



Ministério da Saúde

**FIOCRUZ**  
**Fundação Oswaldo Cruz**



**ICICT**  
Instituto de Comunicação e Informação  
Científica e Tecnológica em Saúde

INSTITUTO DE COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO CIENTÍFICA E TECNOLÓGICA EM SAÚDE  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO EM SAÚDE

**CORRA, MAS NÃO MORRA:**

Discursos sobre a corrida de rua como prática de saúde na imprensa carioca (1970-1985)

GLAUBER QUEIROZ TABOSA TIBURTINO

Rio de Janeiro  
2020

GLAUBER QUEIROZ TABOSA TIBURTINO

**CORRA, MAS NÃO MORRA:** discursos sobre a corrida de rua como prática de saúde na imprensa carioca (1970-1985)

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Informação e Comunicação em Saúde (ICICT) para obtenção do grau de mestre em Ciências.

Orientador: Prof. Dr. Igor Pinto Sacramento.

Rio de Janeiro  
2020

Tiburtino, Glauber Queiroz Tabosa.

Corra, mas não morra: discursos sobre a corrida de rua como prática de saúde na imprensa carioca (1970-1985) / Glauber Queiroz Tabosa Tiburtino. - Rio de Janeiro, 2020.

IX, 168 f.

Dissertação (Mestrado) - Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde, Pós-Graduação em Informação e Comunicação em Saúde, 2020.

Orientador: Igor Pinto Sacramento.

Bibliografia: f. 164-177

1. comunicação e saúde. 2. método Cooper. 3. corrida de rua. 4. saúde. 5. imprensa. I. Título.

GLAUBER QUEIROZ TABOSA TIBURTINO

**CORRA, MAS NÃO MORRA: discursos sobre a corrida de rua como prática de saúde  
na imprensa carioca (1970-1985)**

Aprovado em 11 de fevereiro de 2020.

Banca Examinadora:

---

Prof. Dr. Igor Pinto Sacramento - Orientador  
(PPGICS/ICICT/FIOCRUZ)

---

Prof. Dr. Wilson Couto Borges – Titular interno  
(PPGICS/ICICT/FIOCRUZ)

---

Prof. Dr. Victor Andrade de Melo – Titular externo  
(PPGHC/UFRJ)

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Janine Miranda Cardoso – Suplente interna  
(PPGICS/ICICT/FIOCRUZ)

---

Prof. Dr. Rafael Fortes Soares – Suplente externo  
(PPGIEL/UFMG)

*Estão os que continuam correndo quando as pernas tremem. Os que continuam jogando quando o ar se acaba [...] sofrem, mas não se queixam, porque sabem que a dor passa, o suor seca, o cansaço termina. Mas há algo que nunca vai desaparecer: a satisfação de ter conseguido [...]*

*(Mensagem publicitária da Nike /  
Autor desconhecido)*

## DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho à Davi e Giovanna – as ‘obras’ das quais me orgulho mais – e também à Adriane, pela parceria de sucesso.

\*\*

Dedico, ainda, a todos aqueles que se aventuram a estudar a corrida de rua em seu aspecto sociocultural e comportamental, portanto, no âmbito das Ciências Sociais. Aos que foram à frente, obrigado pelo aporte teórico. Aos que vierem depois, sucesso! Espero poder contribuir.

## AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, sem Ele nada seria possível. Até aqui sua boa mão me sustentou.

À minha família. Aqueles com quem convivo diariamente e, portanto, foram os mais subtraídos no dia a dia nesses últimos dois anos: meus filhos – Davi e Giovanna - e minha esposa, Adriane. Muito obrigado pela compreensão, pela cobertura, pelo estímulo, pela preocupação e confiança. Desculpem a ausência ao longo desse período. Pelas partidas de UNO não jogadas, pelos vídeos de Minecraft não assistidos, pelas faxinas de sábado escapadas, pelas madrugadas de luzes acesas pela casa... se cheguei até aqui, foi especialmente com a ajuda de vocês. De todo o meu coração, obrigado. Amo vocês! E espero que todos nós possamos usufruir do fruto desse esforço.

Aos meus pais, José Luiz e Gírlene, meu alicerce nos estudos, sempre me incentivando, me dando condições e acreditando em mim, por vezes mais do que eu próprio. Tem muito de vocês em mim. Aos sobrinhos, Pamella, Lucas, Caio, Maria Luiza e Antônio, por poder exercer o título de tio. Ao meu irmão, Gleydson e cunhada, Vânia. Sempre presentes e solícitos. Aos meus sogros, Plínio e Lourdes, por cuidarem tão bem do que temos de mais precioso e por todo auxílio e suporte diários. Aos cunhados Aline e Junior, pela torcida e amizade ofertada.

Aos amigos do trabalho. Uma verdadeira família, essencial para que eu pudesse cumprir a carga horária das aulas. Eduardo e Lara foram incríveis e imprescindíveis na cobertura dos compromissos inevitáveis e no suporte para eu me ausentar na certeza de que tudo estaria perfeito. Juliano, pela força, aval e confiança; Lucina, pela cumplicidade, conselhos, torcida e apoio; Andréa pelo carinho e compreensão; Manuel, pelo companheirismo, Henrique, Mônica, Mayara, Rômulo, Juliana, Marcelo... a todos vocês que passaram ou estão na Ascom/Cogepe – e na sala 214 –, obrigado pela parceria e aprendizados diários. Agradeço também a mais uma infinidade de amigos e colegas da Cogepe e de outras unidades da Fiocruz que sei que torceram – e torcem – por mim. Não caberia listar todos aqui!

Ao meu orientador, e posso dizer com alegria e orgulho, amigo, Igor Pinto Sacramento. Um nome que me abriu portas e semblantes todas as vezes em que o mencionava, ao longo desses dois anos de pesquisa e de salas de aula – seja na Fiocruz, na UFF ou na Uerj – onde cursei disciplinas. É uma honra ser seu orientando e fazer parte do “Time Igor”. Obrigado de verdade por toda generosidade, genialidade e afeto no compartilhamento de saberes, nas indicações precisas de leituras, no direcionamento metodológico, na mente incrível que sabe exatamente a obra, o volume, o capítulo, a página e a linha que está a citação que indica (risos). Por tudo isso e pela leveza com que essa relação de confiança foi construída e conduzida, meu especial obrigado. Um parágrafo é pouco para você. Nos reencontramos adiante!

Aos colegas e amigos da especialização em Comunicação e Saúde – 2016, que tanto me ensinaram e me despertaram a curiosidade investigativa da pesquisa, me motivando a hoje estar aqui. Posso afirmar sem erro que meu mestrado começou ali, ao lado daquelas pessoas brilhantes e incríveis. Dentre esses, destaco nominalmente Alice Gatto, que também trilhou comigo essa jornada do mestrado e agora seguirá solitária – por ora – ao doutorado (todo sucesso para você!); Mônica Braga, Bruno Dias e Roberto Abib. Esses três também passaram no mesmo processo seletivo para nossa turma de 2018, contudo, seguiram outros rumos de sucesso. Em vocês deixo representada nossa eterna turma de CeS2016.

Falando em turma, agradeço especialmente àqueles que me deram todo o suporte emocional, afetivo e também intelectual nesses dois anos para chegarmos aqui. À “Turma do Amô”/ PPGICS 2018, composta pelos mestrandos e doutorandos mais incríveis que esse programa já teve em uma década! Obrigado pelas trocas, pelo aprendizado, pelo acolhimento, pela torcida, pelos churrascos e almoços – os do décimo andar e os da Cadeg –. Foi ótimo compartilhar essa experiência com vocês: Alice (de novo), Ana Beatriz, Camila, Davi, Helen, Mônica, Nicole, Vanessa, Ana Carolina, Isabel, Jefferson, Lucas, Luiz, Rejane, Rogério, Tatiana e Letícia – que não pôde concluir essa jornada nesse momento, mas a iniciou conosco e faz parte da turma –. Obrigado, meus amigos!

