

# A Objetificação da Mulher *versus* o Empoderamento Feminino no *Pole Dance*

.Lívia Mendes .Teresa Silva Dias .Nuno Corte-Real



2020

Entender a diferença entre os posicionamentos é fundamental para o autoconhecimento da mulher e o seu papel no crescimento e desenvolvimento em sociedade



“Eu acabei de perguntar pro meu marido (que ta aqui na minha frente malhando), perguntei:  
- Quê que você acha se eu fizesse o pole dance?,  
Ele falou:  
- Aonde? Numa academia, num strip club? Eu acho que eu não ia gostar não...”

(Ma, NP, 34 anos)

“Eu acho que o maior problema é quando a pessoa que quer praticar, quer praticar como esporte e não quer ser o objeto. Aí, tipo, realmente no pole dance é um pouco mais difícil do que nos outros esportes. Eu acho...”

(Cr, NP, 26 anos)

“...mas eu acho que tem o sensual e tem o vulgar, né? E ai assim, se a pegada é uma coisa mais assim [mais vulgar], eu acho que ela acaba se objetificando, sim.”

(Ca, NP, 33 anos)

# A Objetificação da Mulher

- . A objetificação ocorre quando uma pessoa é colocada como objeto, ignorando as habilidades e capacidades humanas desta
- . As mulheres são as maiores vítimas deste fenômeno psicológico, se colocando na perspectiva de uma terceira pessoa e se auto-objetificando

## Consequências:

- . Monitoramento corporal habitual / de forma rotinizada e como obsessão
- . Excesso de vergonha e ansiedade
- . Depressão
- . Estresse
- . Baixa autoestima



# A Mulher no Desporto

## *.Diferença de género*



---

Em desportos competitivos, existem diferenças significativas entre homens e mulheres

---

Em Portugal, observa-se sequelas do regime político ditatorial e também de cultura sexista da época

---

O baixo índice de representatividade de atletas do sexo feminino na mídia acaba por ocasionar a falta de modelos femininos na mídia digital

# A Mulher no Desporto *.Empoderamento*



---

Promove a igualdade de género e o empoderamento feminino

---

Pode proporcionar acesso às mulheres em espaços onde elas podem se reunir e desenvolver habilidades

---

Causa uma conscientização fundamental ao empoderamento feminino, tanto no desporto quanto na sociedade

# A Mulher e o Desporto *.Objetificação*

---

O empoderamento se tornou um atrativo para a cultura que objetifica e sexualiza mulheres

---

O assédio pode ter grande influência no abandono do desporto por parte das meninas

---

Ao invés de enxergar o *Pole Dance* como uma forma de objetificação feminina, podemos reconhecer e analisar a habilidade, o trabalho pesado e a arte que estão presentes no *Pole Dance*



# Benefícios Físicos da Modalidade Desportiva do *Pole Dance*



Pode gerar uma melhoria da resistência cardiorrespiratória

Melhora na força muscular, na composição corporal e na flexibilidade

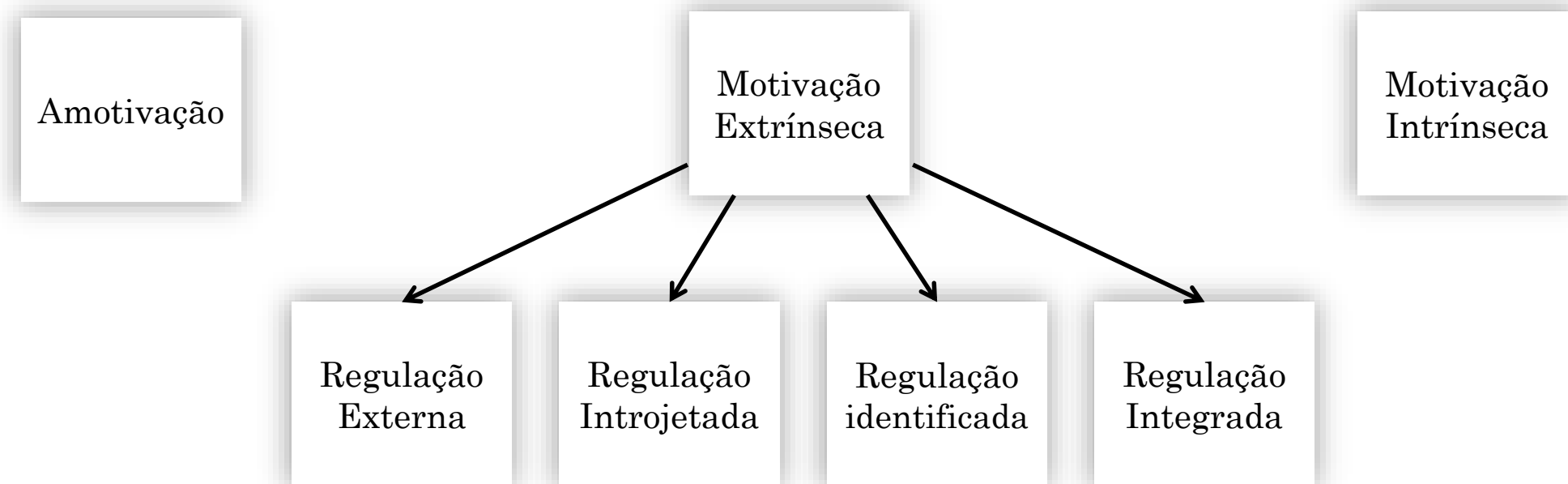
O percentual de gordura em atletas de *pole dance* foi significativamente menor, comparado com mulheres não treinadas. A redução de gordura resulta em um aumento relativo da força

