

## INVESTIGANDO A CONSTRUÇÃO DO ESTILO ESPORTIVO DE VIDA POR INTERMÉDIO DO CONCEITO DE HABITUS DE PIERRE BOURDIEU

### INVESTIGATING THE CONSTRUCTION OF SPORTIVE LIFE STYLE THROUGH PIERRE BOURDIEU'S CONCEPT OF *HABITUS*

Luís Otávio Teles Assumpção\*  
Afonso Celso Brandão Nina\*\*

#### RESUMO

Os procedimentos utilizados com maior frequência na investigação da formação dos hábitos de vida ativa deixam de abordar e avaliar características fundamentais, como as diferentes percepções estruturadas pelo hábito de classe ou por outras estratificações sociais, as quais são imprescindíveis, na concepção de Bourdieu, para entender as preferências, gostos e estilos de vida, muitas vezes reputados a uma escolha racional e estritamente pessoal. A originalidade da proposta de Pierre Bourdieu chama a atenção para a necessidade de utilizar uma vertente de investigação baseada no conceito de *habitus*, em que as preferências ou escolhas individuais serão avaliadas levando em consideração a definição de diferentes estruturas sociais e dos conceitos de *hexis*, *ethos* e elementos estruturais (local, tempo de prática, tempo livre, etc.).

**Palavras-chave:** Estilos de vida. Pesquisa qualitativa.

#### INTRODUÇÃO

As relações entre a prática de atividades físicas moderadas e a aquisição e manutenção de bons padrões de saúde se perdem no tempo, já tendo sido alvo das prescrições dos ginastas gregos, que preconizavam o bom equilíbrio entre a dieta e a exercitação física. Werner Jaeger, em sua monumental *Paideia*, já descrevia as preocupações gregas com o tema, sendo caracterizadas as práticas terapêuticas daqueles tempos por um forte componente místico e moral.

Foi no final do século XIX e início do XX que se consolidaram os argumentos de caráter científico que relacionaram a adoção de hábitos regulares de exercícios físicos a um sentimento de bem-estar geral, fundamentados em dados fisiológicos objetivos como pressão arterial, composição corporal, variações na bioquímica do sangue com o monitoramento dos níveis de

colesterol e glicose, somente para dar alguns exemplos.

O campo médico, reconhecendo que a prática regular de exercícios poderia vir a modificar significativamente o desempenho corporal, procedeu, a partir da década de 20 do século passado, a estudos que levaram à criação de uma nova especialidade médica, denominada medicina do esporte.

Os benefícios da prática de atividades físicas são apresentados em vários estudos e com a utilização de diversas metodologias, entre os quais se destacam estudos epidemiológicos que analisam aspectos cardiovasculares, posturais, metabólicos e outros mais, como os de Blair em 1981, Lee (1987), Paffenbarger (1996) e Bouchard (1997) e Leon (1997), relacionados e discutidos em extensa revisão de literatura elaborada por Glaner (2002) e descritos com maior profundidade em sua tese doutoral.

\* Professor Doutor da Universidade Católica de Brasília.

\*\* Professor da Faculdade de Educação Física da Universidade Federal do Amazonas.

Paralelamente ao aumento do conhecimento científico sobre as relações entre prática regular de atividades físicas e aquisição de padrões desejáveis de saúde cresce a oferta de bens e serviços relacionados ao chamado mercado do *physical fitness* e *physical wellness*, traduzidos, respectivamente por aptidão física e bem-estar físico.

Dados levantados pelo Atlas do Esporte (COSTA, 2005) apontam que em 1971 existiam cerca de 1000 academias de ginástica ou estabelecimentos assemelhados no Brasil (halterofilismo, dança, ginástica feminina etc.), número que em 2003 passou a cerca de 20.000 estabelecimentos. A Associação Brasileira de Academias – ACAD (2004) e o Instituto *Fitness* Brasil (2009) estimam em aproximadamente 7.000 os estabelecimentos cadastrados especializados e em cerca de 5.000 os informais, movimentando quantia da ordem de R\$ 2,06 bilhões no Brasil (incluindo-se academias e equipamentos) e R\$ 1,6 bilhão só o mercado de academias (FITNESS BRASIL, 2009).

O universo dos investimentos públicos e privados na área do esporte de lazer, de rendimento e de incentivo à aquisição de hábitos de vida ativa também vem crescendo a partir da década de 80, juntamente com um constante aumento da informação a respeito dos benefícios da atividade física regular e metodizada.

O censo realizado pelo IBGE em 2003 (inclui dados sobre atividade física e esporte) assinala que nesse ano 93,6% das 5.557 cidades investigadas realizaram algum evento esportivo. A mesma pesquisa destaca que "entre as prefeituras brasileiras, 77,1% desenvolveram em 2003, ações, projetos e programas voltados para o esporte e lazer; 70,3% no esporte educacional; e 47,8% no esporte de rendimento ou competitivo" (IBGE, 2003).

O Ministério do Esporte, possuindo um orçamento entre 2007 e 2009 de cerca de 70 milhões de reais, destinou, somente em 2007, aproximadamente 17 milhões para projetos sociais que têm a atividade física como referência (BRASIL, 2007).

