

En el gimnasio Boulevard. Descubriendo uno a uno los elementos del dispositivo de entrenamiento gimnasio y su lógica de funcionamiento global

Alejandro Damián Rodríguez

Instituto de Desarrollo Económico y Social (Argentina)

Resumen

El objetivo de este trabajo es dar cuenta, mediante un abordaje basado en el trabajo de campo etnográfico, del modo en que se estructuran internamente los gimnasios porteños. Para ello, he frecuentado varios de estos establecimientos en los últimos años, así como interactué con las personas que allí asisten a diario a entrenar. Valiéndome del concepto foucaultiano de dispositivo, aquí analizo los mecanismos tanto discursivos como no discursivos que se activan en estos lugares, a fin de crear cuerpos entrenados de acuerdo con parámetros específicos. Los mecanismos de este dispositivo peculiar, que denominamos "dispositivo de entrenamiento", incluyen leyes, saberes especializados, elementos arquitectónicos, la disposición específica de los aparatos de ejercitación en el espacio, e imágenes simbólicas del cuerpo. Mi intención en este artículo es desenmarañar esa red de elementos para comprender mejor la lógica de funcionamiento de este dispositivo, así como el modo en que estos elementos articulados entre sí penetran internamente el cuerpo del nuevo sujeto-entrenado de los gimnasios del siglo XXI.

Palabras clave: gimnasios, dispositivo, cuerpos.

Introducción

Aunque Foucault nunca brindó una definición precisa del término dispositivo, en una entrevista en 1977 esbozó un conjunto de ideas sobre su lógica y significado: "el dispositivo se trata de un conjunto heterogéneo que incluye virtualmente cada cosa, sea discursiva o no: discursos, instituciones, edificios, leyes, medidas policíacas, proposiciones filosóficas. El dispositivo tomado en sí mismo es la red que se tiende entre estos elementos" (Agamben, 2007). Además del conjunto de elementos relacionados, para el autor, el dispositivo siempre posee una función concreta y está enmarcado por relaciones de poder-saber específicas. Las ideas del filósofo francés, que retomamos a partir de Agamben, son bastante abstractas y difíciles de imaginar, pero resultan sumamente útiles y se tornan mucho más claras si las observamos "en situación" y en espacios específicos concretos.

El argumento de este trabajo es que los gimnasios de entrenamiento físico-deportivo conforman uno de esos espacios que pueden ser entendidos a la luz del concepto dispositivo, porque un conjunto de elementos relacionados se despliega entrelazadamente para moldear la corporalidad de los sujetos que allí asisten a diario. Los elementos de este dispositivo peculiar, que denominaremos de aquí en más solo dispositivo de entrenamiento, implican mecanismos de tipo discursivo y no discursivo. La ley, los saberes

especializados, la arquitectura, la disposición de los aparatos de ejercitación y los símbolos componen la red del dispositivo. En este texto, desenmarañaremos esa red de elementos y analizaremos detenidamente cada uno de ellos a fin de comprender mejor la manera en que articulados entre sí penetran internamente el cuerpo del sujeto entrenado en estos nuevos gimnasios de los siglos XX y XXI.

El trabajo de campo etnográfico de esta investigación ha sido realizado mayoritariamente en el gimnasio *Boulevard* (1), por lo cual las conclusiones aquí vertidas atañen sobre todo a él. A modo de descripción podemos decir que el *Boulevard* está ubicado en la confluencia de los barrios de Parque Chacabuco, Caballito y Flores, relativamente cerca del centro geográfico de la ciudad de Buenos Aires y a él acuden a entrenar personas que en su mayoría residen en esos barrios. Es un gimnasio pequeño y quienes lo frecuentan lo denominan “de barrio”. A diferencia de los gimnasios de las grandes cadenas (2), tiene una oferta de actividades mucho más reducida: mientras que los primeros cuentan con amplias zonas de musculación y aeróbicos, clases de *fitness* grupal, de yoga y algunos poseen piscina, el *Boulevard* es solo un salón de musculación amplio con muchas máquinas, barras y mancuernas para el entrenamiento anaeróbico, así como tiene bicicletas fijas y cintas para correr ubicadas dentro de un sector aeróbico.

En virtud de ley: el acta de nacimiento del dispositivo de entrenamiento

El primer elemento del dispositivo al que haremos referencia es su legalidad. Si algo le faltaba al proceso de expansión del fenómeno-gimnasio en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (3) era la legitimación ante la ley. Aunque esa expansión había quedado bien documentada en los principales periódicos nacionales, el proceso obtuvo su “acta de nacimiento” recién a fines de la década de 1990, cuando se sancionó la ley n.º 139 (1999), más conocida como “Ley de Gimnasios”.

Esta ley surgió para dar nombres, para etiquetar lugares, actividades, personas y roles que no existían hasta el momento. Vino a suplir las falencias de la vieja ordenanza n.º 41.786, redactada mucho antes, en 1985, porque en cuyo texto no aparecía nada similar a lo que hoy conocemos como un gimnasio. Para esa vieja ordenanza bastaba con “reglamentar el régimen de habilitación y funcionamiento de aquellos establecimientos destinados a la enseñanza o práctica de actividades físicas, independientemente que fueran actividades o deportes federados, de alto riesgo, competitivas o con fines recreativos” (decreto n.º 1.821, 2004). En 1999, en cambio, era necesario crear un universo nuevo de lugares, personas, prácticas y roles que, en su antecesora no existían, pero que ahora sí y era necesario regular legalmente. Con la puesta en marcha de la “Ley de gimnasios” se activó la legitimidad legal del dispositivo de entrenamiento. Si bien es una parte esencial, porque en su letra se dispone la obligatoriedad de los elementos que lo componen, no es el elemento más visible: por el contrario, en el gimnasio, lo que está más a la vista es la manera en que coacciona mediante los discursos del saber médico y de la educación física, o a través de los elementos no discursivos como la disposición correcta de los aparatos de entrenamiento. A continuación nos ocuparemos de ello.