(Nicholas et al., 2019/ NACZK et al..2020)





# Teoria da *Autodeterminação*



“...pra além disso tudo, foi uma maneira de manter-me em forma sem perceber que estava a exercitar-me, porque na verdade eu estou só a me divertir...”

(In, P, 30 anos)





# Objetivos

Perceber a visão da sociedade sobre o *Pole Dance*, especificamente na vida das mulheres (praticantes e não praticantes):

---

Comparar o imaginário cultural e a realidade no *Pole Dance*

---

Desmistificar imagens preconcebidas encontradas na sociedade

---

Mostrar os benefícios da modalidade desportiva na saúde física e emocional da mulher

# Metodologia do Estudo

- . Metodologia Qualitativa
- . Recolha de dados através de Grupos Focais
- . Análise de Conteúdo com auxílio do Software Nvivo

---

Devido à pandemia do Covid-19, o número de grupos focais realizado foi inferior ao previsto inicialmente; os grupos focais foram feitos através da plataforma Zoom



# Grupos Focais

- . Dois Grupos Focais (1 praticantes + 1 não praticantes)
- . 20 participantes (total)
- . Mulheres entre 26 e 48 anos
- . Diferentes países de residência (Portugal, Brasil, Colômbia e EUA)





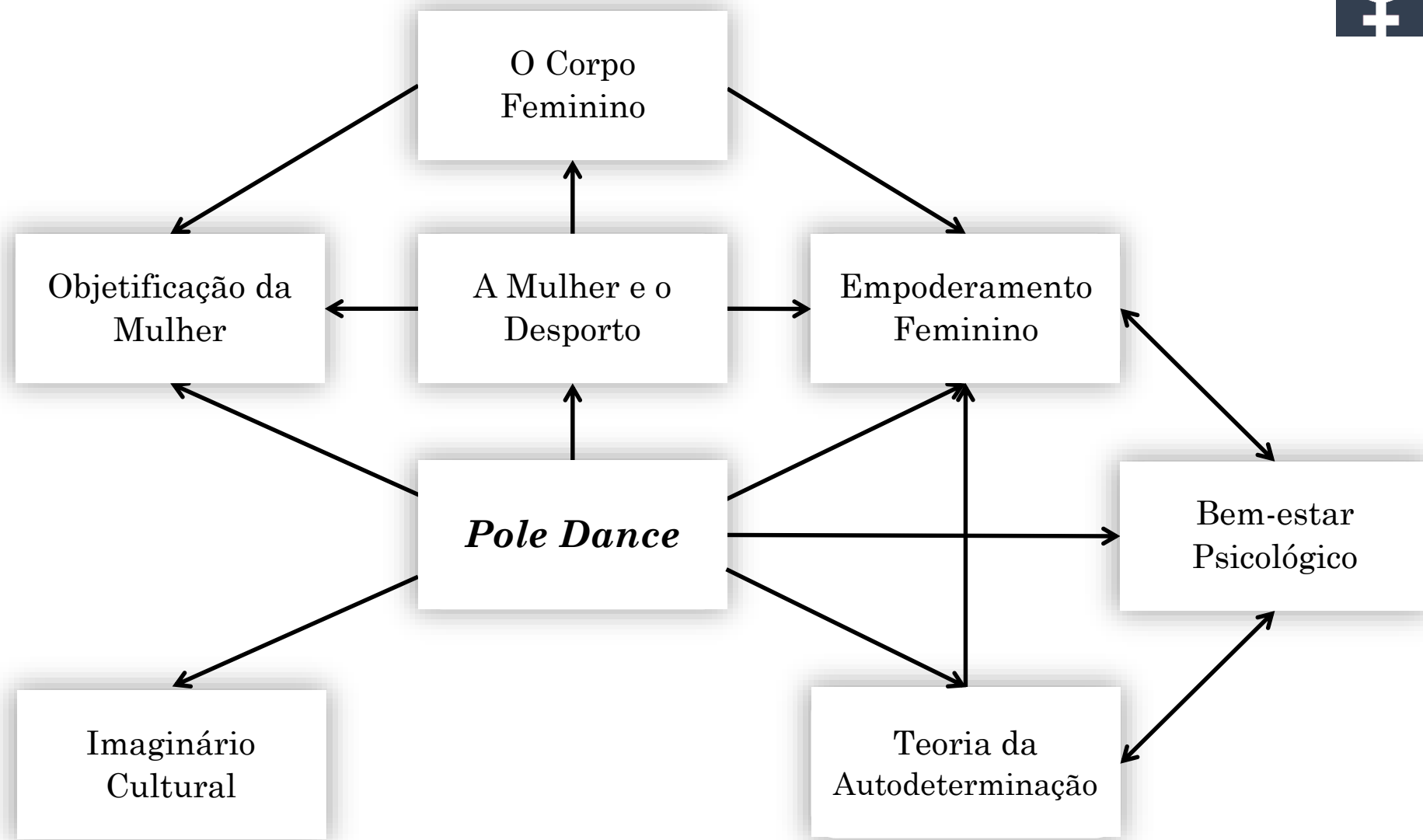
---

Guião dos grupos focais abordou temas relacionados:

- . a motivação para a prática do Pole Dance,
- . as mudanças físicas e psicológicas,
- . o *Pole Dance* na sociedade – (pre)conceitos e evolução,
- . a prática da modalidade (estrutura) e
- . o relacionamento entre as praticantes

---

O estudo contemplou ainda a realização de uma entrevista com a pesquisadora australiana Joanna Nicholas, que desenvolve trabalho sobre o pole dance