Aos professores do PPGICS e pesquisadores do Laboratório de Comunicação e Saúde (Laces) do Ict, em especial àqueles que conviveram mais conosco e que marcam individualmente minha trajetória – destaco aqui nominalmente: Inesita Soares Araújo, Janine Miranda Cardoso, Wilson Couto Borges, Izamara Bastos, Márcia Lisboa, Katia Lerner, José Noronha, Maria Cristina Guimarães e Paulo Borges, com os quais tive mais contato nessa jornada no Ict e até mesmo fora dele.

À Gestão Acadêmica, Secretaria e Coordenação do PPGICS: profissionais sempre solícitos e dispostos a ajudar nossas demandas e socorrer nossos desesperos, caminhando lado a lado sempre que precisávamos. E como precisamos... obrigado a todas e todos!

Aos professores doutores da banca, pela leitura atenciosa, pelas contribuições que foram e certamente serão acolhidas, pela presteza com que aceitaram o convite e pela alegria de poder contar com vocês – um time de primeira – na minha defesa. Igor Sacramento, Victor Melo, Wilson Borges, Janine Cardoso e Rafael Fortes, tê-los chancelando minha pesquisa e dialogando comigo é motivo real de orgulho e gratidão.

Aos colegas do NECHS (Núcleo de Estudos em Comunicação, História e Saúde – ECO/UFRJ e Ict/Fiocruz) – a vocês meu imenso obrigado pelo aprendizado, pelas trocas, pelo afeto e acolhida. Em especial: Pati; Júlio; Beto; Xuewu; Amílcar; Allan; Alexandre; Érika e Gáudio, com quem convivi por mais tempo. Vocês e todos os demais pesquisadores do Núcleo também fazem parte da minha formação.

Às agências de fomento – Capes, CNPq, Faperj...– mesmo não sendo bolsista no período do mestrado, tive amigos cujas pesquisas foram financiadas por essas instâncias e também fui beneficiado com ajuda para participação em congressos e indiretamente com o aporte ao próprio Programa. O investimento na Ciência e na pesquisa é essencial para o presente e para o futuro de uma nação. Resistam!

À minha amiga capixaba, da Fiocruz Brasília, e incentivadora desde a especialização, Aline Cavaca. Sua amizade é um presente que a academia me deu. Aos demais amigos da vida, da infância, de outras fases da vida, que muitas vezes nem sabem, mas são fundamentais quando a barra pesa.

A todos que tive o prazer de conhecer e conviver ao longo desses dois anos e àqueles que direta ou indiretamente me ajudaram a chegar até aqui e por descuido (imperdoável) posso ter deixado de citar nominalmente, meu sincero e afetuoso obrigado!

## RESUMO

Este trabalho tem como objetivo central traçar uma história cultural da corrida de rua no Brasil, refletindo acerca das disputas e variações discursivas expressas pela imprensa carioca no início de sua trajetória. Descrita como um fenômeno sociocultural contemporâneo, a corrida de rua emerge no país a partir da segunda metade do século XX como prática de saúde, a partir de desdobramentos da adoção do método de Cooper. Disseminado no país a partir de 1970, especialmente por conta do sucesso da seleção brasileira de futebol na Copa do Mundo do México daquele ano, o programa de testes e metodologia de exercícios físicos desenvolvido pelo médico cardiologista norte-americano no treinamento de astronautas da NASA e posteriormente adaptado por Cláudio Coutinho na preparação da equipe brasileira tricampeã mundial de futebol ganhou projeção no Brasil, tornando-se um hábito social, conforme registram a literatura científica e veículos de imprensa da época. A atividade evoluiu gradativamente na sociedade brasileira com base nos discursos da prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e da promoção da saúde, que enfatizam o autocuidado e os hábitos comportamentais vigiados como aspectos moralizantes em relação ao cuidado – ou ao negligenciamento – com o corpo perante as normatizações sociais, classificando os indivíduos em ativos e sedentários (normais ou anormais), conforme tais narrativas. Fortemente calcada nas estatísticas epidemiológicas e nos fatores de risco, a estratégia de promoção da saúde adota a prescrição de atividades físicas como prática antecipatória a agravos e incentivou a corrida até o surgimento dos conflitos e controvérsias em relação a seus reais efeitos ao organismo. Essas variações e disputas discursivas, bem como as formas de subjetivação envolvidas, popularizaram a adoção da corrida de rua enquanto prática terapêutica, ainda que esse entendimento não fosse um consenso. Utilizamos a pesquisa documental como metodologia dessa análise investigativa e, portanto, selecionamos a imprensa como um dos atores sociais imbricados na produção discursiva que auxiliou na consolidação da prática no Brasil, para refletirmos acerca de como essa concepção foi culturalmente configurada em nosso tecido social. Trabalhamos com a imprensa enquanto fonte, objeto e agente histórico desse percurso. Buscamos entender, portanto, como o brasileiro, em especial o carioca, passou a lidar com a emergência da corrida de rua e como essa prática se solidificou como hábito de saúde no Brasil contemporâneo, bem como quais foram as variações discursivas em relação às controvérsias entre benefício e perigo à saúde e de noções de cuidado com o corpo e boa forma ao longo dessa construção social.

**Palavras-chaves:** comunicação e saúde, método cooper; corrida de rua; saúde; imprensa.

## ABSTRACT

The main objective of this research is to report a cultural history of jogging in Brazil, reflecting on the disputes and discursive variations expressed by the Rio de Janeiro press at the beginning of its trajectory. Described as a contemporary sociocultural phenomenon, street running emerged in the country from the second half of the twentieth century as a health practice, as a result of the adoption of the Cooper method. Disseminated in the country since 1970, especially due to the success of the Brazilian soccer team in the Mexico World Cup that year, the physical exercise testing and methodology program developed by the American cardiologist in the training of NASA astronauts and later adapted by Cláudio Coutinho in the training of the three-time Brazilian soccer world champion, it gained prominence in Brazil, becoming a social habit, as recorded by the scientific literature and press vehicles of the time. The activity gradually evolved in Brazilian society based on the discourses of the prevention of chronic non-communicable diseases and health promotion, which emphasize self-care and the behavioral habits monitored as moralizing aspects in relation to the care - or neglect - with the body in the face of social norms, classifying individuals as active or sedentary (normal or abnormal) according to such narratives. Based on epidemiological statistics and risk factors, the health promotion strategy adopts the prescription of physical activities as an anticipatory practice for injuries and encouraged jogging and runners until the emergence of conflicts and controversies regarding their real effects on the body. These discursive variations and disputes, as well as the forms of subjectivity involved, popularized the adoption of jogging as a therapeutic practice, even though this understanding was not a consensus. We used documentary research as a methodology for this investigative analysis and, therefore, we selected the press as one of the social actors related to the discursive production that helped in the consolidation of the practice in Brazil, to reflect on how this conception was culturally configured in our social fabric. We work with the press as a source, object and historical agent of this journey. We seek to understand how the Brazilian, especially the people from Rio, started to deal with the emergence of jogging and how this practice solidified as a health habit in contemporary Brazil, as well as what were the discursive variations in relation to the controversies between health benefit and danger and notions of body care and fitness throughout this social construction.