Solo para cuerpos aptos: el saber médico se reserva el “derecho de admisión”

Una vez legitimado legalmente el espacio gimnasio, se inventó el *cuerpo apto*, producto también de la sanción y posterior puesta en práctica de la misma ley. Mediante ella se le confirió al saber médico la facultad de definir los “cuerpos aptos” (4), a los que les otorga acceso al gimnasio, al mismo tiempo que el derecho de definir los cuerpos que podríamos indicar como ineptos, a los cuales es necesario restringirles la entrada.

A lo largo de todo el trabajo de campo que nutrió esta investigación observé cómo, al momento inscribirse en el gimnasio, el instructor de turno requiere siempre del nuevo socio la presentación de un certificado en el que conste que su cuerpo está *apto* para entrenar. Ocurre así también hoy: recientemente, cuando volví a dos gimnasios en los que había trabajado antes, como el *Plaza* y el *Épica*, nada había cambiado. A partir de lo antedicho podríamos sostener que el dispositivo de entrenamiento genera como primera barrera de ingreso al establecimiento-gimnasio la posesión de un cuerpo *apto*. Las preguntas que deberíamos hacernos a partir de ello son ¿cuál es su contrapartida? ¿Cuáles son los cuerpos ineptos? ¿A quienes se les niega el ingreso?

El poder de definir los significados de la aptitud-ineptitud de un cuerpo es una prerrogativa que se le concedió por entero y legalmente al saber médico. De todos modos, los casos de ineptitud física parecen ser o muy pocos o nulos. El cuerpo inepto más que expulsado del gimnasio parece poder ser transformado en *apto* mediante el mismo entrenamiento en el lugar, así como a través de su sometimiento a las reglas que imperan en el espacio. Sin embargo, esto requiere que el poseedor de ese cuerpo inepto lo reconozca como tal –frente a un médico–, tome nota de su “problema físico” y acate las instrucciones que se le brindan. Por su parte, antes que prohibir, los médicos tienden más bien a fomentar el entrenamiento en el gimnasio, cediendo autorizaciones a quienes requieran un certificado, luego de ciertas preguntas de rigor y algunos estudios clínicos. Quienes tienden a ser advertidos de los riesgos del entrenamiento, sin que esto implique una negativa para expedirles el certificado, como venimos diciendo, sino más bien para que cambien sus hábitos de vida, son las personas sedentarias, así como aquellos de hábitos poco saludables, según el discurso médico, como los fumadores o los pacientes con sobrepeso. En última instancia, quienes parecen ser los únicos excluidos del gimnasio por ineptos son los niños (5): en varias ocasiones he visto como algunos entrenados que asistían al *Boulevard* con sus hijos eran advertidos por Andrés (6), el instructor del gimnasio, para que los mantuvieran alejados de las máquinas de entrenamiento; primero, porque eran peligrosas para ellos porque no comprendían el modo en que se utilizan; en segundo término, debido a que los pesos podían lastimarlos.

Resumiendo, ingresar al espacio-gimnasio incluye dos aspectos: uno de carácter libre y otro con una lógica obligatoria. El primero de ellos refiere a que, a priori y con una única excepción relacionada con una franja etaria, anotarse en un gimnasio es una operación relativamente sencilla: solo habría que solicitarlo al

médico, y más que negarlo, el saber clínico parece fomentarlo. El segundo aspecto de la cuestión, por el contrario, nos indica que también existe un término obligatorio: es necesario aceptar las pautas imperantes en ese espacio. Para incorporarse al gimnasio es necesario acatar las indicaciones que el saber médico propone en relación con el denominado “estilo de vida saludable”: entrenar el cuerpo implica hacer modificaciones en la dieta, abandonar la vida sedentaria, hábitos como el cigarrillo, todos aspectos sobre los que recae una fuerte condena. En definitiva, uno puede ingresar libremente al gimnasio solo si se compromete a cumplir con unas pautas que tienen que ver con la aceptación de un estilo de vida relacionado a ese espacio, y aunque esto no implica cumplirlas, sí indica que se acata que allí constituyen la norma válida.

La regulación de la circulación interna como prerrogativa del saber-poder entrenado

Una vez dentro del espacio gimnasio, los elementos más prácticos del dispositivo de entrenamiento se ponen en acción. Quien primero interpela al recién llegado es, casi siempre, el entrenador a cargo de la sala: en este caso, Andrés. Su poder deviene, al igual que el del médico, de la misma “Ley de gimnasios” que comentáramos más arriba. Según ella, todas las prácticas que se llevan a cabo en el espacio deben estar supervisadas por “un profesor de Educación Física con título reconocido por la ciudad de Buenos Aires”, lo cual hace a Andrés poseedor de un saber-poder legítimo exclusivo: es la única persona en el gimnasio con la facultad para dictar las actividades de los entrenados.

Andrés le realiza una serie de preguntas de rutina a cualquier persona que se acerca por primera vez al *Boulevard* y escribe las respuestas en una ficha personal. Esas respuestas se transforman en datos: nombre, edad, estatura, peso, experiencia previa en actividades físico-deportivas, enfermedades y “motivos” o “intereses personales” de entrenamiento. En la mayoría de los casos, el último ítem es propuesto por él mismo, según el género del recién llegado en primer término, aunque también pareciera influir la contextura física, a la que Andrés escruta detenidamente con su mirada. Luego de ese análisis, escribe uno de los motivos o intereses que le parecen más pertinentes. La mayoría de las veces, suelen reducirse a uno de estos tres: bajar de peso, ganar volumen muscular o realizar un acondicionamiento físico general. En esa misma ficha Andrés prescribirá la *rutina* (7), junto a los ejercicios que la componen, las *series* (8) y las *repeticiones* (9), en función de la cantidad de veces que el nuevo entrenado pueda frecuentar el *Boulevard*. Sin embargo, también esta respuesta es sugerida por el entrenador: es necesario que, como mínimo, le dedique tres días de la semana y un lapso de una hora y media al gimnasio.