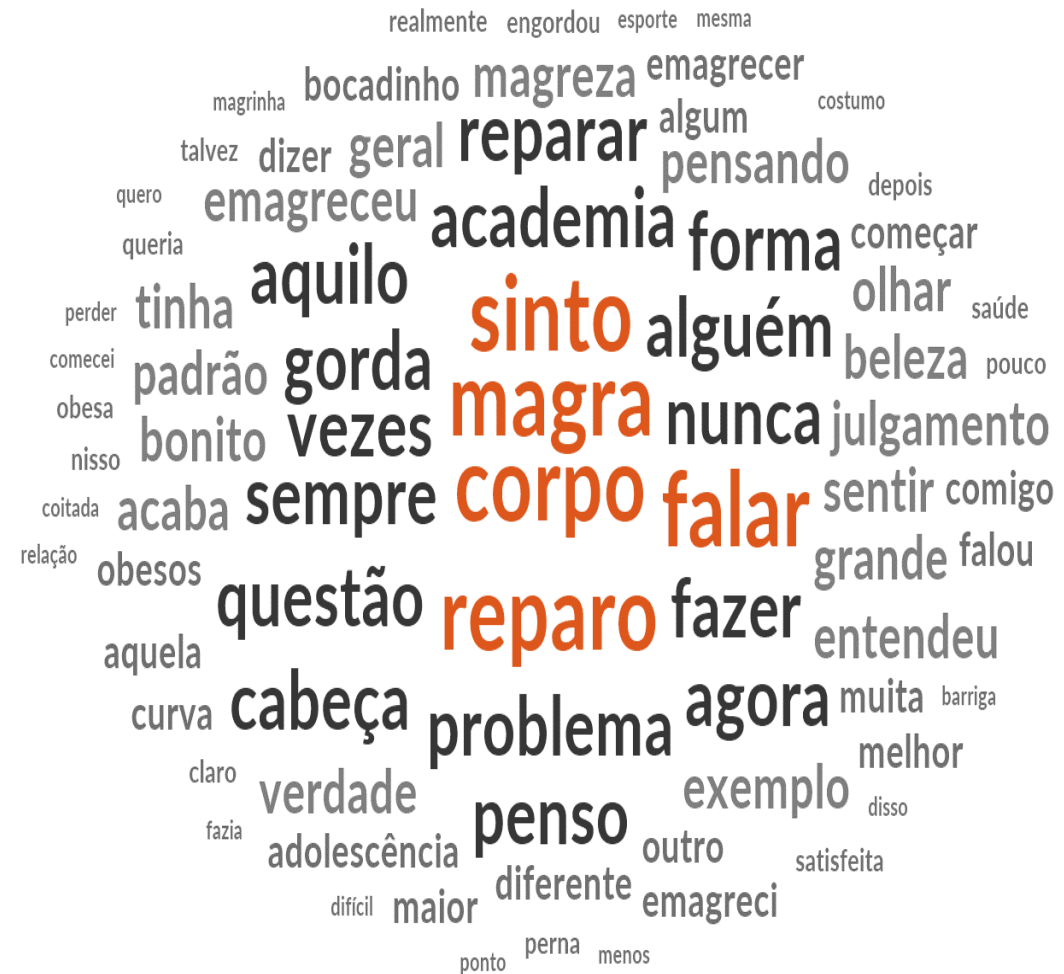


# A Mulher no Desporto .*Corpo*



Os conceitos de beleza geram um ódio pela própria aparência, obsessões com o físico, medo do envelhecimento e de perder o controle

(Wolf, 1992)



# Corpo

“Mesmo quando eu flutuo muito de peso, eu sempre tenho muita barriga. Então isso sempre me faz sentir mal. Eu adoraria não me sentir. Eu acho que tipo, pensando