A despeito do aumento do nível de informação da população sobre os aspectos preventivos de enfermidades proporcionados pela prática regular de atividade física, tanto no Brasil como em outros países industrializados os levantamentos

descrevem um aumento no sedentarismo em todos os grupos pesquisados, em relação tanto à idade quanto ao sexo e à classe social.

Investigações realizadas por Mello, Fernandez e Tuffic (2008) indicam uma prevalência de aproximadamente 70% no índice de sedentarismo na população de São Paulo, e por sua vez, Barbosa, Lebrão e Marucci (2007) escrevem que esse índice se aproxima de 80% quando a população estudada é constituída de idosos.

Quando os estudos abordam populações de jovens e crianças os números prevalentes do sedentarismo não são muito diferentes, registrando-se 58% de sedentarismo entre escolares (FARIAS; SALVADOR, 2005). Levando-se em consideração o local de moradia (zona metropolitana ou cidades de médio e pequeno porte), os dados encontrados em relação ao sedentarismo também são altos, sendo as populações de zonas metropolitanas menos ativas (39,4%) do que as do interior (53,4%) e do litoral (66,5%), de acordo com Matsudo (2005).

Esses dados provocam questionamentos na comunidade científica envolvida em investigar e propor ações que venham a estimular a adoção de estilos de vida ativa como forma de prevenir o aparecimento de certas enfermidades relacionadas ao sedentarismo. Pergunta-se: por que, mesmo em face do aumento do nível de informação por parte de usuários e pesquisadores e da elevação da oferta de bens e serviços na área do esporte e do lazer, continua aumentando de maneira alarmante a incidência das doenças denominadas hipocinéticas? ou questionando de outra forma, por que é tão problemático fazer com que os indivíduos incorporem a seus estilos de vida a atividade física regular?

#### **A ABORDAGEM DA EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE OS ESTILOS DE VIDA ATIVOS**

A partir da década de 1990 vários trabalhos foram publicados analisando o fenômeno denominado aderência à atividade física (BIDDLE, 1992; DISHMAN, 1998; NUNOMURA, 1998; OKUMA, 1994; SABA, 2001; WANKEL, 1993), enfatizando a influência de vários fatores como tempo disponível, tipo de atividades, motivações pessoais, características dos profissionais etc.

Grande parte desses estudos utilizou técnicas descritivas e/ou quase experimentais, avaliando, por meio de questionários, os níveis de atividade física (PINHEIRO; FERREIRA, 2000; BRACCO et al., 2006) e hábitos alimentares (TEIXEIRA et al., 2006). Analisou-se a influência ambiental (OWEN et al., 2000) e foram empreendidos estudos epidemiológicos (MONTEIRO, 2003), trabalhando especialmente com comparação de desempenhos intergrupos, e ainda a existência de programas públicos de atividade física (BANKOFF et al., 2005). Foram coletados dados referentes a gênero, idade, nível de escolaridade, classe social e atividade profissional. Aliado ao conceito de qualidade de vida desenvolve-se o de estilo de vida, relacionado aos gostos e preferências assumidos por pessoas ou grupos de pessoas. Qualidade e estilo de vida vão, juntos, balizar as ações dos indivíduos ao longo de sua existência.

Estudos de grande penetração e impacto no campo da educação física, como os empreendidos por Nahas (2001) e por Guedes e Guedes (2001), consideram relevante a influência de fatores ambientais e econômicos na adoção de estilos de vida ligados à prática de atividades físicas, porém quase sempre colocam em um patamar superior as características da personalidade e da vontade pessoal como preponderantes na aderência ou manutenção de programas de atividade física.

Nahas (2001, p. 15) comenta:

[...] mais do que nunca é grande o impacto dos hábitos de vida e do estilo de vida em nossa saúde. As pesquisas mostram que as mudanças comportamentais podem ser muito efetivas na área da preservação e controle de doenças associadas à inatividade, referidas como doenças hipocinéticas.

Esse enfoque privilegia a vontade, a decisão consciente, como o principal fator desencadeador da adoção de hábitos. “A decisão de usar ou não o fumo, o álcool e as drogas só depende da nossa vontade, apesar de ser mais fácil decidir sobre o uso ou não desses elementos do que quebrar tais hábitos indesejáveis” (NAHAS, 2001, p. 14).

Em sua abordagem a respeito da construção do estilo de vida Nahas (2001) destaca fatores como nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e controle do estresse na construção de um instrumento avaliativo do estilo de vida expresso em um gráfico de fácil visualização e amplamente utilizado em trabalhos acadêmicos e por profissionais atuantes no campo do *fitness*, denominado Pentáculo do Bem-estar (NAHAS; BARROS; FRANCALACCI, 2000).

Considerando existirem dificuldades significativas em sair de um estilo de vida sedentário para um estilo centrado na atividade física regular, Nahas (2001, p. 17) encoraja a quebra das barreiras com acento na determinação pessoal: “E lembre-se: mudanças no estilo de vida não são fáceis de realizar e dependem da nossa vontade, do apoio de familiares e amigos e das informações e oportunidades que nos são oferecidas”.

Para Nahas (2001), embora ele destaque o caráter multifatorial (influências socioambientais, por exemplo) na constituição de um estilo de vida relacionado à atividade física, são as decisões de cunho pessoal e baseadas em uma análise racional que determinam o engajamento em programas de exercícios ou a participação regular em práticas esportivas.