Los espacios de entrenamiento y las rutinas de trabajo corporal

Haberse incorporado al gimnasio no es sinónimo de saber cómo recorrerlo. El *Boulevard* es un salón grande –con forma de cuadrado– completamente atestado de máquinas de entrenamiento de todo tipo, colocadas

en filas imaginarias. En los márgenes del lugar, contra las paredes y rodeando a las máquinas, se encuentran, conformando una única fila, las bicicletas fijas y las *cintas*, desde donde, quien las utiliza, puede observar casi todo el gimnasio.

De frente al salón, la pared principal está revestida de un espejo de aproximadamente dos metros de alto, el cual permite mirarse mientras se está entrenando, al mismo tiempo que al resto de la sala. La pequeña pared contigua a la principal también está revestida de otro espejo, de iguales características, lo que posibilita, dependiendo de los ángulos que se utilicen, mirarse entrenando desde al menos dos posiciones: de frente y de costado. Aunque Andrés suele permanecer la mayor parte del tiempo en su escritorio-oficina ubicado en la entrada al gran cuadrado que es el *Boulevard*, con una serie de miradas rápidas sobre los espejos, puede darse cuenta qué ocurre allí dentro: quiénes están entrenando en el sector aeróbico, quiénes entre las máquinas, quiénes están solo parados, descansando entre series de ejercicios, o conversando.

Las filas imaginarias de aparatos delimitan caminos internos de tránsito entre los *fierros* (10), así como espacios principales y secundarios. En el centro del espacio de *fierros* el *multipower* (11) suele ser uno de los instrumentos más requeridos, al igual que la primera fila ubicada a unos escasos treinta centímetros del espejo principal, donde se encuentran las *mancuernas*, los *bancos* para hacer *press plano*, la *barra* para hacer *curl* con *bíceps*. En contraposición a estos espacios que aglutinan a la mayoría de los entrenados, los espacios secundarios de la zona de *fierros* parecen estar ubicados detrás de ellos o a sus laterales, transformándose en una zona de intermediación entre los *fierros* principales y el exterior, o sea, el lugar de los ejercicios aeróbicos, las bicicletas fijas y las *cintas*.

Prestar atención al espacio geográfico que compone el *Boulevard* es importante porque la manera de recorrerlo está en relación con las rutinas que propone Andrés. Esas, en tanto que elementos vitales del dispositivo de entrenamiento porque habilitan a circular, son redactadas sobre la base de la lógica de la distribución interna del espacio. La *rutina* de trabajo que Andrés redacta es la "hoja de ruta" que va a acompañar al entrenado en su carrera en el gimnasio. En el *Boulevard*, al igual que en el resto de los gimnasios en los cuales hemos trabajado, es muy común observar entrenados deambulando con una cartulina –y algunos con una lapicera– del tamaño de una hoja de carpeta común. Esas son las *rutinas*.

Comprender los contenidos de la *rutina* al iniciar esta praxis física es, para todos, casi imposible. Luego de realizar uno o dos ejercicios que fueron previamente indicados oralmente por Andrés, y a pesar de estar citados en la "hoja de ruta", es necesario volver a repreguntarle cuáles son los que siguen. Asimismo, una vez que la *rutina* y sus ejercicios, con sus números de series y repeticiones son internalizados por el entrenado, todo el plan es desechado por el instructor aludiendo que *el cuerpo se acostumbra* y para evitarlo es condición *sine qua non* plantear un esquema de trabajo nuevo. Esto ocurre cada un mes o, como mucho, cada dos (12).

Aeróbicos y anaeróbicos: la división sexual del entrenamiento

A los condicionantes relacionados con los saberes doctos, los espacios y las rutinas se suman otros inscriptos en los cuerpos de los entrenados. Las zonas internas de entrenamiento del *Boulevard* encuentran una restricción básica que, aunque funciona tácitamente, parecer ser inamovible: el género. Según esta regla, las mujeres deben dedicarse a la práctica de ejercicios aeróbicos (13), mientras que los hombres deben entrenarse anaeróbicamente (14). Así, el dispositivo propone para ellos y ellas actividades contrapuestas, a fin de autoconstruir sus cuerpos según lógicas diferentes.

Ellas ejercitan su cuerpo en función de ideas ligadas al entrenamiento, la salud y la buena forma física, pero también de acuerdo con parámetros que albergan cierta "femineidad", la cual, al parecer, estaría en riesgo si entrenan con los *fierros*. En las ocasiones en que las hemos entrevistado, ellas sostienen que no *hacen fierros porque no quieren estar hinchadas* (mediante gestos nos explican esto colocando su mano izquierda con la palma hacia abajo a unos diez centímetros de su hombro izquierdo, al mismo tiempo que hacen el mismo gesto con su mano derecha y su hombro derecho), ni así como ellos, a quienes señalan, en referencia a los más *grosos* (15) del sector de *fierros*. Este tipo de indicaciones son muy similares a las que ofrecen a Andrés cuando llegan por primera vez al *Boulevard*. Al momento de indicar sus objetivos, ellas requieren a Andrés ingresar muy poco en la zona de *fierros*, solo sí son ejercicios dedicados a la zona inferior del cuerpo, las piernas y los glúteos, y se resisten a entrenar las partes musculares situadas de la cintura hacia arriba. Las representaciones corporales de las mujeres parecen asociar los *fierros* con la construcción de un físico hipermusculado y este último término con una actividad que es de índole masculina. Para no masculinizar su cuerpo mediante agregados de masa muscular "indeseable", ellas suelen estar alejadas de la zona de *fierros* y, por el contrario, preferir los ejercicios de tipo aeróbico.