**Keywords:** communication and health; cooper method; jogging; health; press.

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	10
<b>1. É DADA A LARGADA: COPA DE 70, IMPRENSA E POPULARIZAÇÃO DA CORRIDA DE RUA NO BRASIL.....</b>	<b>26</b>
1.1. DA COPA DO MUNDO PARA COPACABANA: COOPER E NOVOS HÁBITOS DE SAÚDE NA IMPRENSA CARIOCA.....	26
1.2. CAPITÃO CLÁUDIO COUTINHO: O EX-PREPARADOR FÍSICO QUE VIROU NOME DE PISTA DE ATLETISMO.....	40
1.3. AS SOCIABILIDADES DA CORRIDA DE RUA COMO HÁBITO DE SAÚDE.....	44
1.4. DITADURA MILITAR, MORALIZAÇÃO DO AUTOCUIDADO E O FOMENTO À PRÁTICA ESPORTIVA.....	62
<b>2. ATIVIDADE FÍSICA, PERFORMANCE E SAÚDE NA GRANDE ÁREA: ANÁLISE DE UMA COLUNA ESPORTIVA ENTRE 1970 E 1973.....</b>	<b>73</b>
2.1. ARMANDO NOGUEIRA: UM ENTUSIASTA DO EXERCÍCIO FÍSICO COMO HÁBITO DE SAÚDE.....	73
2.2. TEM COOPER NA GRANDE ÁREA: A COBERTURA DA PREPARAÇÃO À CONQUISTA DO TRI.....	78
2.3. LEVANTANDO A BOLA NA GRANDE ÁREA: NOGUEIRA E COOPER APÓS A COPA DE 70.....	97
<b>3. SIGA OU PARE? SENTIDOS DE SAÚDE, DISCURSOS DE RISCO, VIDA ATIVA E CULTO AO CORPO.....</b>	<b>111</b>
3.1. CORRE QUE PASSA: A CORRIDA DE RUA COMO ESTRATÉGIA DE PREVENÇÃO DE DOENÇAS E PROMOÇÃO DA SAÚDE.....	111
3.2. PARA O BEM OU PARA O MAL? A CONTROVÉRSIA DO MÉTODO COOPER NA MÍDIA E NA CIÊNCIA.....	124
<b>3.2.1 Henry solomon versus kenneth cooper: o método em xeque na literatura científica.....</b>	<b>135</b>
3.3 A CORRIDA DE RUA NO CONTEXTO DA DISCIPLINARIZAÇÃO DE PRÁTICAS DE SAÚDE, DA MEDICALIZAÇÃO SOCIAL DE COMPORTAMENTOS ARRISCADOS E DO CULTO AO CORPO NOS ANOS 80.....	142
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	160
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	164

## INTRODUÇÃO

Essa pesquisa de cunho comunicacional e historiográfico surge a partir de uma inquietação pessoal que passou a ser investigada como uma questão coletiva, de âmbito social, referente à popularização da corrida de rua como prática de saúde no Brasil e suas representações<sup>1</sup>, em uma perspectiva científica. Temos notado, especialmente nos últimos anos, uma grande emergência da corrida de rua – ou corrida a pé – em diversas partes do mundo, uma tendência que podemos verificar empiricamente através da literatura acadêmica ou mesmo por observações participantes, sejam elas presenciais – em parques, orlas, pistas e estradas –, ou até mesmo virtuais, pela Internet. Não raro, acompanhamos nas ruas ou em nosso *feed* de notícias das principais redes sociais digitais postagens de amigos e conhecidos sobre seus desempenhos atléticos em corridas pelo bairro – geralmente nas primeiras horas da manhã ou no fim do dia –, além das cada vez mais tradicionais provas de rua, que colorem muitas avenidas, páginas e perfis virtuais aos domingos. As fotos e postagens geralmente vêm acompanhadas de legendas predominantemente motivacionais e testemunhais, contendo expressões de alegria e também nuances moralistas, com ênfase em atributos como superação, autocuidado, gratidão e preocupação estética (TIBURTINO, 2019). Notamos, sobretudo, um valor atribuído ao ato como prática de saúde e autocuidado por parte das narrativas desses adeptos da corrida e no próprio imaginário popular, o senso comum, trabalhado por várias camadas do tecido social.

Buscamos, a partir daí, investigar e estudar aspectos históricos e socioculturais das produções discursivas normatizadoras que classificavam as atividades físicas como práticas de saúde no Brasil contemporâneo, tendo a corrida de rua como pano de fundo central dessa pesquisa. Entendemos, aqui, o conceito de discurso pela corrente foucaultiana, para, assim, “não mais tratar os discursos como conjunto de signos (elementos significantes que remetem a conteúdos ou a representações), mas como práticas que formam sistematicamente os objetos de que falam” (FOUCAULT, 1986, p.56). Portanto, sob tal perspectiva, historicamente qual seria a origem dessa correlação estabelecida entre corrida de rua – e atividades físicas aeróbicas em geral – como prática de saúde? E como a imprensa atuou nessa conformação? De que modo essa concepção foi construída e disseminada em nossa sociedade? Como foram tecidas as narrativas midiáticas da segunda metade do século XX sobre corrida de rua? Houve variações de conteúdo e sentidos? Que configurações culturais estiveram imbricadas? Que controvérsias surgiram ao longo desse percurso? Esse estilo de vida baseado na busca por neutralizar os

---

<sup>1</sup> “As representações sociais enquanto senso comum, ideias, imagens, concepções e visão de mundo que os atores sociais possuem sobre a realidade, são um material importante para a pesquisa no interior das Ciências Sociais” (MINAYO, 2004, p. 173)

riscos, normatizado e preconizado como o ideal, seria de fato acessível a todos os estratos sociais de maneira democrática? Muitos questionamentos que recaem justamente sobre a configuração cultural acerca desse hábito social e de tais narrativas ideológicas tidas como verdades incontestas. Definidas nossas perguntas de pesquisa, passamos a buscar por pistas no passado que nos ajudassem a compreender a conformação dessa lógica discursiva, a fim de respondermos a tais questões ou, ao menos, a parte delas. O primeiro passo foi a definição de um ponto de partida:

Milhares de pessoas começaram a correr pelas ruas, estradas, praias e parques ao longo da década de 1970. Como quase sempre, havia antecedentes, claro, pois antes disso, homens corriam já médias ou longas distâncias como forma de exercício físico. Todavia, depois de 1970, o alcance e as características desse costume assumiram feições bastante originais. (DIAS, 2016, p. 1)

Falaremos sobre o marco temporal dos anos 70 mais adiante. Minha aproximação com o tema central da pesquisa ocorre justamente devido ao fato de ter sido cooptado por tais discursos promotores da corrida como uma prática geradora de virtudes e valores sociais positivos durante uma etapa da minha vida, quando além de aderir à corrida, precisava midiaticizar meu desempenho e publicizar a atividade como forma de complemento da experiência. Ou seja, não me bastava mais apenas cumprir a agenda social da prática de exercícios preconizados. Eu precisava demonstrar midiaticamente o quão ativo e engajado em atender às normas disciplinares eu era/sou. Inicialmente, minha intenção com a corrida seria a perda de peso e o condicionamento físico para ‘entrar em forma’, conforme as regras da normatização social vigentes. Contudo, na sequência a motivação prioritária passou a ser o exibicionismo de resultados e metas alcançadas, por meio da Internet, ainda que concebesse estar fazendo um bem à minha saúde, sentindo-me mais responsável e zeloso no cuidado com meu corpo. Buscamos entender a consolidação desses discursos moralistas sobre a prática de atividades físicas. Visamos, ademais, ajudar a suprir a carência de pesquisas sobre a corrida de rua no âmbito das Ciências Sociais, conforme identificamos no decorrer de nossa trajetória e nos diagnósticos que apontam “a necessidade de produção de mais estudos que tratem dos fatores psíquicos, sociais e culturais que estão em torno da corrida, pois cada vez mais essa atividade física vem sendo difundida e praticada pelos indivíduos nas ruas das cidades” (ALBUQUERQUE et. al. 2018, p. 94).

Assim sendo, nossa proposta com essa dissertação também passa a ser contribuir com os campos da Comunicação, da Saúde, da Comunicação e Saúde, da História e da Educação Física, ao historicizarmos culturalmente a corrida de rua com vistas a identificarmos suas marcas e percurso em nossa sociedade, além de compreendermos como e a partir de que

narrativas discursivas essa prática se consolida enquanto hábito pretensamente saudável e acessível aos mais variados perfis sociodemográficos. “Quando falamos de uma história cultural do esporte, referimo-nos aos estudos em que o viés recai justamente sobre as representações construídas em torno do objeto” (MELO et. al., 2013, p. 57). Essa citação vai ao encontro de nosso entendimento, uma vez que este trabalho se vincula ao campo da história cultural, que: “tal como a entendemos, tem por principal objeto identificar o modo como em diferentes lugares e momentos uma determinada realidade social é construída, pensada e dada a ler” (CHARTIER, 1990, p.16-17). Desse modo, procuramos analisar as representações colocando-as “num campo de concorrências e de competições cujos desafios se enunciam em termos de poder e de dominação” (CHARTIER, 1990, p.17). Consideramos, partindo dessa perspectiva, que podemos produzir história por meio dos periódicos. Não acreditamos que a imprensa é uma mera transmissora de informações, imparcial e neutra, ou, ainda um espelho da realidade. Ela “semantiza os acontecimentos e os fatos sociais” (RIBEIRO, 2003, p.118), dando-lhe valor, relevo e significado no âmbito dos processos de produção social de sentidos.