racionalmente, cada pessoa tem seu corpo e eu vejo várias pessoas que são gordinhas ou barrigudas ou qualquer coisa que eu acho muito bonitas, mas comigo, não consigo me sentir assim.”

(Lu, NP, 33 anos)

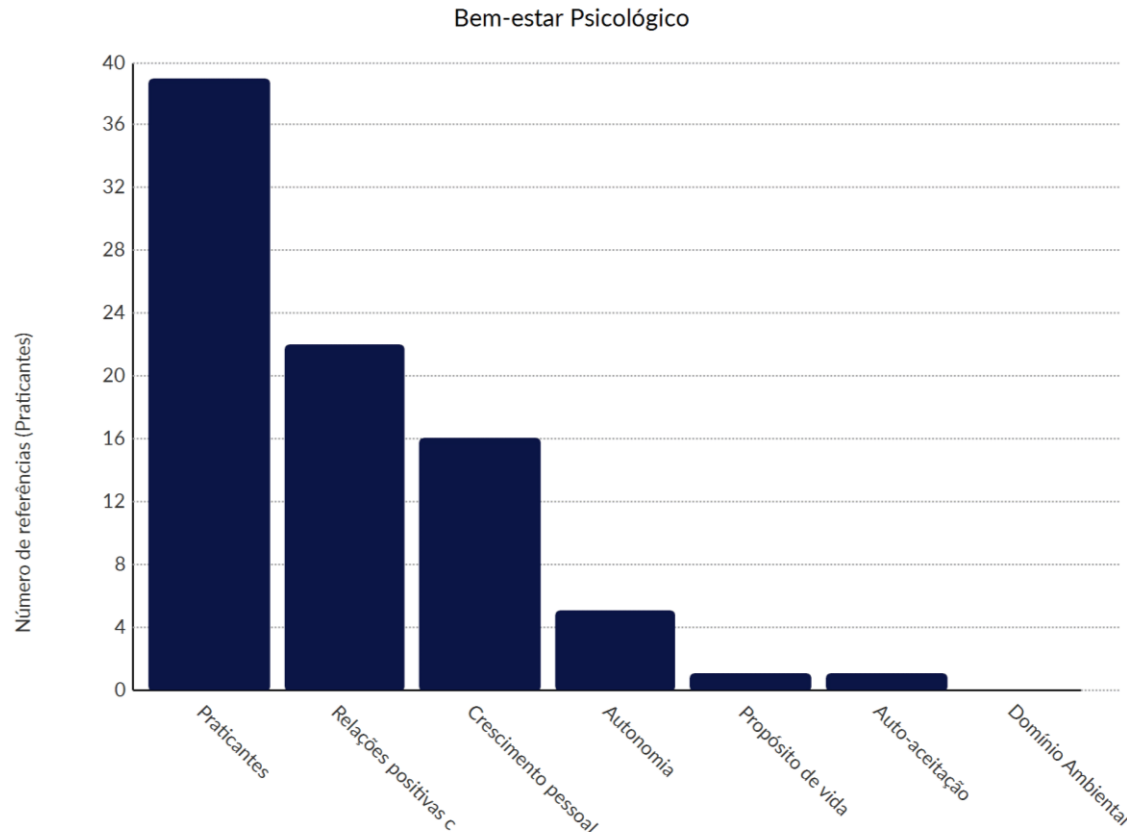
“Tu respeitas o teu corpo e gostas dele não por aquilo que ele representa, não por aquilo que ele é no espelho, mas por aquilo que ele faz e consegue fazer...”