Las prácticas y representaciones corporales de los hombres son muy distintas, opuestas podríamos decir, a las que imperan en el imaginario femenino. En primer lugar, el entrenamiento que ellos realizan se construye alrededor de nociones tales como el vigor, la fuerza y la potencia, donde la máxima básica es hacer siempre un esfuerzo extra y levantar "*un poco más*" (de peso). Por ello, las consideraciones imperantes están basadas más en términos de cantidad que de calidad y no importa tanto el modo en que se realizan los ejercicios –aunque es necesario realizarlos con una técnica correcta–, sino demostrar fuerza. Así resulta que las preguntas más frecuentemente oídas entre los entrenados son *¿Cuánto estás tirando de press de pecho?* (16) *¿O con qué pesos haces sentadillas?* (17) Nunca nadie, en cambio, va a realizar comentarios referidos a la capacidad corporal de realizar movimientos gráciles, o a la ejecución de calidad de los ejercicios, del tipo "*qué bien hacés esos movimientos*". Solo es necesario aprender la técnica correcta para luego tratar de mover lo máximo de peso que se pueda.

Por otro lado, estas consideraciones respecto a los pesos solo tienen en cuenta algunas partes corporales. Los brazos con sus bíceps y tríceps, pero fundamentalmente los primeros, parecen ser los músculos más

ejecutados en el *Boulevard*. En segunda instancia aparece el pecho, la espalda y los hombros. En último lugar queda el entrenamiento de piernas.

Aunque la antinomia de género masculino-femenino rige el comportamiento corporal casi en todos los espacios del *Boulevard*, existen algunas zonas que resisten la presencia de ambos tipos de cuerpos. Son zonas de intersecciones, lugares que admiten cuerpos contrarios. Sin embargo, ubicarse en esas zonas solo es posible con algunas reservas: las mujeres se internan en el mundo de los *fierros* para realizar unas actividades específicas y nada más que ello; los hombres penetran la zona de aeróbicos, pero solo en algunas máquinas.

En los espacios aeróbicos, los hombres pueden utilizar las bicicletas o las cintas, pero jamás podrán trabajar con, por ejemplo, las máquinas escaladoras que, incluso, tienen una calcomanía adosada sobre su base que indica "de uso exclusivo femenino". Desde la óptica de los hombres del *Boulevard* son prácticas vedadas, salvo que estén dispuestos a colocar su sentido de la masculinidad en riesgo (18). Al contrario, si analizamos el modo en que las mujeres se internan en la zona de *fierros*, ellas llegan allí solo en ocasiones y siempre dentro de una minirregión específica del espacio: los aparatos de piernas. Allí comparten algunas máquinas con los hombres, como el sillón de cuádriceps, pero también utilizan otras que, si no fuera por ellas, permanecerían siempre en desuso. Estas son las de glúteos y esos otros aparatos cuyo movimiento consiste en abrir y cerrar las piernas mientras se está sentado; ambas son de uso exclusivo de las mujeres del *Boulevard*, al igual que ocurre en los gimnasios cariocas (Hansen y Fernandez Vas, 2006).

Resumiendo, entonces, observamos que el género se suma como un elemento condicionante más del dispositivo-gimnasio, estipulando zonas masculinas y femeninas diferenciadas de entrenamiento. Sin embargo, también hay espacios dentro de ellas que son intersticiales y admiten mezclas: así se genera un microespacio femenino dentro de una zona eminentemente masculina como los *fierros*, y, en cambio, dentro de uno de los espacios de ejercicios aeróbicos, ligado a una noción de cuerpo más "femenina", se admite la presencia de hombres. Al parecer entonces, los principios de clasificación correspondientes a cada sexo basados en "fuerte / débil, grande / pequeño para el hombre, bello / feo, grande / pequeño para la mujer, pero funcionando en sentido inverso" como había sostenido Bourdieu (1981: 192), tienen bastante que ver con lo que ocurre en el *Boulevard*.

El cuerpo de los símbolos

En el *Boulevard*, el cuerpo es simbolizado a través de imágenes que se transforman en "señales" para quienes allí entrenan. Ellas están colocadas en las paredes: son fotografías, pósters y afiches. También están sobre los espejos e, incluso, sobre las máquinas de entrenamiento, que tienen graficada la parte de la anatomía corporal específicamente involucrada en el ejercicio, mediante un dibujo de un hombre sin rostro ni piel: es tan solo un hombre-máquina-músculo compuesto de fibras, tendones y articulaciones colocados en acción en el movimiento.

Si bien el cuerpo es en sí también un símbolo, un reflejo de lo más íntimo de la persona, del ser profundo o la naturaleza del hombre (Bourdieu, 1981), que también funciona como referencia para los entrenados que se miran entre sí, y se comparan, observando aquello a lo que no se quieren parecer, *sus brazos deben medir treinta centímetros*, y aquello que en el otro es objeto de deseo, *tiene espalda grande o abdominales definidos*, antes que al cuerpo carnal, en esta instancia prestaremos atención solo a los símbolos materiales que dispuestos en el *Boulevard* contribuyen a formar una idea de cuerpo en sintonía con el dispositivo de entrenamiento. En términos generales, un símbolo es una representación de una idea, es la vinculación entre un significante y un concepto más abstracto. En el *Boulevard*, existen varias de estas formas de representación que, evocando al cuerpo como espacio de significación, pretenden unirlo a conceptos teórico-abstractos distintos.