Retomando a narrativa testemunhal da minha trajetória acadêmica no curso de mestrado e o contexto no qual foi desenvolvida a presente dissertação – desde sua concepção como projeto de pesquisa, passando pelo processo de qualificação, até se tornar o trabalho de conclusão desenvolvido e apresentado para defesa –, em síntese o estudo em tela passou por refinamentos metodológicos e de *corpus* em seu desenvolvimento, constituindo etapas importantes para uma construção que se deu ao longo de 24 meses. As novas reflexões e conhecimentos adquiridos com a realização das disciplinas obrigatórias do curso, no âmbito do Programa de Pós-Graduação em Informação e Comunicação em Saúde (PPGICS/ICICT/Fiocruz) – o qual essa pesquisa se filia –, a interface com outras Instituições de Ensino Superior nas disciplinas eletivas cursadas – como o Programa de Pós-Graduação em Mídia e Cotidiano (PPGMC/UFF) e o Programa de Pós-Graduação em Ciência do Exercício e do Esporte (PPGCEE/Uerj), as contribuições assertivas e pertinentes da banca de qualificação e, por fim, os diálogos e trocas nos encontros e conversas com o orientador nos levaram à conformação da pesquisa desenvolvida em consonância com a linha 2 do Programa, a de Informação, Comunicação e Mediações em Saúde.

Acerca do objeto, Marta Dallari (2009) demonstra em sua tese de doutorado que “a corrida de rua é um fenômeno sociocultural contemporâneo” (p.16). Identificamos, portanto, os anos 70, na segunda metade do século XX, como marco temporal desse crescimento, por uma série de fatores que serão debatidos e desdobrados ao longo dessa dissertação. Tal constatação cronológica ocorre com base nas pesquisas de diversos autores de referência sobre a temática

(SALGADO E CHACON-MIKAHIL, 2006; DALLARI, 2009; ROJO, 2014; DIAS, 2016 e 2017), obras científico-literárias (COOPER, 1970) e matérias jornalísticas de veículos impressos da época. Nos levantamentos em acervos de periódicos impressos os registros de corrida de rua praticamente inexistem antes de 1970. Um dos grandes responsáveis por seu aparecimento na mídia e na sociedade, senão o grande responsável, é o chamado método de Cooper. “Por volta de 1970, aconteceu o ‘*jogging boom*’ baseado na teoria do médico norte-americano Kenneth Cooper, criador do ‘Teste de Cooper’, que prega a prática de corridas. A prática da modalidade então cresceu de forma extraordinária” (SALGADO E CHACON-MIKAHIL, 2006, p. 91-92). Ao analisarmos o número de participantes em provas de rua, ao longo do tempo, Marta Dallari também “identifica o crescimento da corrida de rua a partir da década de 1970” (DALLARI, 2009, p. 31).

Ampliamos, entretanto, o recorte temporal de nossa pesquisa até meados da década seguinte – a de 80 –, quando novas práticas e hábitos relacionados ao cuidado com o corpo e a saúde começam a ganhar a preferência dos indivíduos, como as academias de ginástica e musculação. Afinal, “os anos entre a década de 1970 e 1985 correspondem ao período de mudanças mais profundas na história da corrida, um tempo em que correr se transformou de um passatempo de alguns excêntricos em uma atividade central apreciada e entendida por milhões ao redor do mundo” (DALLARI, 2009, p. 27-28). Fortemente popularizado no Brasil, principalmente por conta da seleção brasileira de futebol, o método Cooper foi utilizado como fórmula de preparação física da equipe que conquistou o tricampeonato da Copa do Mundo no México, em 70, com um desempenho físico altamente elogiado, e desde então passou a ser disseminado pela imprensa esportiva, chegando às ruas, parques e praias do Brasil. Na prática, nascia ali o fenômeno sociocultural contemporâneo conceituado por Dallari e ratificado por outros autores.

Naqueles anos foi protagonista o programa de Kenneth Cooper calcado na promoção da prática de exercício físico para o desenvolvimento da resistência aeróbica, do qual o teste homônimo era um dos seus componentes com mais ampla disseminação. De lá para cá o conceito do ‘Cooper’ ou de ‘fazer Cooper’ passou a compor o imaginário social vinculado a uma vaga ideia de praticar alguma atividade física para manter um bom nível de saúde. (PICH, GOMES e VAZ, 2007, p. 187)

Veremos, nessa pesquisa, que a corrida de rua da maneira como foi culturalmente concebida evoca valores ligados à busca por melhores condições de vida e responsabilização do indivíduo como agente provedor de sua própria saúde sob a forma de um aspecto moralizante: “na configuração contemporânea da sociedade, a saúde tornou-se um valor

estruturante de processos sociais, produtos culturais e práticas cotidianas. Cuidar e aprimorar a si mesmo é um imperativo moral” (SACRAMENTO e SANCHES, 2019, p. 12-13).

O título escolhido para a dissertação de mestrado “Corra, mas não morra” é uma citação direta da chamada de uma reportagem de quatro páginas da revista *Manchete*, publicada no dia 15 de agosto de 1981, que encontramos durante o exercício exploratório e que também passou a inspirar essa pesquisa. O título impactante é complementado logo nas primeiras linhas da matéria por um alerta feito por atletas consagrados, médicos e preparadores físicos sobre o perigo que a prática desassistida da corrida e caminhada poderia representar aos praticantes mais desavisados. Essa preocupação em relação aos possíveis efeitos da corrida de rua no organismo humano, expressa na manchete, contrapunha-se ao principal chamariz do método desenvolvido por Cooper (1970), amplamente disseminados na década anterior à reportagem, que seria a promessa de extensão da vida. A controvérsia que inspira a matéria também será abordada ao longo do texto como uma das disputas em cena no decorrer dessa trajetória.

Corra, mas não morra. Esta é a mensagem que dão os atletas Bill Rogers, várias vezes vencedor das maratonas de Boston e Nova Iorque, e Ron Daws, que se tornou técnico após participar das Olimpíadas do México. É também o recado que os médicos especializados em medicina esportiva, os cardiologistas e preparadores físicos dão a milhares de brasileiros que, sem qualquer orientação, invadem os calçadões das avenidas litorâneas, parques e jardins de norte a sul do país, buscando, através da corrida, combater os efeitos de uma vida sedentária. Ou o excesso de peso, sem saber que, longe de conquistarem melhores condições físicas de vida, podem estar marcando um encontro com a morte. (*Manchete*, 15/08/1981, p. 119)

Uma curiosidade que destacamos e indica a relevância da discussão para a sociedade, à época, é que a chamada da matéria é destacada na capa de uma edição da revista cuja pauta central foi o casamento do príncipe Charles e Lady Di. Apenas os dois fatos e uma matéria sobre as riquezas do Xingu ilustram a capa daquela edição semanal, que se reconhecia como um documento histórico. Na contramão de reportagens como a citada acima, de 1981, via de regra o início da década de 1970 foi marcado pela euforia e otimismo expressos na imprensa brasileira com o que foi apresentado como nova fórmula para o prolongamento da vida, por meio do fortalecimento do sistema cardiovascular e respiratório: o método de Cooper.

A técnica de esforço físico elevado prometia melhores resultados fisiológicos. “A aptidão de resistência é o que deve ser o seu objetivo. Irá assegurar-lhe todos os benefícios do efeito de treinamento, melhorando não apenas os músculos, mas pulmões, coração e vasos capilares” (COOPER, 1970, p. 16). A adesão a comportamentos normatizados em nome da obtenção de saúde pelo incentivo à prática regular de exercícios físicos, por exemplo, pode ser considerada uma das marcas culturais da nossa sociedade pós-moderna. “Vimos surgir nas

décadas de 1970 e 1980 uma explosão do discurso da aptidão física voltado para a promoção da saúde” (PICH, GOMES e VAZ, 2007, p. 187).