Antecipando considerações da próxima seção, introduzimos uma abordagem oriunda das Ciências Sociais proposta por Pierre Bourdieu na perspectiva da teoria da construção do *habitus*. Esse autor reluta em atribuir essa dimensão racional e objetiva à dimensão da construção do estilo de vida, insistindo na influência de uma “pré-consciência” (se assim podemos rotulá-la) enraizada nos valores de classe e no espaço ocupado pelo indivíduo na classe ou fração de classe, pela identidade social incorporada, pela gestualidade corporal inscrita, definindo habilidades e disposições para o sedentarismo ou vida ativa,

Se é necessário reafirmar, contra todas as formas de mecanismo que a experiência comum do mundo social é um conhecimento, não deixa de ser mesmo importante de perceber, contra a ilusão da geração espontânea da consciência a que estão reduzidas tantas

teorias da **tomada de consciência** (grifo no original), que o conhecimento primeiro é irreconhecimento, reconhecimento de uma ordem que está estabelecida também nos cérebros. Os estilos de vida são assim os produtos assistemáticos do *habitus* que percebidos em suas relações mútuas segundo os esquemas do *habitus* tornam-se sistemas de sinais socialmente qualificados-como distintos, vulgares, etc. (BOURDIEU, 2007, p. 164, grifos do autor).

Os estudos de Guedes e Guedes (2001) citados acima enfatizam menos a vontade e a decisão pessoal para a adoção de estilos de vida ativa e mais a experiência escolar, atribuindo à escola a maior parcela de responsabilidade pela construção de uma cultura da atividade física: “Presumivelmente, jovens quando estimulados de maneira adequada à prática da atividade física tendem a desenvolver conhecimentos, habilidades, atitudes e hábitos que podem elevar a probabilidade de torná-los ativos fisicamente quando adultos” (GUEDES; GUEDES, 2001, p. 33).

Para esses autores, a escola, como formadora de hábitos secundários, tem como objetivo incentivar a adoção de práticas que levem à formação de um estilo de vida em uma perspectiva de educação continuada, embora do ponto de vista investigativo prefiram estudos descritivos e quantitativos.

Nessa abordagem preliminar procurou-se apresentar uma síntese da visão majoritária a respeito dos estudos sobre estilos de vida, qualidade de vida e saúde propostos pela área da educação física, encontrando-se a predominância de estudos descritivos e/ou quase experimentais, os quais apresentam dados de ordem fisiológica (pressão arterial, composição corporal, etc.), descrição de dietas e rotinas diárias de atividade física (quantificação de gasto e ingestão calóricos) e de outros hábitos como consumo de cigarro e álcool, além de tentativas de explicação da permanência de programas de atividade física (denominada de aderência) que levam em consideração a estrutura e organização das instituições, academias, clubes, programas oficiais e parques públicos.

### A COMPLEXIDADE DA INVESTIGAÇÃO SOBRE ESTILOS DE VIDA E ATIVIDADE FÍSICA

Os estudos dos gostos e estilos de vida por intermédio de abordagens socioculturais levantam indagações e questionam o pressuposto dos argumentos e das teses centrados na capacidade individual de decidir conscientemente quanto à adoção de hábitos de prática esportiva ou à inclusão dos exercícios físicos nas rotinas dos indivíduos.

Situa-se como uma obra de referência no âmbito da sociologia das práticas corporais o trabalho de Boltanski, editado no Brasil pela primeira vez em 1979. Analisando as relações entre a estrutura das classes sociais e as preferências esportivas ou de práticas de atividades físicas, Boltanski identifica fatores como renda, instrução, profissão, crenças, etc. como determinantes na construção de estilos de vida:

À medida que se sobe na hierarquia social, que cresce o nível de instrução e decresce correlativamente e progressivamente o volume de trabalho manual em favor do trabalho intelectual, o sistema de regras que regem a relação dos indivíduos com o corpo também se modifica (BOLTANSKI, 1984, p. 168).

Palma e Bagrichewski (2005, p. 180) trazem à tona uma visão de caráter social na busca do entendimento da adesão ou rejeição à atividade física regular:

A noção de comportamento de risco tem um caráter reducionista, por não considerar cada contexto socioeconômico-cultural singular no qual as pessoas vivem. Além disso, imputa ao indivíduo a total responsabilidade por sua doença transformando-o de vítima em culpado [...]. Por outro lado, uma abordagem conceitual, a partir da noção de vulnerabilidade, procura compreender que os riscos à saúde dizem respeito às iniquidades sociais, embora passem também por fragilidades individuais.

Teorias utilizadas em Sociologia do Esporte, sejam elas funcionalistas, críticas ou interacionistas (COAKLEY, 1990), enfocam principalmente a participação dos grupos e dos valores sociais como de grande relevo na formação dos hábitos e dos estilos de vida.