Los símbolos corpóreos del *Boulevard* están relacionados con al menos cuatro tipos de discursos distintos. Estos discursos son: la propuesta del saber médico, la del saber de la educación física, la que propone la disciplina fisicoculturista y la que proyecta la publicidad de los suplementos nutricionales, la indumentaria deportiva y otros productos que tienen al cuerpo como objeto de inversión privilegiado. Los dos primeros discursos, en la simbología existente en el *Boulevard*, en ocasiones, aparecen concatenados y proponiendo una misma noción de cuerpo, mientras que los dos últimos también parecen tener cierta afinidad a la hora de sugerir una idea de cuerpo. Sin embargo, en otras ocasiones todos ellos se distancian, porque en el fondo son discursos distintos, o tejen otras relaciones entre ellos; por ejemplo, a veces, el discurso del saber de la educación física parece proponer una imagen de cuerpo más cercana a la que propone la práctica fisicoculturista, a la vez que se distancia de la apuesta clínica.

Las dos paredes contiguas a la puerta de ingreso al gimnasio están "decoradas", desde el suelo hasta los dos metros de altura, de imágenes de fisicoculturistas "famosos", norteamericanos en su mayoría. Así entonces, al ingresar al *Boulevard*, uno tiene la sensación de estar atravesando una calle que, tanto por izquierda como por derecha, lo interpela con los cuerpos, los músculos y las poses de Arnold Schwarzenegger, Ronnie Coleman o Dorian Yates. Todos ellos están vestidos con *slips* o *minishorts* de colores fluorescentes, rosas, dorados, atigrados, con sus torsos descubiertos, algunos descalzos, otros con botas. En su mayoría todos exhiben bronceados parejos en el cuerpo. Algunos son blancos, otros como Coleman negros, todos tienen prolijos peinados o están rapados totalmente. No hay imágenes de hombres de pelo largo, mejor dicho, no hay imágenes masculinas con pelo corporal, todos son lampiños, depilados, lo que da la sensación de que sus cuerpos hubieran sido tallados en piedra.

Junto a ellos también están ellas, aunque en un número mucho menor, quizás solo una imagen por cada cuatro o cinco de cuerpos masculinos. Ellas y sus cuerpos, más que caracterizados por la masividad de los músculos, se muestran bien torneadas de acuerdo con los parámetros del *fitness*; son cuerpos-entrenados que no han perdido la "femineidad" debajo de una montaña de músculos humanos. Al ingresar en la zona

de *fierros* es posible encontrar más imágenes similares: pegadas en los espejos, de frente al público, más campeones, algunos argentinos.

En las máquinas, unas pequeñas imágenes están adosadas a la superficie de metal, calcomanías de cuerpos sin rostro ni piel, dibujos de hombres-músculo que señalan que esa máquina sirve para trabajar una zona muscular específica. Por ejemplo, al utilizar una máquina de aperturas de pectorales, la calcomanía adherida a la superficie del aparato enseña un pequeño hombre-músculo-máquina que ejerce presión sobre sus pectorales y que sirve para imaginar cómo debe realizarse el ejercicio.

Junto a estas imágenes, también dispersas por todo el *Boulevard*, se encuentran otras que nos muestran cuerpos masculinos y femeninos en una proporción más o menos igualitaria. La diferencia principal con todas las anteriores es que estos cuerpos están vestidos: son publicidades de indumentaria deportiva. En ellas se observan hombres y mujeres jóvenes, vestidos con camperas deportivas, ropa de *jogging* y zapatillas de *running* (19). Más publicidades, en este caso de suplementos nutricionales como proteínas o aminoácidos (20), son acompañadas de cuerpos de mujeres y hombres, algunos de ellos fisicoculturistas, varias de ellas competidoras de *fitness* relativamente conocidas: son los atletas que cedieron los derechos de sus cuerpos a la publicidad de una marca. Es imposible pensar todas estas imágenes corporales que conviven en el *Boulevard* en el vacío, ya que ellas reflejan gran parte de los cambios culturales acontecidos en las últimas décadas, en las cuales el consumo y el narcisismo han cobrado un vigor cada vez mayor. Como sostiene Lipovetsky (2000), asistimos a una “segunda revolución individualista”; una nueva forma de narcisismo que promueve un proceso de personalización del propio cuerpo (Citro, 2010: 53). O, en otros términos, se ha vuelto fundamental el “cuidado de sí” (Foucault, 1986 y 1987) y del propio cuerpo, parte ahora esencial de nuestro yo.

Es muy difícil separar todas las imágenes de acuerdo con los cuatro discursos antes demarcados, ya que en realidad interpelan al público del *Boulevard* de manera unida. Sin embargo, analíticamente, cada discurso tiene un mensaje propio y distinto. Así, el discurso médico propone una noción de cuerpo más ligada a lo saludable, el discurso del saber de la educación gimnástica valoriza la característica entrenada del cuerpo, el fisicoculturismo propone una noción de cuerpo asociada a la masividad de los músculos, y la publicidad nos revela que el cuerpo es un objeto en el que es necesario realizar inversiones para transformarlo lo más parecidamente posible a las imágenes que nos propone, y que aparentemente, nosotros deseamos. La autoconstrucción del cuerpo propio parece depender de la acentuación de una o varias de las características de las imágenes que el *Boulevard* propone y que se suma como un elemento más al dispositivo de entrenamiento.