Temos, portanto, como objeto de pesquisa os textos produzidos pela imprensa carioca – na condição de documentos históricos – que contribuíram para a configuração cultural da corrida de rua como prática de saúde no Brasil. A mídia impressa foi analisada entre a década de 1970 e parte dos anos 80, quando a corrida emerge em várias esferas sociais enquanto fator de qualidade de vida, como um fenômeno sociocultural. Justificamos a escolha dos relatos jornalísticos como objeto – e fonte – desse estudo, dado o reconhecimento de sua relevância na pesquisa histórica:

O resgate do jornalismo como fonte histórica deve-se à mudança do estatuto do fato histórico. Quando se admite que ele é produzido e não dado, o mais importante deixa de ser o fato "em si" e passa a ser a forma pela qual os sujeitos tomam consciência dele e o relatam, assumindo certas posições. Mesmo porque, como já dissemos, o fato "em si" é pura abstração. (RIBEIRO, 2000, p.40)

As consultas para o levantamento do *corpus* ocorreram por meio do acervo virtual da Biblioteca Nacional – via Hemeroteca Digital – onde analisamos edições do *Jornal do Brasil* e *Jornal dos Sports* e da revista *Manchete* dos anos 70 e 80, além do acervo digital do jornal *O Globo*, veículos escolhidos enquanto objeto de pesquisa. Os artigos científicos com o termo “corrida de rua” foram pesquisados em bibliotecas eletrônicas como a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scielo e Google Acadêmico. Ainda pelo Google, mapeamos a *tag* ‘corrida de rua’ para emissão de alerta a cada nova publicação em suas bases durante dois anos, tendo sido notificados acerca das novas publicações sobre o tema no decorrer da pesquisa.

Em termos metodológicos, adotamos uma ousadia acadêmica à medida que nossa pesquisa não se atém a um veículo específico, pois não analisamos linha editorial de um jornal ou revista exclusivamente, mas, sim, a narrativa midiática – os textos da cultura de mídia –, sobre atividade física, corrida de rua e discursos promocionais da saúde. Portanto, propomos o recorte temporal da pesquisa no período da ascensão ao declínio do método de Cooper, entre 1970 e meados dos anos 80, como já sinalizado. As matérias foram pesquisadas por meio de palavras-chaves consultadas eletronicamente. Os termos utilizados para cada veículo de imprensa foram: “corrida de rua”; “Cooper”; e “método Cooper”, na década de 70, com o acréscimo do descritor “jogging” na década de 80, período em que a nomenclatura se popularizou para denominar a corrida de rua. As matérias foram ordenadas cronologicamente e tiveram seu conteúdo lido e analisado. Aquelas que entendêssemos conter algum juízo de

valor, depoimento ou fato relevante em relação ao tema da pesquisa, traríamos para a discussão teórica diluída ao longo da dissertação. Sendo, portanto, um estudo de caráter qualitativo.

A partir de nossa leitura exploratória observamos que os discursos midiáticos das convocações imperativas da saúde enfatizam as noções de autocuidado e, em decorrência dessa narrativa, a adoção de um estilo de vida ativo é incentivada na sociedade pós-moderna. Aprofundando essa problematização, debatemos como a naturalização desse discurso pode estimular os indivíduos a se exercitarem independentemente de preparação e orientação adequada para cada situação, o que pode ser prejudicial à saúde desses praticantes. Além disso, a corrida de rua adquiriu um certo status que limita economicamente a participação das periferias sociais nessa experiência. Buscamos entender como a imprensa contribuiu para a consolidação desse discurso da responsabilização do indivíduo na promoção da saúde, analisando seus limites e entraves – para além dos benefícios cristalizados no imaginário do senso comum –, considerando os interesses neoliberais que também envolvem esse processo. Até porque “não se pode esquecer que a indústria que mais cresceu nos últimos trinta anos é a farmacêutica, vendendo juventude, bem-estar e beleza. O corpo consome principalmente a si próprio” (VAZ, 2006, p. 43).

O objetivo geral da pesquisa consiste em propormos uma história cultural da corrida de rua no Brasil, a partir de sua emergência como hábito de saúde, identificando nas narrativas produzidas e difundidas na imprensa essas configurações culturais, representações, disputas e controvérsias. Já os objetivos específicos foram estabelecidos com os seguintes propósitos: a) estudar e mapear a história cultural da corrida de rua no Brasil a partir do método de Cooper, na década de 1970; b) identificar como se deu a valoração positiva dos exercícios físicos na imprensa esportiva a partir da Copa do Mundo do México (1970); c) analisar os discursos e práticas que associam a corrida de rua a estratégias preventivistas e promocionistas no âmbito da saúde coletiva e d) analisar as controvérsias científicas acerca da corrida de rua na imprensa e as variações da narrativa de representação dos corpos e do cuidado com a saúde. Sendo assim, partimos do pressuposto de que a imprensa teria contribuído para a adoção da corrida enquanto hábito social, fortalecendo os discursos produzidos pela governamentalidade neoliberal<sup>2</sup>, os sustentando ora pela prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, ora pela promoção da saúde, por meio dos seus dispositivos comunicacionais (PRADO, 2013).

---

<sup>2</sup> “Tendo na economia e no mercado sua chave de decifração, seu princípio de inteligibilidade, trata-se de uma governamentalidade que busca programar estrategicamente as atividades e os comportamentos dos indivíduos; trata-se, em última instância, de um tipo de governamentalidade que busca programá-los e controlá-los em suas formas de agir, de sentir, de pensar e de situar-se diante de si mesmos, da vida que levam e do mundo em que vivem, através de determinados processos e políticas de subjetivação” (COSTA, 2009, p. 177-178)

Do ponto de vista de sua relevância, justificamos o desenvolvimento da pesquisa especialmente por três aspectos: o institucional, ao promover a interdisciplinaridade do PPGICS/ICICT/Fiocruz por meio do diálogo entre os campos da Comunicação e Saúde com os da História e da Educação Física; o acadêmico, ao propor novos estudos em um tema carente de amplitude de fontes no ramo das Ciências Sociais e o social, ao buscar o debate sobre a emergência, a consolidação e a controvérsia em relação a práticas normativas e disciplinares como autocuidado e saúde. Logo, com o intuito de buscar respostas às perguntas geradas pela inquietação que nos motivou a dissertar sobre a corrida de rua e suas representações de saúde, bem como auxiliar no cumprimento dos objetivos estabelecidos, estruturamos nosso trabalho da seguinte forma: além dessa introdução – que apresenta nossa trajetória acadêmica, os objetivos, perguntas, justificativas, metodologia e conceitos basilares a serem explorados –, a pesquisa se desenvolve em outros três capítulos antes de chegarmos às considerações finais. O primeiro deles, dividido em quatro partes, chama-se *É dada a largada* e visa apresentar ao leitor as primeiras articulações discursivas entre exercício físico aeróbico e saúde em uma perspectiva inicial de cunho prevencionista. Isto ocorre graças às primeiras divulgações dos estudos de Kenneth Cooper, no início da década de 1970, que defendiam a prática de exercícios físicos, em especial a corrida a pé – praticada ao ar livre –, como forma de fortalecimento do sistema cardiovascular e respiratório, prometendo melhores pulmões e, principalmente, coração.

No primeiro subcapítulo, analisamos como esse novo entendimento se disseminou no Brasil, especialmente por meio da seleção brasileira de futebol, que adotou o método na Copa do México, em 70, e venceu o mundial com grandes elogios à sua forma física, mesmo jogando a final na altitude, onde o cansaço é um adversário adicional. A imprensa, sobretudo a esportiva, exaltou o método e despertou, desde então, a curiosidade e o interesse do brasileiro comum nos movimentos incentivados pelo doutor Kenneth Cooper. A segunda etapa do capítulo destina-se a apresentar o introdutor do Cooper no Brasil, um dos preparadores físicos daquela seleção, que havia estagiado com o autor do método e traduziu seu primeiro livro no país, o capitão Cláudio Coutinho. Narramos brevemente sua curta trajetória profissional – já que falecera de forma trágica em um acidente de mergulho aos 42 anos – porém, o suficiente para entendermos sua importância no desenvolvimento do método e, por consequência, da corrida de rua no Brasil.