(An, P, 30 anos)





# Bem-estar Psicológico



Componentes do Bem-estar Psicológico

Gráfico representando o número de vezes que os componentes do Bem-estar Psicológico aparecem no Grupo Focal de Praticantes

“Mas eu acho que é muito bonito como nós ficamos felizes com o que os outros conseguem e que pra nós não nos diz respeito. Mas num desporto em equipa nós ficamos contentes porque nosso colega de equipa marcou um golo porque nós também ganhamos com isso, no pole não. Nós não ganhamos nem perdemos nada e ainda ficamos as vezes tão contentes que a nossa colega de treino conseguiu fazer alguma coisa.”

(In, P, 30 anos)

- . Relações positivas com os outros (22)
- . Crescimento Pessoal (16)
- . Autonomia (5)
- . Propósito de Vida (1)
- . Auto aceitação (1)
- . Domínio Ambiental (0)

# Bem-estar Psicológico



---

## *Crescimento Pessoal*

“É uma forma de autoconhecimento e de estar, estar diariamente... Sempre que vou lá descubro que consigo sempre mais do que achava que conseguia, ou seja, é autoconhecimento, é uma maneira de melhorar a minha autoestima e mesmo de melhorar em termos profissionais e pessoais porque se eu posso sempre mais do que o que penso então vou sempre a lutar tanto no pole quanto fora do pole.”

(Ca, P, 32 anos)

---

## *Autonomia*

“Uma descoberta diária... É a forma como eu lido com as minhas inseguranças e que eu as supero é... é surpreendente, sei lá... Havia coisas que eu achava que já não seria capaz de fazer ou a... mesmo, mesmo pela autoestima”

(Inb, P, x anos)



# Bem-estar Psicológico

---

## *Crescimento Pessoal*

“Existe Rap antes pole e Rap pós pole”

(Rap, P, 30 anos)

---

## *Relações Positivas com os Outros*

“Uma união entre especialmente mulheres porque quer seras quer se não, ainda é um desporto que é mais, maioritariamente frequentado por mulheres e em outros casos, na sociedade que nos impõe esta competitividade chegamos lá dentro e tudo isso é destruído”

(He, P, 32 anos)

# Conclusão

---

Benefícios na saúde física e emocional,  
de mulheres

---

Influência no Bem-estar Psicológico

---

Presença de Motivação Intrínseca





---

Mulheres ocidentais obtiveram muitas conquistas e derrubaram antigas crenças com relação ao seu papel social. Porém nos dias atuais ainda cabe o questionamento “Será que as mulheres se sentem livres?”

---

A partir dos discursos deste estudo, conseguimos perceber a influência dos pensamentos do imaginário cultural tanto na vida das praticantes da modalidade, quanto na vida das não praticantes

---

Ainda são poucas as pesquisas na área e muito se tem para ser analisado e aprofundado

---

Este foi um estudo pioneiro na área em Portugal, apesar de já encontrarmos pesquisas fora do país, como as da Joanna Nicholas, pesquisadora australiana entrevistada no presente estudo



# Obrigada!



Lívia Mendes | ♀