La casa de los espejos: me veo, te veo, nos vemos

En último lugar analizaremos uno de los elementos del dispositivo que actúa más imperceptiblemente, pero que condiciona estructuralmente la forma de mirar, de mirarnos y de mirar a los otros: se trata de los

espejos y de su función en el espacio-gimnasio. Al igual que en todos los gimnasios aquí mencionados, en el *Boulevard* existen espejos. Las paredes son revestidas por ellos, desde el suelo hasta una altura promedio humana. Ellos nos interpelan de frente, lateralmente y por detrás. En el *Boulevard*, el espejo principal está situado de frente a la zona de *fierros*, sobre la pared central de la sala, al que se suma uno más pequeño colocado sobre una de las paredes laterales: la unión de ambos produce una especie de letra "L" espejada.

Lacan argumentaba lo que conocemos como la teoría del estadio del espejo a partir de que "la cría del hombre, a una edad en que se encuentra por poco tiempo, pero todavía un tiempo, superado en inteligencia instrumental por el chimpancé, reconoce ya sin embargo su imagen en el espejo como tal". Además de ello, el autor indicaba el contraste existente entre la realidad corporal del niño, sumida en la descoordinación motriz de su cuerpo fragmentado, frente a la imagen unificada que el reflejo le devuelve de un cuerpo entero (Blasco, 1992). Traer a colación los argumentos lacanianos es útil para analizar las funciones del espejo en la sala de entrenamiento del *Boulevard*. En primer lugar existe una función netamente autorreferencial, reconocerse a uno mismo, en que el entrenado se observa a sí, como un cuerpo-total-entrenado, prestando suma atención a cada una de las partes de su *hexis corporal* (Bourdieu, 1981) de frente al espejo, inmóvil, donde cada zona muscular desagregada, si bien con su autonomía, solo cobra sentido como parte de un aparato mayor unificado. El entrenado se ve como una unidad, un hombre-máquina-músculo solo cuando está inmóvil, escrutándose, observando las características, el tamaño y las formas de su cuerpo.

En cambio, cuando el cuerpo es puesto en acción, el espejo permite observar los movimientos de una parte corporal específica, a fin de corregir la técnica. La vista es situada sobre el espejo, pero solo sobre la parte que está siendo trabajada, los brazos por ejemplo, desagregada del resto del cuerpo. De ambas maneras, ya sea como cuerpo estático o en movimiento, el espejo conforma una instancia de examen (Merino, 2008), mediante la cual se podrá cotejar los resultados de la ejercitación individualmente. Sin embargo, las funciones del espejo no se agotan en la referencia propia. Por el contrario, el cuerpo, ya sea estáticamente o en movimiento, es ofrecido en el espejo a los otros que también están entrenando -y los otros hacen lo mismo ofreciendo el suyo-. Esto permite la comparación, a la vez que sirve para imitar los movimientos correctos y evitar las ejecuciones erróneas.

Además de todo ello, una tercera función del espejo, que se suma a la de referencia personal -ya sea del cuerpo unificado o de sus partes desglosadas- y a la del cuerpo ofrecido a la mirada de los otros, es la de permitir al instructor la observación -y el control- de las prácticas y los movimientos de todos los cuerpos en el *Boulevard*. Andrés, mediante vistazos esporádicos desde su oficina-escritorio y utilizando los ángulos de los espejos, puede darse una idea general de todo lo que está ocurriendo. Él, salvo en contadas ocasiones, ya sea como parte de su propio entrenamiento o debido a que debe enseñar las técnicas mínimas a los recién iniciados, no conduce personalmente las rutinas. Por el contrario, su lugar está fuera de los *fierros*, lejos, sin que esto implique que su rol jerárquicamente superior sea restricto. Por el contrario, posee

el control de la sala, solo que lo ejerce de un modo tácito e interviene en ocasiones específicas que lo requieren, o cuando el espejo denuncia frente a todos que alguien lo necesita con urgencia.

En resumen, el espejo tiene varias funciones en el *Boulevard*, que exceden a la instancia de reflejo personal: es una parte vital del dispositivo que permite verse a uno mismo, que te vean y ver a los otros - incluido el entrenador- para finalmente terminar conformando un espacio estructurado en base a la mirada donde todos se ven a todos al mismo tiempo.

Conclusiones. El gimnasio, el dispositivo y el panóptico

Al principio de este escrito habíamos traído a la discusión la noción de dispositivo y a los autores que la habían trabajado, en especial a Foucault. Decíamos que esa noción era abstracta y de difícil aprehensión si no era interpretada a la luz de un caso empírico. Proponíamos por ello pensar la categoría a la luz del espacio-gimnasio y analizar cómo una red de elementos se despliega alrededor de los cuerpos de los entrenados que allí confluyen a diario.

Hemos repasado una a una las partes del conjunto heterogéneo de elementos que componen el dispositivo: por un lado están los que son de índole discursiva como la ley, que consagra la legitimidad de la institución; los saberes médicos y de la educación física, que restringen o permiten el ingreso al lugar así como la manera correcta de recorrerlo; o la simbología de los cuerpos que los distintos discursos existentes en el *Boulevard* proponen. Por el otro lado están los no discursivos, como la arquitectura del espacio con su disposición de aparatos, que condiciona una manera específica de aprehender el cuerpo en concatenación con las rutinas administradas por el instructor; así como la división según género que propone tipos de entrenamiento distintos para ellas y ellos; o la función de los espejos como referencia para sí y para los otros al mismo tiempo.

El funcionamiento del dispositivo de entrenamiento está basado en la vigilancia y el control de los cuerpos que allí interactúan. Este control en algunos casos está librado a la acción individual de los entrenados, porque se supone que actuarán de acuerdo a las normas tácitas que imperan en el espacio, acatando, por ejemplo, la división masculino-femenina del entrenamiento, donde nadie osará penetrar la zona prohibida, o lo hará solo con reservas. En otros casos, la vigilancia se hace más explícita y el correcto funcionamiento del dispositivo depende de la autoridad legítima del lugar, como cuando se administra una rutina de trabajo, prerrogativa que posee solamente el instructor.