O terceiro subcapítulo trata das novas sociabilidades do carioca com a recém-adquirida prática social. Ou seja, correr na rua, na praia, nos parques começava a gerar um hábito que também fomentou novas relações – consigo, com o espaço urbano e com o outro –. Nosso desafio, através da literatura e das reportagens analisadas, foi traduzir como ocorrera esse período de adaptação e inclusão da atividade física aeróbica na agenda do carioca, com as

narrativas e inflexões que a acompanharam. Fechando o primeiro capítulo, não podíamos desconsiderar a reflexão acerca do contexto e conjuntura política em vigor no período em que nossa pesquisa se delimita (1970-1985): o regime da Ditadura Militar. Discutimos seu impacto nas práticas da imprensa e no desenvolvimento de políticas e iniciativas de fomento à prática de exercícios e da Educação Física enquanto instrumentos disciplinares, além de debatermos os ditos usos políticos do êxito da equipe de Pelé, Tostão, Gerson, Rivelino e cia pelo regime de Médici. E como aquele Brasil, que procurava no esporte uma de suas identidades nacionais, tornou-se um terreno propício para a semente plantada por Cooper e regada por Coutinho.

Após as reflexões teóricas, conceituais e situacionais – expressas pelos textos da imprensa –, o segundo capítulo: *Atividade física, performance e saúde na grande área* propõe-se de cunho mais descritivo e analítico do que propriamente teórico. Isso se dá uma vez que investimos em um exercício de caráter empírico de análise das produções textuais de uma editoria de opinião que marcou a narrativa da imprensa carioca e brasileira sobre a Copa de 1970: a coluna esportiva *Na Grande Área*, publicada no *Jornal do Brasil* de terça a domingo e assinada por Armando Nogueira, importante cronista esportivo reconhecido no cenário nacional. Optamos por esse caminho por observarmos o fato de a coluna aparecer diversas vezes no levantamento realizado na hemeroteca digital com o uso dos descritores “Cooper” e “corrida de rua”. Logo, consideramos sua relevância na produção discursiva sobre o método Cooper e a preparação física brasileira na Copa de 70, episódio que, como sabido, impacta na mudança de hábitos dos cidadãos brasileiros em relação aos exercícios físicos e reconfigura suas concepções sobre saúde. A coluna é assinada por Nogueira de 1961 a 1973, entretanto, concentramos a análise nos anos correspondentes ao recorte temporal de nossa pesquisa (1970-1973).

Tal como ocorrera no capítulo anterior, com Cláudio Coutinho, tornamos a valorizar a biografia do personagem e dedicamos o primeiro dos três subcapítulos a Armando Nogueira. Contamos um pouco de sua história e do contexto da imprensa na década analisada. Em seguida, o segundo tópico se concentra estritamente nas colunas publicadas no ano da Copa do México (1970). Analisamos todos os textos desde 1º de janeiro daquele ano, até 31 de julho, o mês subsequente à Copa, a fim de compreendermos como a narrativa daquela preparação física tão cultuada após a conquista fora sendo tecida desde os meses que antecederam o famigerado mundial. O pós-Copa fica para o terceiro subcapítulo, quando mudamos a metodologia de consulta para conseguirmos dar conta do volume de material a ser apurado. Nossa proposta se ateve a compreender como as marcas geradas pelas conquistas do Cooper seriam trabalhadas – recriadas ou ratificadas – nos meses e anos posteriores à conquista do mundial. E entre 1º de agosto de 1970 e 29 de abril de 1973 (data em que Nogueira assina sua última coluna)

realizamos buscas por descritores “Armando + Nogueira + Cooper”, para identificarmos como ocorriam as menções ao método Cooper e à corrida de rua na coluna depois da Copa do Mundo, como uma espécie de legado.

O terceiro e último capítulo – *Siga ou pare?* – também se divide em três partes, sendo que a segunda se ramifica em um novo tópico de discussão. Trata dos diferentes sentidos e estratégias de saúde que se valem da corrida de rua ao mesmo tempo em que fortalecem sua prática, bem como ocorre com as noções de risco. Aborda, ainda, as controvérsias científicas que surgem a partir do estilo de vida ativo com a divulgação dos primeiros óbitos de adeptos da corrida de rua em decorrência das práticas preconizadas por Cooper e, por fim, discute as reconfigurações de corpo e boa forma que surgem nos anos 80 através da imprensa.

O primeiro subcapítulo contempla as nuances e variações da corrida enquanto instrumento de prevenção de doenças e de promoção da saúde. Destacamos os usos que as distintas estratégias fazem da corrida enquanto prática disciplinar moralizante no aspecto do cuidado de si e as disputas de sentidos e conceitos entre as estratégias rivais que, como veremos, também podem se complementar. Para tal, fazemos uma discussão teórica e política utilizando autores do campo da saúde coletiva e da comunicação e saúde. Na sequência, introduzimos o contraditório do método, as notícias negativas – que vão de encontro às abordagens positivistas e acríicas sobre a homogeneidade da corrida –, assim como vocalizamos outros médicos e pesquisadores da época que também expressam oposição às obras de Cooper. Especificamos ainda mais a discussão em um tópico interno sobre a rixa intelectual e científica entre Henry Solomon e Kenneth Cooper, fato que abalou grande parte da credibilidade do autor do método até então tido como revolucionário.

Por fim, no terceiro subtópico, destacamos como os discursos disciplinares da epidemiologia e dos fatores de risco moralizam a adesão ou a renúncia a práticas corporais como a corrida, contribuindo com a construção de identidades e subjetivações contemporâneas. Uma produção discursiva que taxa os indivíduos entre responsáveis e irresponsáveis a partir de sua circunferência abdominal e de seu grau de relação com as atividades físicas. Discutimos como essa narrativa adentra o tecido social e seus desdobramentos até chegarmos a uma nova concepção de saúde, corpos e práticas de exercícios com as reconfigurações expressas pela imprensa na década de 1980, quando os sujeitos começam a ser compelidos a frequentarem mais as academias de musculação do que as pistas de corrida, atendendo a novas convocações disciplinares. Após toda essa reflexão teórico-metodológica descrita, tecemos as considerações finais acerca de nossa análise, sugerindo algumas respostas e gerando novas perguntas, como entendemos que deva ser o ciclo da produção de conhecimento científico.

Originalmente, antes das naturais mudanças de percurso metodológico e da redefinição de objeto, nossa proposta de estudos aproximava-se mais de uma antropologia digital da corrida de rua no século XXI, baseada na premissa de que o advento tecnológico da Internet teria pretensamente contribuído para o aumento do número de praticantes da modalidade no Brasil. Todavia, a partir do amadurecimento dessa ideia e das novas perspectivas apresentadas ao longo da trajetória acadêmica, outras inquietações e questionamentos nos mobilizaram a estudar o percurso histórico dessa associação da adesão à corrida de rua como prática de saúde mediada pela cultura da mídia<sup>3</sup>. Assim sendo, debruçamo-nos sobre a atuação da produção textual dos veículos de comunicação nessa construção sociocultural de um hábito normativo numa sociedade pós-disciplinar, a sociedade de desempenho<sup>4</sup> (HAN, 2017), para a qual o autocuidado e a alta performance são ativos importantes. Nesse sentido, o pesquisador Igor Sacramento elenca algumas das características da sociedade pós-moderna:

