerpo femenino ideal se “vende” a través de toda una industria en torno al cuerpo, bajo la creencia de que el peso y la tipología corporal puede controlarse a voluntad, y que con la correcta combinación de dieta y ejercicio, cualquier persona puede alcanzar el ideal si se lo propone. El peso y la forma corporal se convierten así en cuestiones de elección individual y de responsabilidad moral, siendo el modelo estético corporal el marco de referencia del

cuerpo sano y en forma, en lo que se ha denominado la “estética de la salud”. A su vez, desde un enfoque de rendimiento deportivo, se consideran que ciertas tipologías corporales son más idóneas para obtener buenos resultados deportivos, lo que más allá del deporte de rendimiento, puede limitar la experiencia corporal y motriz las niñas y mujeres. Todos estos discursos establecen nuevas jerarquías del cuerpo en relación al tamaño, la forma y el peso corporal de las mujeres, generando situaciones de desigualdad que es preciso erradicar.

Dentro de un orden de género cambiante es de destacar cómo la construcción social del cuerpo femenino condiciona la forma en que las mujeres negocian sus propias identidades corporales, lo que configura un panorama complejo y diverso en las relaciones que establecen con la práctica de actividad físico-deportiva. Por un lado, cuando el ejercicio físico se instrumentaliza como una vía más de conseguir los modelos corporales dominantes, puede ser fuente de opresión, conflicto e insatisfacción permanente. Pero el ejercicio físico también puede ser una fuente de empoderamiento importante para las mujeres, porque entronca con un cuerpo funcional, con capacidad de acción, salud y bienestar, que a su vez rompe estereotipos de género que adscribían a la mujer el rol de mujer objeto, pasiva, disponible para los demás.

Dentro de este planteamiento general, las conclusiones de la mesa redonda han sido las siguientes:

- Los modelos corporales femeninos en el deporte han tenido una evolución significativa, siendo de destacar la transición de un físico que se consideraba masculinizado a una apariencia física en la que las deportistas tratan de reforzar su feminidad (p.e., con maquillaje). En la actualidad se advierte una tendencia hacia la erotización del cuerpo de la mujer deportista, que resulta particularmente problemático en cuanto que refuerza su tradicional foco en el cuerpo objeto y minusvalora sus logros deportivos.
- En la gimnasia rítmica se ha producido una evolución positiva del modelo corporal de referencia como más adecuado para el rendimiento, ya que la trayectoria deportiva de las gimnastas es más dilatada y los cambios corporales propios de la transición de niña a mujer están normalizados. Para poder desarrollar los regímenes intensos de entrenamiento, estas deportistas se alimentan de forma suficiente y equilibrada y tienen un seguimiento médico apropiado.
- Dentro del ámbito del deporte recreativo, existe una oferta de actividades físico-deportivas muy variada, en la que muchas mujeres buscan satisfacer sus demandas respecto al modelo estético corporal. Los servicios públicos se centran prioritariamente en formar y educar a las personas en ser autónomas para la práctica de actividad física y en ofrecer una oferta deportiva saludable y segura, más allá de las modas del momento.

- Las nuevas tendencias fitness, centradas en el equilibrio psico-físico (p.e., yoga), ponen de manifiesto la necesidad de resituar el valor de la apariencia física y de reorientar los propósitos del ejercicio físico hacia la persona como sujeto de su experiencia vital.
- La vivencia en el ámbito del ejercicio físico de aquellas mujeres cuyo cuerpo no se acerca a los parámetros del físico “ideal”, es fundamental para entender el valor del ejercicio físico como forma de empoderamiento a través del cuerpo, así como de disfrute y desarrollo personal y social.
- En el ámbito de los modelos corporales femeninos existe un mercado importante vinculado a la estética y a la estética de la salud, en la que hay profesionales que intervienen intrusivamente y sin la formación adecuada, con el consiguiente riesgo para la salud de las personas. La nueva Ley de ordenación de profesiones del deporte es fundamental para garantizar que sean las y los profesionales debidamente cualificados, los encargados de ofrecer una oferta deportiva segura y saludable.
- Es necesario que las y los profesionales de la actividad física y el deporte asumamos nuestra responsabilidad para contribuir a que la experiencia corporal sea satisfactoria para todas las mujeres, de todos los pesos, tamaños y formas corporales. Asimismo, en los centros universitarios que capacitan a los profesionales de la actividad física y del deporte, deberíamos velar por la formación de personas críticas y con voz propia respecto a los modelos corporales dominantes. Para ello es necesario que dentro de los estudios universitarios, se revalorice la formación sobre el cuerpo desde una perspectiva sociológica y pedagógica