Retomar la cuestión de la vigilancia y el control de los cuerpos en un espacio específico nos conduce casi obligadamente a repensar nuestras teorizaciones a la luz de los conceptos que Foucault esgrimió hace muchos años sobre el panóptico: en primer lugar porque conservan una extraordinaria vigencia; en segundo término porque nos permiten analizar mejor el caso. El autor francés, en una extensa cita que vale la pena recordar, afirmaba lo siguiente:

El Panóptico de Bentham es la figura arquitectónica de esta composición. Conocido es su principio: en la periferia, una construcción en forma de anillo; en el centro, una torre, ésta, con anchas ventanas que se abren en la cara interior del anillo. La construcción periférica está dividida en celdas, cada una de las cuales atraviesa toda la anchura de la construcción. Tienen dos ventanas, una que da al interior, correspondiente a las ventanas de la torre, y la otra, que da al exterior, permite que la luz atraviese la celda de una parte a otra. Basta entonces situar un vigilante en la torre central y encerrar en cada celda a un loco, un enfermo, un condenado, un obrero o un escolar. Por el efecto de la contraluz, se pueden percibir desde la torre, recortándose perfectamente sobre la luz, las pequeñas siluetas cautivas en las celdas de la periferia. Tantos pequeños teatros como celdas, en los que cada actor está solo, perfectamente individualizado y constantemente visible. El dispositivo panóptico dispone unas unidades espaciales que permiten ver sin cesar y reconocer al punto. En suma, se invierte el principio del calabozo; o más bien de sus tres funciones –encerrar, privar de luz y ocultar–; no se conserva más que la primera y se suprimen las otras dos. La plena luz y la mirada de un vigilante captan mejor que la sombra, que en último término protegía. La visibilidad es una trampa (2002:121).

El panóptico permite, a partir de una disposición especial, que la mirada sea unilateralmente dirigida, desde un centro vigilante hacia un afuera-vigilado, que no puede devolver la mirada ni saber con certeza si está siendo vigilado o no por ese centro-ojo de control. El dispositivo panóptico había sido diseñado por Bentham, para aplicarlo al sistema penitenciario, sin embargo, la noción-idea ha sido útil para pensar otros dispositivos de control y vigilancia, en otros espacios específicos como la fábrica o la escuela. En este trabajo creímos posible extender la categoría a la que hemos denominado dispositivo de entrenamiento, montado sobre el espacio-gimnasio del *Boulevard*; solo que es necesario realizar algunas rectificaciones a la forma en que opera allí en función de las particularidades del caso.

La función principal del panóptico, o sea inducir un estado subjetivo de vigilancia y control permanente, es consumada en el *Boulevard*; esos cuerpos están sometidos al escrutinio constante de la mirada. Asimismo, la existencia de un ojo vigilante que todo lo ve, en este caso ayudado mediante los espejos y no por los contraluces de las ventanas del imaginado panóptico benthamiano, también está presente: el vigilante es reemplazado por un instructor que, alejado del centro de la escena, posee el control constante de la sala e interviene en ella solo en las ocasiones que lo ameritan, para corregir los movimientos corporales, para indicar lo indebido en el entrenamiento. Lo que sí sería desacertado es indicar que ésta es la única manera en que opera la vigilancia en el dispositivo de entrenamiento, o sea desde un centro hacia una periferia sin retroalimentación de la mirada.

Foucault, en la misma obra pero en un pasaje posterior, observaba que la potencia de la arquitectura panóptica residía más bien en difuminar el ejercicio de poder:

De ahí el efecto mayor del Panóptico: inducir en el detenido un estado consciente y permanente de visibilidad que garantiza el funcionamiento automático del poder. Hacer que la vigilancia sea permanente en sus efectos, incluso si es discontinua en su acción. Que la perfección del poder tienda a volver inútil la actualidad de su ejercicio; **que este aparato arquitectónico sea una máquina de crear y de sostener una relación de poder independiente de aquel que lo ejerce; en suma, que los detenidos se hallen insertos en una situación de poder de la que ellos mismos son los portadores** (2002: 121) (la negrita es mía).

Si bien el papel que cumple el ojo vigilante del instructor del *Boulevard* no es puesto en tela de juicio, su poder parece residir justamente en no habitar la sala, en permanecer fuera de ella, pero inficionándola de la lógica vigilante, socializando la mirada hacia la periferia. La observación y el escrutinio de los cuerpos es multidirigido, de todos hacia todos, a la vez que hacia uno mismo, mediante la utilización de los espejos. Esta manera de vigilancia opera de un modo tácito, aparentemente invisible, sin embargo justamente en ese modus operandi reside su vigor. Si como también había propuesto Foucault las “técnicas de sujeción y de normalización de las que surge el individuo moderno tienen como punto de aplicación primordial el cuerpo (Giorgi y Rodríguez, 2007: 10), también hay que decir que la manera de operar de esas técnicas es a través de mecanismos del biopoder que no residen en un lugar-espacio específico y autónomo. Por el contrario, ese biopoder es difuso y su lugar de residencia “lejos de encontrar su centro de irradiación en el poder de un aparato o de una institución a imagen del Estado, la disciplina dibuja un tipo nuevo de relación, un modo de ejercicio del poder, que atraviesa instituciones de diversa índole y las hace converger en un sistema de sumisión y de eficacia” (Le Breton, 2008: 84). A esto podríamos agregar que, en el gimnasio *Boulevard*, aunque también atañe a todos los gimnasios donde hemos trabajado, se observa que la eficacia del dispositivo se encuentra en la “socialización” de la vigilancia y el control de todos hacia todos. Es decir, mediante esta lógica de control socializado es que parece funcionar mejor esta “fábrica moderna” de cuerpos correctamente entrenados.