A busca generalizada da saúde perfeita, da juventude, da felicidade e do bem-estar é um fato que evidencia as mudanças ocorridas nas últimas décadas no modo como a saúde é concebida, percebida e praticada tanto nas esferas institucionais quanto na vida pessoal dos indivíduos. No âmbito institucional, o novo ramo de promoção da saúde é um exemplo de deslocamento do foco das preocupações com a doença para o das preocupações com a saúde. O discurso produzido nas políticas de promoção da saúde reverbera na cultura midiática contemporânea por meio de diversos produtos, práticas e modismos associados ao estilo de vida saudável. [...] Os discursos contemporâneos sobre estilos de vida saudáveis oferecem algumas ideias sobre que tipo de noção de saúde está sendo construído, conectando a construção por um indivíduo de sua identidade pessoal e subjetividade com a maneira como se gerencia a saúde. (SACRAMENTO, 2016, p. 1-2)

Esse novo olhar nos levou a aprofundar a leitura exploratória sobre o tema e a entender que de fato havia outras tessituras e elementos envolvidos na adoção da corrida como um hábito saudável. O foco de nossa análise, portanto, passou a ser o aspecto discursivo e cultural que envolve a prática da corrida de rua como modalidade quase que terapêutica tanto no âmbito da prevenção de doenças como da promoção da saúde (CZRESNIA e FREITAS, 2009). Partindo desse conjunto de reflexões formatamos o escopo atual de nossa pesquisa. Os questionamentos levantados consideram os interesses orquestrados pelo poder público por trás da narrativa construída do autocuidado sob uma ótica neoliberal: “a perspectiva conservadora da promoção

<sup>3</sup> Trabalharemos aqui o conceito de cultura da mídia na perspectiva epistemológica de Douglas Kellner, que analisa a espetacularização proporcionada pela indústria cultural e seus impactos comportamentais no tecido social. “ Há uma cultura veiculada pela mídia cujas imagens, sons e espetáculos ajudam a urdir o tecido da vida cotidiana, dominando o tempo de lazer, modelando opiniões, políticas e comportamentos sociais e fornecendo o material com que as pessoas forjam sua identidade”. (KELLNER, 2001, p. 9)

<sup>4</sup> Byung-Chul Han (2017) classifica a sociedade pós-disciplinar como uma sociedade de desempenho, no século XXI.

da saúde reforça a tendência de diminuição das responsabilidades do Estado, delegando, progressivamente, aos sujeitos, a tarefa de tomarem conta de si mesmos” (CZERESNIA, 2009, p. 44). A narrativa do autocuidado demarca, portanto, uma espécie de governo dos sujeitos, situação que podemos cotejar com o conceito de biopolítica contemporânea<sup>5</sup>, na perspectiva de Michel Foucault (2008), especialmente por conta da padronização discursiva de um modo de vida regrado como medida coletiva para obtenção da saúde a partir de normas individuais, que podem ser replicadas ao coletivo. “Parece possível inscrever o discurso da prática de atividade física referenciada na aptidão física para a promoção de saúde, o ‘estilo de vida saudável’, neste registro” (PICH, GOMES e VAZ, 2007, p. 190). O trio de autores também destaca a prática de atividade físicas em seu relato acadêmico:

Destacamos ainda a crescente assunção por parte dos indivíduos sobre a autorresponsabilidade pela realização regular de atividades corporais. Estariam essas sempre legitimadas pela sua “contribuição à saúde”, em seu duplo caráter, uma vez assumida pelos indivíduos como saúde individual, mas que ao mesmo tempo se constitui como uma prática situada no processo mais amplo de interferência por parte do Estado-Mercado sobre o biológico do homem-espécie, da população. (PICH, GOMES e VAZ, 2007, p. 189)

Portanto, alinhando essa discussão com nosso objeto central de pesquisa, a corrida de rua consiste em um fenômeno de certo modo recente – com apenas cinco décadas de expansão – e que apesar disso passou por transformações em sua configuração como prática social, ganhando diferentes representações atreladas às noções de saúde e de risco. A década de 1970 não é o marco temporal desse estudo por mero acaso. Importantes transformações sociopolíticas e culturais envolvendo o objeto dessa pesquisa ocorreram àquela época no Brasil e no mundo. Como aprofundaremos no decorrer da dissertação, além da adoção do método de Cooper pela seleção nacional de futebol na Copa de 70 e sua consequente incorporação na agenda dos brasileiros, o período também data a elaboração da tese de doutoramento de Sérgio Arouca, que critica o modelo preventivo focado na doença – O dilema preventivista (1975) –, e marca o próprio movimento da Reforma Sanitária Brasileira (RSB), que se inicia na mesma década, na esteira da Primeira Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde, realizada pela Organização Mundial da Saúde em Alma-Ata, na República do Cazaquistão, em 1978. Tudo isso em um cenário político de regime de exceção, a Ditadura Militar brasileira.

---

<sup>5</sup> Por biopolítica, Foucault vai designar o movimento segundo o qual, a partir do século XVIII, a vida biológica começa a se converter em objeto da política, ou seja, a vida biológica passa a ser produzida e, além disso, administrada, com a particularidade de que, mesmo sendo objeto de normalização, a vida biológica nunca fica exaustivamente retida nos mecanismos que pretendem controlá-la, pois sempre os excede e deles, por fim, escapa (CASTRO, 2011).

Metodologicamente, os estudos foram desenvolvidos a partir de uma análise crítica sobre a produção documental e discursiva do estilo de vida ativo e do autocuidado na promoção da saúde em uma perspectiva disciplinar. Tendo como tema central a historicidade cultural da corrida de rua como hábito saudável, através de textos e narrativas da imprensa no Brasil contemporâneo. Logo, para alcançarmos os objetivos propostos, adotamos a pesquisa documental como metodologia e destinamos as próximas páginas ao debate dessa escolha metodológica, ciente dos desafios que uma pesquisa histórica envolve, conforme nos lembra Marialva Barbosa:

Quem se aventura no estudo histórico a fim de vislumbrar ações dos homens de um tempo pretérito, sabe que há muitas formas de considerar a História. Pode-se pensar que fazer história é trazer incólume o passado para o presente ou pode-se presumir que é do presente, eivado pelas suas articulações e ingerências nas formas como vivemos a vida, que olhamos o passado e sobre ele produzimos apenas interpretações. Interpretações sempre provisórias, já que o cerne do conhecimento científico está exatamente na superação permanente (BARBOSA, 2019, p.4)

Embora não possa ser visto por um prisma determinista, considerando a citação acima partimos do entendimento de que o olhar sobre o passado pode auxiliar nossa visão de presente e nos possibilita vislumbrar o futuro. “O passado é, por definição, um dado que nada mais modificará. Mas o conhecimento do passado é uma coisa em progresso, que incessantemente se transforma e aperfeiçoa” (BLOCH, 2002, p. 75). Considerando o fato de que a narrativa histórica é construída e arquivada por terceiros, devemos entender a pesquisa documental como um método indiciário – que fornece ao pesquisador pistas para serem analisadas. E não necessariamente vereditos incontestáveis –. “Como primeira característica, o conhecimento de todos os fatos humanos no passado, da maior parte deles no presente, deve ser um conhecimento através de vestígios” (BLOCH, 2002, p. 73).

A leitura e compreensão desses vestígios fica a cargo do pesquisador, que deverá analisar aquilo que dizem os documentos para além dos conteúdos estritos, lê-los em suas entrelinhas. “O documento é uma coisa que fica, que dura, e o testemunho, o ensinamento (para evocar a etimologia) que ele traz devem ser em primeiro lugar analisados desmistificando-lhe o significado aparente” (LE GOFF, 1978, p. 547-548). Seria preciso, portanto, desnaturalizar o evento (VEYNE, 1982). Na Introdução de uma de suas obras clássicas, *A Arqueologia do Saber* (1986[1969]), Foucault questiona o papel da história enquanto mediadora da realidade dos fatos que narra pelo uso que até então se fazia dos documentos, como verdade incontestada, através de seu próprio viés interpretativo, e desloca o foco da análise dos fatos para as subjetividades que os constituíram (RAGO, 1995). É com essa perspectiva foucaultiana que nos propusemos a

analisar a produção documental sobre corrida de rua, extraída de diferentes mídias impressas, com base nas discussões teóricas e conceituais com as quais estamos dialogando. Para Foucault,