O sociólogo francês Pierre Bourdieu analisou a construção do hábito criticando a ideia da racionalidade e das escolhas individuais. Em seus estudos procurou relacioná-lo às experiências escolares, estendendo sua investigação aos campos dos gostos estéticos e gastronômicos e voltando-se, no final da década de 70, à análise das práticas esportivas. Em seus trabalhos utilizou o conceito *habitus*, originário do pensamento de Aristóteles e da Escolástica medieval, especialmente da *Suma Teológica*, de São Tomás de Aquino. Este conceito se insere em sua teoria da produção social dos agentes e de suas lógicas de ação. De acordo com sua visão, o *habitus* garante a coerência entre a sociedade e o indivíduo, fornecendo a articulação e a mediação entre as esferas individual e coletiva.

A vida em sociedade supõe que o indivíduo seja socializado. Socialização corresponde ao conjunto dos mecanismos pelos quais os indivíduos realizam a aprendizagem das relações sociais entre os homens e assimilam as normas, os valores e as crenças de uma sociedade ou de uma coletividade. As normas designam as regras e usos socialmente prescritos, caracterizando as práticas de uma coletividade ou de um grupo específico: linguagem, regras de polidez, comportamentos corporais, etc. Fazer ou não parte de um ou de outro grupo social dependerá do processo de socialização.

Valores aos quais os indivíduos se conformam são atitudes, práticas ou maneiras de ser, agir e pensar consideradas como estimáveis e desejáveis, ou seja, “ideais mais ou menos formalizados que orientam as ações e os comportamentos de uma sociedade ou de um grupo social” (BONNEWITZ, 2003, p. 76). Gostar ou não de educação física, praticá-la regularmente, ter o hábito de realizá-la sistematicamente, são exemplos de um comportamento estimado ou desejado.

Para Pierre Bourdieu, a socialização é caracterizada pela formação do *habitus*, a que ele assim se refere:

[...] os condicionamentos associados a uma classe particular de condições de existência produzem *habitus*, sistemas de disposição duradouros e transponíveis, isto é, princípios geradores e organizadores de práticas e representações. Os hábitos podem ser objetivamente adaptadas ao seu objetivo sem supor a visada consciente de fins e o controle expresso das operações necessárias para atingi-los, sem ser em nada o produto da obediência a regras e sendo tudo isso, coletivamente orquestradas sem ser o produto da ação organizadora de um maestro (BONNEWITZ, 2003, p. 76).

Analisemos mais detidamente os elementos essenciais da definição de *habitus* de Bourdieu.

- a) São sistemas de disposição duradouros, ou seja, possuem significativo grau de permanência, continuidade e estabilidade. Estão assimilados e introjetados no inconsciente. Não se trata, pois, de eventos, campanhas, festas, feiras periódicas para se promover a atividade física, os quais são transitórios e passageiros.
- b) São sistemas de disposições transponíveis, isto é, são passados de geração a geração. Geralmente crianças originárias de famílias em que os pais têm o hábito de praticar atividades físicas regulares possuem maior probabilidade de realizar atividades físicas.
- c) O *habitus* não supõe a visada consciente de fins nem supõe o controle expresso. Uma situação é praticar atividades físicas regulares em virtude de recomendações ou prescrições de profissionais da saúde, outra, bem diferente, é ter a atividade física como parte constituinte ao longo de sua vida.

As disposições são atitudes e inclinações para perceber, sentir, fazer e pensar interiorizadas pelos indivíduos em razão de suas condições objetivas de existência, as quais funcionam como princípios inconscientes de ação, percepção e reflexão. Dois elementos merecem maior atenção: a interiorização e a inconsciência da ação.

A interiorização constitui um mecanismo essencial do processo de socialização: os comportamentos e os valores aprendidos devem ser considerados óbvios, inconscientes, quase

instintivos; ela permite que o indivíduo aja sem ser obrigado a lembrar-se explicitamente das regras que é preciso observar para agir. Assim, comportamentos cotidianos (higiene corporal, estilos de vestir, modos à mesa etc.) são produtos de uma longa inculcação que se instala de maneira indelével, muitas vezes sem questionamento reflexivo sobre o acerto ou a justificativa de tais atos. Refletem e reproduzem os valores morais e culturais de um determinado grupo ou segmento social.

O *habitus* possui dois componentes: o *ethos* e a *hexis*. O *ethos* corresponde às formas interiorizadas e não conscientes da moral que regulam a conduta cotidiana: são os esquemas de ação, pensamento e sentimento inconscientes. A *hexis* corresponde às posturas, às disposições do corpo, interiorizadas pelo indivíduo ao longo de sua história. Diferentes culturas corporais correspondem a diferentes *hexis*. O antropólogo Marcel Mauss (1974, p. 212) escreveu sobre as técnicas corporais onde demonstrou que diferentes sociedades possuem diferentes posturas corporais: “O caminhar, a natação, todas as espécies de coisas deste tipo, são específicas de sociedades determinadas; os polinésios não nadam como nós, minha geração não nadou como nada a geração atual.

O *habitus* é, simultaneamente, a referência pela qual percebemos a realidade e o produtor de nossas práticas. Gostar ou não de educação física, preferir futebol a voleibol, natação ou boxe - são produtos do *habitus*. Do mesmo modo, andar com o tronco erguido ou curvado, gostar de esportes de maior confronto ou de maior leveza, preferir musculação a dança, são também manifestações da *hexis* corporal.