Notas

(1) Todos los nombres de los gimnasios han sido modificados para resguardar la intimidad de quienes allí asisten a entrenar, a excepción de los de las cadenas, porque su localización geográfica es de público conocimiento. Por otro lado, en el gimnasio *Boulevard* he desarrollado la mayor parte del trabajo de campo de esta investigación.

(2) Megatlon y Sport Club.

(3) De aquí en adelante solo CABA.

(4) De acuerdo a la normativa legal, para inscribirse en un gimnasio es obligatorio concurrir con un certificado de aptitud física expedido por un médico.

- (5) Respecto a los niños, la creación de gimnasios exclusivamente infantiles tendería a revertir esta situación (*Mercado Fitness* n.º 14, 2006). Este tipo de establecimientos, aunque parecen haberse difundido en el mundo, todavía no han llegado a la Argentina. Por tal motivo, el espacio de entrenamiento físico principal de los niños continúa siendo la escuela, lo cual implicaría una discusión sobre otro dispositivo que se sostiene en otras reglas distintas (Foucault, 2002).
- (6) Los nombres de las personas que aparecen en este texto también han sido modificados para resguardar su identidad.
- (7) Conjunto de ejercicios con *fierros*.
- (8) Grupo de ejercicios de una misma parte corporal.
- (9) Es el ejercicio corporal en sentido estricto.
- (10) Así se denomina coloquialmente al conjunto de máquinas, aparatos, barras y mancuernas de entrenamiento.
- (11) Es una máquina que, a diferencia de la mayoría, permite trabajar no solo un grupo muscular específico, sino casi todos ellos pero con movimientos distintos.
- (12) Con esto no quiero decir que el entrenado va a depender para siempre del instructor. Por el contrario, irá aprehendiendo las técnicas corporales como parte de un largo proceso corporal y mental y comenzará a entrenar autónomamente. En este texto optamos por no referirnos a este tema, dada la complejidad que reviste, y priorizamos solamente describir los condicionantes estructurales relacionados con el dispositivo de entrenamiento gimnasio. Estudiar cómo se aprehenden las técnicas corporales de entrenamiento en el gimnasio requeriría la elaboración de otro texto similar a éste.
- (13) Ejercicios de baja intensidad y de larga duración.
- (14) Ejercicios de alta intensidad y de poca duración.
- (15) Persona con gran volumen muscular.
- (16) Ejercicio para los pectorales.
- (17) Ejercicio para las piernas.
- (18) Hemos observado, como parte de la revisión bibliográfica de este escrito, que los empresarios del fitness se preguntan a menudo por qué los hombres no se suman a las clases de gimnasia grupal (por ejemplo, *Mercado Fitness*, n.º 31). La respuesta a este interrogante, desde nuestra óptica, tiene que ver con que la idea de hombre que impera entre los *fierros* no se puede ligar a actividades que, desde la mirada de sus practicantes, está relacionada a "prácticas femeninas". Para ellos, penetrar algunas zonas de entrenamiento pone en riesgo su virilidad.
- (19) "Running" significa, en inglés, andar, caminar o correr. En términos más precisos, quienes practican el "running" se dedican a correr, sobre todo en maratones.
- (20) Ambos son suplementos alimenticios de la dieta.

Bibliografía

- Agamben, G. (2007), *Qu'est Ce Qu'un Dispositif?*, París, Éditions Payot & Rivages.
- Blasco, J. M. (octubre de 1992), "El estadio del espejo: Introducción a la teoría del yo en Lacan" [en línea].
Recuperado de: <<http://www.epbcn.com/personas/JMBlasco/publicaciones/19921022.pdf>>.
- Bourdieu, P. (1981), "Notas provisionales sobre la percepción social del cuerpo", en *Materiales De Sociología Crítica*, Madrid, La Piqueta.
- Citro, S. (2010), *Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos*, Buenos Aires, Biblos.
- Foucault, M. (1986), *Historia de la sexualidad 2: El uso de los placeres*, México, Siglo XXI.
- Foucault, M. (1987), *Historia de la sexualidad 3: La inquietud de sí*, México, Siglo XXI.
- Foucault, M. (2002), *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión*, Buenos Aires, Siglo XXI.

- Giorgi, G., y Rodríguez, F. (2007), "Prólogo", en *Ensayos sobre biopolítica. Excesos de vida*, Buenos Aires, Paidós.
- Hansen, R. y Fernandez Vas, A. (2006), "Sarados e gostosas entre alguns outros: Aspectos da educação de corpos masculinos e femininos em academias de ginástica e musculação", *Movimento*, Vol. 12, N.º 01, pp. 133-152.
- Le Breton, D. (2008), *La sociología del cuerpo*, Buenos Aires, Nueva Visión.
- Lipovetsky, G. (2000), *La era del vacío: ensayos sobre el individualismo contemporáneo*, Barcelona, Anagrama.
- Ley n.º 139 de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (14 de diciembre de 1998) [en línea]. Recuperado de: <<http://www.cedom.gov.ar/es/legislacion/normas/leyes/ley139.html>>.
- Mercado Fitness*, ediciones varias [en línea]. Recuperado de: <<http://www.mercadofitness.com/la-revista/numeros-anteriores/>>.
- Merino, L. (2005), "Manifestaciones de anatomopolítica en gimnasios de la ciudad de Córdoba" [en línea]. Recuperado de: <http://www.21.edu.ar/descargas/institucional/ciencia_tecnica/11071.pdf>.
- Reglamentación de la Ley n.º 139 de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Decreto N.º 1.821/004 (8 de octubre de 2004), Boletín Oficial de la Ciudad de Buenos Aires [en línea]. Recuperado de <http://estatico.buenosaires.gov.ar/areas/gob_control/regulacion/gimnasios.pdf>.