A intensidade das aquisições e da aprendizagem varia de acordo com vários fatores sociais. Um deles é a idade. Distinguem-se a socialização primária, ou socialização da criança, e as socializações secundárias, processos de aprendizagem e adaptação dos indivíduos ao longo de suas vidas. Habituar crianças a praticar atividades físicas regulares distingue-se da construção do hábito entre adultos.

Entre todas as ações pedagógicas que sofremos, as mais decisivas são as mais precoces, as que aprendemos durante a infância, as quais tiveram como resultado inculcar-nos um

*habitus* primário, o qual é constituído das disposições mais antigamente adquiridas, logo, as mais duradouras. O grupo familiar desempenha um papel preponderante na socialização primária.

Para entendermos o desejo ou não das pessoas de praticar atividades físicas regulares devemos considerar as relações familiares, levando em conta os aspectos socioculturais - como o nível educacional, a ocupação, a renda, etc. Os grupos de amigos e a forma da relação entre seus membros influenciam as escolhas pessoais.

Fenômenos recentes como os crescentes índices de obesidade na sociedade, em especial a obesidade infantil, não podem ser analisados exclusivamente do ponto de vista de uma relação entre ingesta calórica e dispêndio energético. Valores e percepções que os distintos grupos sociais possuem sobre os hábitos alimentares e o trabalho físico interferem neste processo.

Ora, toda família ocupa uma posição no espaço social, a qual influencia os esquemas de percepção e de ações transmitidos. Receber uma educação é, em regra geral, receber uma educação ligada a uma posição de classe ou a um grupo específico.

Pensemos, por exemplo, nos estudos sobre o abandono das práticas esportivas e dos jogos tradicionais pelas crianças e sua substituição pelos brinquedos eletrônicos. Muitos desses trabalhos não refletem suficientemente acerca da importância que certas famílias atribuem a esses brinquedos. A escolha não deriva exclusivamente de uma razão puramente individual. Muitas vezes jogos e brinquedos eletrônicos são vistos como sinônimo de modernidade, uma preparação precoce da criança para o fascinante mundo da informática, permitindo acumular, assim, um capital cultural indispensável ao sucesso profissional futuro.

Da mesma forma, diferentes grupos sociais possuem diferentes motivos e expectativas para se inserirem nesta ou naquela modalidade esportiva. Para grupos de diferentes capitais econômicos a inserção no mundo do esporte se dá por diferentes razões, muitas vezes, por uma razão instrumental e objetiva. Por exemplo, no caso das lutas, o objetivo pode ser ensinar a criança a se defender ou a sublimar um comportamento agressivo, ou mesmo uma escolha profissional. No caso da natação, as

escolhas podem superar enfermidades respiratórias ou propiciar a aquisição de práticas saudáveis. Grupos de elevado capital econômico dificilmente incorporam essas atividades físicas como estilo de vida, passando a um nível de profissionalização.

Seguindo o mesmo pensamento, o nível de aderência ou, em outros termos, o grau de investimento pessoal regular e constante, ou irregular e esporádico, em atividades físicas encontra-se fortemente associado às percepções do *habitus* dos agentes envolvidos.

Bourdieu propõe que sejam consideradas a estrutura e as estratificações sociais na análise das escolhas das inúmeras práticas esportivas existentes. Interferem nessas escolhas a classe, o sexo, a idade, o lugar da prática (público ou privado), a qualidade e sofisticação dos equipamentos, a tradição da modalidade, a quantidade de tempo livre, os resultados esperados relacionados à profissionalização, ao lazer ou à saúde, a necessidade de parcerias ou a exigência de realização solitária, o domínio prévio das habilidades exigidas e muitos outros fatores sociais. São infundáveis as segmentações sociológicas, as quais demandarão do pesquisador análise acurada e de grande especificidade.

É assim que o *habitus* pode ser considerado como um mecanismo de interiorização da exterioridade: interiorizamos as propriedades ligadas às diferentes posições no espaço social. Sujeitos situados em condições sociais diferentes vão adquirir hábitos diferentes.

À medida que o hábito primário é inscrito num agente, este tende a perceber as experiências novas em função destas primeiras experiências, de tal modo que as disposições já adquiridas condicionam a aquisição posterior de novas disposições. Assim, sobre o *habitus* primário enxertam-se, ao longo da vida do agente, *habitus* secundários, entre os quais é preciso sublinhar a importância particular do *habitus* escolar, que vem, em regra geral, continuar e dobrar o *habitus* familiar.

O *habitus* é uma estrutura interna sempre em via de reestruturação. É o produto de nossa experiência passada e presente, o que mostra que ele não é totalmente congelado. Isto implica que nossas práticas e representações não são totalmente determinadas, uma vez que os agentes fazem escolhas. Mudanças nas trajetórias de vida levam a alterações nos gostos.

A ascensão de um indivíduo de uma classe social a outra pode conduzir à alteração de seus hábitos esportivos: o novo-rico, que antes praticava esportes socialmente considerados de classe baixa (boxe, atletismo), pode vir a praticar modalidades esportivas socialmente consideradas de elite (golfe, tênis, polo), na tentativa de distinguir-se no novo meio; todavia, a partir de conclusões de Bourdieu, essas novas práticas estarão impregnadas da marca do *habitus* de classe de origem, configurando, por exemplo, uma forma diferente de participação. Um operário que ascende a um cargo de gerente possivelmente jogará o tênis com maior empenho na vitória, diferenciando-se do sujeito de elite que tem no *fair-play* sua distinção.

Os investimentos na imagem corporal também estarão mediados pelo *habitus*, influenciando nas preferências ou nas expectativas de resultados daqueles engajados em atividades físicas e esportes. Em seus trabalhos junto à população francesa Bourdieu avalia gostos e preferências na escolha de modalidades de prática física, e suas conclusões talvez possam ser aplicadas a um estudo em populações brasileiras.

Nesse sentido, assim Bourdieu (2007, p. 198) se expressa:

Pelo fato de que os agentes apreendem os objetos através dos esquemas de percepção e de apreciação de seus *habitus*, seria ingênuo supor que todos os participantes do mesmo esporte - ou de qualquer outra prática - conferem o mesmo sentido à sua prática ou, até mesmo praticam, propriamente falando a mesma prática [...]. E apesar de existirem casos em que não há equívoco em designar a função dominante da prática não se tem jamais o direito de supor que a expectativa das diferentes classes esperem a mesma coisa da mesma prática: assim por exemplo, pode-se exigir da ginástica - aliás essa é a demanda popular satisfeita pelo culturismo, a produção de um corpo forte e que exiba sinais exteriores de sua força ou, então, um corpo saudável - essa é a demanda burguesa que encontra satisfação em uma ginástica com função essencialmente higiênica - ou ainda com as novas ginásticas, um corpo liberado - essa é a demanda característica das mulheres das novas

frações da burguesia e da pequena burguesia.

Essa constatação talvez pudesse explicar a demanda maior, por parte de certos segmentos de público, de atividades de musculação em detrimento das atividades de condicionamento cardiovascular; ou ainda, a caracterização de certas faixas etárias como potenciais consumidores de atividades descritas como alternativas, como a yoga, o pilates e todas aquelas com ênfase no equilíbrio corporal, na espiritualização da prática, na sensação de bem-estar.

Este artigo não pretende afirmar a proposta teórica de Bourdieu como a melhor ou a mais adequada na investigação da construção dos estilos de vida ativo, porém salienta que a ele tem recorrido um número expressivo de autores brasileiros oriundos do campo da educação física, analisando, por exemplo, a constituição do campo esportivo do voleibol (PRONI; LUCENA, 2002), e ainda sociólogos com propostas de pontos de referência para a análise dos estilos de vida esportivos como Rodrigues (2005, p. 115), para quem “O trabalho do sociólogo consiste em identificar as propriedades socialmente pertinentes que criam uma afinidade entre um determinado esporte e os interesses, os gostos e as preferências de uma categoria social definida”.

Na busca de investigação de referenciais teóricos no universo das Ciências Sociais que possam de maneira criteriosa fornecer pistas para o entendimento do fenômeno da constituição do hábito esportivo, também Medeiros (2006, p. 6) serve-se da proposta de Bourdieu, chegando a propô-la como instrumento preciso e eficiente,

Buscando colaborar para uma compreensão de um tipo instrumental de análise sociológica, aponta-se para as contribuições analíticas e para a exploração e possibilidades desse instrumental como uma **caixa de ferramentas** (grifo da autora) que o pesquisador pode dispor a partir de suas estratégias de pesquisa assegurando a pertinência do método com relação ao objeto a ser estudado [...]. Por fim destaca-se que segundo Wacquant (2004) a noção de habitus em Bourdieu é em primeiro lugar e acima de tudo, um modo estenográfico de designar uma postura de

investigação, apontando um caminho para escavar as categorias implícitas por meio das quais as pessoas montam continuamente o seu mundo vivido, por isso, pode informar a partir de pesquisas empíricas de observação contínua, a constituição social dos agentes em uma variada gama de quadros institucionais.

Dessa forma a crítica que o estudo procura esboçar é a de que os procedimentos utilizados com maior frequência na investigação da formação dos hábitos de vida ativa, usualmente utilizando questionários ou procedimentos descritivos, deixam de abordar e avaliar características fundamentais, como as diferentes percepções estruturadas pelo hábito de classe ou de outras estratificações sociais, as quais são imprescindíveis, na concepção de Bourdieu, para entender às preferências, gostos e estilos de vida, muitas vezes reputados a uma escolha racional e estritamente pessoal.

## CONCLUSÃO

O sedentarismo e suas consequências para a saúde passaram a ser, a partir da segunda metade do século XX, uma das preocupações centrais da investigação em educação física e do campo da medicina preventiva. A despeito do crescimento do conhecimento científico sobre as alterações morfofisiológicas provocadas pela prática regular e sistemática de atividades físicas, do aumento e facilidade do acesso à informação por parte da população e de uma produção crescente de bens e serviços ligados à aquisição de saúde e beleza relacionados ao exercício físico, continuam a crescer as estatísticas de enfermidades relacionados a uma vida pouco ativa e cada vez mais passiva quando se fala de atividade física.

A característica metodológica dos estudos realizados tem utilizado técnicas como questionários e observações descritivas em que, na maior parte das vezes, o investigado relata suas experiências e manifesta suas preferências por esta ou aquela atividade, ou mesmo as razões pelas quais não se engaja em programas de atividade física. Existem outros estudos de característica fenomenológica que a partir da descrição minuciosa propõem conclusões sobre o mesmo tema.

A originalidade da proposta de Pierre Bourdieu chama a atenção para a necessidade de utilizar uma vertente de investigação baseada no conceito de *habitus*, em que as preferências ou escolhas individuais serão avaliadas levando-se em consideração a definição de diferentes estruturas sociais e dos conceitos de *hexis*, *ethos* e elementos estruturais (local, tempo de prática, tempo livre, etc.).

O papel da escolha pessoal racional e individual será questionado não em sua totalidade, mas à luz de uma interiorização da exterioridade, isto é, levando-se em conta as estruturas de valores

familiares (na socialização primária) e das instituições externas, (principalmente a escola) na socialização secundária.

Os estudos sobre preferências esportivas, estilos de vida ativo ou sedentário, aderência e abandono de programas de atividade física se enriquecerão ao incorporarem as proposições de Bourdieu, principalmente se os objetivos desses estudos colocarem-se na perspectiva de sugerir intervenções no plano social macro (políticas públicas), ou na atuação individual do profissional da atividade física.

---

## INVESTIGATING THE CONSTRUCTION OF SPORTIVE LIFE STYLE THROUGH PIERRE BOURDIEU'S CONCEPT OF *HABITUS*

### ABSTRACT

The procedures used more often in the investigation of active life habits formation do not approach or evaluate fundamental characteristics, such as the different perceptions structured by class habit or by other social stratifications, that are essential in Bourdieu's conception to understand the preferences, tastes and life styles, frequently reputed to a rational and strictly personal choice. The originality of Pierre Bourdieu's proposal calls attention to the need of using a kind of investigation based on the concept of *habitus*, in which the individual preferences or choices will be evaluated taking in consideration the definition of different social structures, and the concepts of *hexis*, *ethos* and structural elements (place, time of practice, free time, etc.).

**Keywords:** Life styles. Qualitative research.

---

### REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ACADEMIAS. **Uma breve panorâmica sobre a indústria do fitness.**

Disponível em:

<[http://www.site.acadbrasil.com.br/mostra\\_noticia.asp?id=15](http://www.site.acadbrasil.com.br/mostra_noticia.asp?id=15)>. Acesso em: 10 mar. 2009.

BANKOFF, A.; BÁFERO, A.; DAVID, L.T. P.;

CRIVELLI, D. M.; ZAMAI, C. A. Estudo do perfil de municípios do Estado de São Paulo sobre espaços físicos e projetos voltados à saúde da população. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo de Pinhal, SP, v. 5, n. 7, p. 76-95, jul./dez. 2005. Disponível em:

<http://www.unipinhal.edu.br/movimentopercepcao/viewarticl.php?id=56&layout=abstract>. Acesso em : 20 out. .2008

BARBOSA, A. R.; LEBRÃO, M.; MARUCCI, M. F.

Prevalência de inatividade física em idosos do município de São Paulo. **Lectura: EF y Deportes**, Revista Digital, Buenos Aires, ano 11, n. 105, fev. 2007. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd105/prevalencia-de-inatividade-fisica-em-idosos.htm>. Acesso em: 20 out. 2008

BIDDLE S. Sport and Exercise Motivation: a Brief Review of Antecedent Factors and Psychological Outcomes of Participation. **Physical Education Review**, [S.l.], no. 1, p. 98-110, 1992.

BOLTANSKI, L. **As classes sociais e o corpo**. Rio de Janeiro: Graal, 1984.

BONEWITZ, P. **Primeiras lições sobre a sociologia de Pierre Bourdieu**. Petrópolis: Vozes, 2003.

BOURDIEU, P. **A distinção: crítica social do julgamento**. São Paulo: Edusp; Porto Alegre: Zouk, 2007.

BOURDIEU, P. **Coisas ditas**. Rio de Janeiro, 2004.

BRACCO, M. M.; COLUGNATI, F. A. B.; PRATT, M.; TADDEI, J. A. A. C. Modelo hierárquico multivariado da inatividade física em crianças de escolas públicas, **Journal Pediatrics**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 82, p. 302-307, 2006.

BRASIL. Ministério dos Esportes. **Projetos esportivos sociais 2007-2008**. Disponível em: <

<http://portal.esporte.gov.br/snee/esportesocial/>>. Acesso em: 16 mar. 2009. (O EDITAL PARA INSCRIÇÃO DE PROJETOS ESPORTIVOS-SOCIAIS 2007-2008, foi publicado no Diário Oficial do dia 12 de abril de 2007.)

COAKLEY, J. J. **Sport in Society, Issues and Controversy**. New York: Brown & Benchmark, 1990.

COSTA, Lamartine Pereira da (Org.). **Atlas do esporte no Brasil: atlas do esporte, educação física e atividades físicas de saúde e lazer no Brasil** Rio de Janeiro: Shape, 2005.

DISHMAN RK. **Exercise adherence: Its Impact on public health**. Champaign: Human Kinetics, 1998.

FARIAS, E. S.; SALVADOR, M. R. D. Antropometria, composição corporal e atividade física de escolares. **Revista Brasileira Cineantropometria Desenvolvimento Humano**, Florianópolis, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2005.

FITNESS BRASIL. **Segmentar para diferenciar-se**. Disponível em:

<[http://www.fitnessbrasil.com.br/novo\\_site/news\\_detalhe.asp?Id=517](http://www.fitnessbrasil.com.br/novo_site/news_detalhe.asp?Id=517)>. Acesso em: 10 mar. 2009.

- GLANER, M. F. **Crescimento físico e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes rurais e urbanos**. 2002. Tese (Doutorado em Ciência do Movimento Humano) -Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2002.
- GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. esforços físicos nos programas de educação física escolar. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 1, n. 15, p. 33-44, jan./jun. 2001.
- IBGE. **Perfil dos Municípios**, 2003. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/presidencianoticias>>. Acesso em: 23 mar. 2006.
- MATSUDO, V. K. R. Sedentarismo: como diagnosticar e combater a epidemia. **Diagnóstico e Tratamento**, São Paulo, v. 2, n.10, p. 109-110, abr./jun. 2005.
- MAUSS, M. **Sociologia e Antropologia**. São Paulo: EPU, 1974.
- MEDEIROS, C. C. O conceito de habitus em Bourdieu e as análises sociológicas do esporte: exploração e possibilidades de um instrumental teórico-metodológico. In: CONGRESSO NACIONAL DE HISTÓRIA DO ESPORTE, LAZER, EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA COMUNICAÇÃO ORAL, 10., 2006, Curitiba. **Comunicação oral...** Curitiba, 2006. Disponível em: <<http://buscatextual.cnpq.br/buscatextual/visualizacv.jsp?id=K4700428P7#ProducaoCientifica>>. Acesso em: 9 mar. 2009.
- MELLO, M. T de; FERNANDEZ, A. C.; TUFIK, S. **Levantamento epidemiológico da prática de atividade física na cidade de São Paulo**. Disponível em: <<http://www.scf.unifesp.br>>. Acesso em: 8 ago. 2008.
- MONTEIRO, C. A. et al. A Descriptive epidemiology of leisure-time physical activity in Brazil, 1996–1997. **Revista Panamericana Salud Publica**, Washington, D. C., v. 14, n. 4, 2003. Disponível em : <[http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1020-49892003000900005](http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1020-49892003000900005)>. Acesso em: 16 jul. 2009.
- NAHAS, M. V. ; BARROS, M. V. G. de ; FRANCALACCI, V. O pentáculo do bem-estar – base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista Brasileira Atividade Física & Saúde**, Londrina, v. 5, n. 2, p. 48-59, 2000.
- NAHAS, M. **Atividade física saúde e qualidade de vida**. Londrina: Midiograf, 2001.
- NUNOMURA M. Motivos de adesão à atividade física em função das variáveis idade, sexo, grau de instrução e tempo de permanência. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Londrina, v. 3, n.3 , p. 45-58, 1998.
- OKUMA S. S. Fatores de adesão e de desistência das pessoas aos programas de atividade física. In: SEMANA DA EDUCAÇÃO FÍSICA, 2., 1994. São Paulo. **Anais...** São Paulo: Departamento de Educação Física, Faculdade de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade São Judas Tadeu, 1994. p. 30-36.
- OWEN, N. L.; SALMON, L.; OTHERINGHAM, J. Environmental Determinants of Physical Activity and Sedentary Behavior. **Exercise Sport Science Review**, [S.l.], v. 28, n. 4, p. 153-158, 2000.
- PALMA, A.; BAGRICHEWISK, M. (Verbete). In: GONZÁLEZ, F.; FENSTERSEIFER, P. **Dicionário Crítico de Educação Física**. Ijuí: Ed da Unijuí, 2005. p. 179-181.
- PINHEIRO, C.; FERREIRA, C. Estilos de vida de jovens em idade escolar da cidade de Coimbra: tempo dedicado à prática de atividades físicas e desportivas. In: Congresso Português de Sociologia, 4., 2000, Coimbra. **Actas...** Coimbra: Universidade de Coimbra, 2000. p. 17-19.
- PRONI, M.; LUCENA, R. **Esporte história e sociedade**. Campinas, SP: Autores Associados, 2002.
- RODRIGUES, F. X. F. Pierre Boudieu: esquema analítico e contribuição para uma teoria do conhecimento na sociologia do esporte. **Sociedade e Cultura**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 111-125, jan./jun. 2005.
- SABA, F. **Aderência: a prática do exercício físico em academias**. São Paulo: Manole, 2001.
- TEIXEIRA, R. C.; MOLINA, M. C. B.; FLOR, D. S.; ZANDONADE, E.; MILL, J. G. Estado nutricional e estilo de vida em vegetarianos e onívoros. **ES. Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 131-143, mar. 2006.
- WANKEL, L. The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity. **International Journal Sport Psychology**, Canada. v.24, n.2, p. 151-169, Apr.-Jun.1993.

Recebido em 23/07/09  
Revisado em 20/02/10  
Aceito em 16/03/10

**Endereço para correspondência:** Luis Otávio Teles Assumpção. QRSW01, Bloco B07, Ap.305, Sudoeste, CEP 70675-127, Brasília-DF, Brasil. E-mail: luiso@pos.ucb.br