[...] a história mudou sua posição acerca do documento: ela considera como sua tarefa primordial, não interpretá-lo, não determinar se diz a verdade nem qual é seu valor expressivo, mas sim trabalhá-lo no interior e elaborá-lo: ela o organiza, recorta, distribui, ordena e reparte em níveis, estabelece séries, distingue o que é pertinente do que não é, identifica elementos, define unidades, descreve relações. O documento, pois, não é mais, para a história, essa matéria inerte através da qual ela tenta reconstituir o que os homens fizeram ou disseram, o que é passado e o que deixa apenas rastros: ela procura definir, no próprio tecido documental, unidades, conjuntos, séries, relações. (FOUCAULT, 1986, p. 7)

Todavia, temos a percepção de que há tempos atrás os periódicos – como jornais e revistas – não gozavam de prestígio como fontes documentais históricas para pesquisas científicas. E há uma série de fatores para que isso ocorresse, como o próprio contexto de produção dos noticiários e interesses que cada conglomerado de mídia representa. Analisar as motivações e contextos de geração de uma notícia é imprescindível. Esse conjunto de informações faz parte da pesquisa e precisa ser analisado tanto quanto o conteúdo extraído na coleta. “Conferir historicidade às fontes é predicado do qual o historiador não pode prescindir” (BOSCHI, 2011, p. 16). Outras obras que abordam a utilização da metodologia também alertam para esse cuidado. Nesse sentido, “o conhecimento do passado, que é sempre produção de sentido e interpretação, envolve, entre outros requisitos, o cuidado de não tratar os documentos (especialmente os de arquivo) como entidades discretas, com vida independente e autônoma” (CAMARGO, 2009, p.437).

Ainda que, segundo a obra organizada por Carla Pinsky (2008), até o início da década de 1970 fossem poucas as pesquisas que utilizassem jornais e revistas como fontes para o conhecimento da História do Brasil, esse panorama começa a mudar a partir do final do Século XX. Antes disso, entretanto, uma pesquisa como essa, baseada em grande parte em acervo jornalístico, corria o risco de baixa aceitação por parte da academia, não sob acusação de falta de objetividade dos meios de comunicação, mas sim pelo “uso instrumental e ingênuo que tomava os periódicos como meros receptáculos de informações a serem selecionadas, extraídas e utilizadas ao bel prazer do pesquisador”. (LUCA, 2008, p. 116). Na classificação das fontes tidas como seguras, os veículos de comunicação de imprensa tradicionais – como jornais e revistas comerciais – têm conquistado mais credibilidade, todavia, há potencial para um maior crescimento. “A presença dos meios de comunicação nos estudos históricos tem aumentado bastante nos últimos anos. Porém, com frequência, os meios recebem destaque apenas nas pesquisas que os utilizam como fonte principal ou como objeto de estudo” (FORTES, 2009, p.

450). Ana Paula Goulart Ribeiro ratifica essa afirmação: “os meios de comunicação vêm sendo cada vez mais utilizados pelos próprios historiadores, senão como a principal fonte de suas pesquisas, pelo menos como uma delas” (RIBEIRO, 2000, p. 40). Ao utilizar a imprensa como fonte, o pesquisador parte do preceito de que o homem está se relacionando com transformações ocorridas no seu próprio cotidiano – a atualidade – e considera que o indivíduo adquire consciência do processo social em que está inserido:

É a chamada história vivida, registrada cotidianamente nos jornais. Mas a mensagem jornalística, quando considerada como o registro histórico por excelência, acaba por também impor aos historiadores um modo de recordação do passado. Os meios de comunicação, não à toa, têm sido cada vez mais utilizados em pesquisas históricas, principalmente naquelas cujos recortes temporais enfocam o século XX (RIBEIRO, 2000, p. 36).

Em nossa pesquisa, entendemos a importância dos meios de comunicação de massa, especialmente pela relação que a imprensa possui com as modalidades esportivas, conforme análise de Melo *et. al.* (2013). “Uma observação atenta da mídia permite perceber sua atuação simultânea como arena e agente. De um lado os veículos funcionam como espaços em que múltiplas vozes se pronunciam [...] De outro lado, cada produto midiático interfere na dinâmica do campo” (MELO *et. al.*, 2013, p. 114). Outro fator relevante para o desenvolvimento da pesquisa foi a conscientização de que os fatos históricos geram conteúdo para pesquisadores que os estudarão em uma época diferente daquela em que ocorreram. Portanto, essa perspectiva arquivística da História é tida como fundamental em um estudo científico. “À primeira vista, poderíamos associar a força representativa dos documentos de arquivo ao grau de proximidade que mantem com os fatos, entendendo-os por sua vez, como parcelas irredutíveis da realidade [...]” (CAMARGO, 2009, p. 431). O fato dessa consulta ser indireta (BLOCH, 2002), portanto mediada, é o que faz com que os pesquisadores busquem fontes confiáveis, cuja narrativa procure ser objetiva, neutra e fiel aos fatos relatados. Afinal, em muitos dos casos, “o historiador, por definição, está na impossibilidade de ele próprio constatar os fatos que estuda” (BLOCH, 2002, p. 69). Normalmente, por conta desse requisito, livros e artigos costumam levar vantagem em relação a fontes arquivísticas, como jornais e revistas comerciais.

Em outras palavras, os jornais são compostos por matérias redigidas por pessoas que viviam aquela realidade relatada em tempo real, entretanto, estariam sujeitas a interpretações subjetivas ou tendenciosas do repórter. Naturalmente, contudo, essa própria ressignificação de contexto situacional deve ser feita durante a análise da transcrição de uma reportagem concebida na década de 1970 para os dias em que o estudo está sendo realizado, por exemplo. “É imperioso ter ciência de como ocorrem a produção e o fluxo dos documentos [...] A função

do documento hoje, insta-se, não é a mesma do momento de sua produção” (BOSCHI, 2011, p.18). Por se tratar de um hábito social e não necessariamente de um fenômeno histórico, entendemos ser importante a aplicação desse olhar jornalístico sobre a prática da corrida de rua e a categorização que as próprias matérias, notas e reportagens lhe conferiam, em especial quando relacionada a hábitos saudáveis. O jornal como fonte histórica tenderá a nos apresentar a forma como o leitor tinha acesso ao tema e como sua prática estava sendo codificada pelos meios de comunicação da época. Para consulta ao acervo de notícias do passado, utilizamos o material disponível na hemeroteca digital da Biblioteca Nacional. Tal escolha se deu pela otimização do tempo de consulta e pela possibilidade de utilização das ferramentas de busca de forma eletrônica. Afinal:

Seja como for, as novas tecnologias têm oferecido aos historiadores meios para que eles exerçam, cada vez mais, o domínio e o controle das e sobre as fontes. O tratamento eletrônico das informações faculta aos estudiosos ganhos extraordinários e, em simultâneo, mudanças substanciais nos procedimentos de pesquisa e na organização dos dados. (BOSCHI, 2011, p. 26)

Para além dos acervos e arquivos da imprensa, realizamos também um levantamento bibliográfico de produções científicas junto a fontes eletrônicas, como a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), a Biblioteca científica eletrônica online Scielo e o Google Acadêmico, seguindo orientações básicas do tipo: “é aconselhável que o historiador mantenha, em toda e qualquer pesquisa, um diálogo constante entre diversos tipos de fontes, além, é claro, de manter-se atualizado com outros campos de saber” (PINSKY e DE LUCA, 2015, p. 259).

Por fim, ao defendermos a utilização da pesquisa documental como metodologia de pesquisa mais adequada ao trabalho desenvolvido, concluímos o raciocínio dessa justificativa citando novamente o historiador Jacques Le Goff ao estender a abrangência do documento como fonte histórica:

O novo documento, alargado para além dos textos tradicionais – transformado sempre que a história quantitativa é possível e pertinente – em dado, deve ser tratado como um documento/monumento. De onde a urgência de elaborar uma nova erudição capaz de transferir este documento/monumento do campo da memória para o da ciência histórica. (LE GOFF, 1978, p. 549).

Dado o que entendemos ser o referencial basilar para a compreensão do estudo proposto, em uma analogia com a própria corrida de rua, podemos dizer que concluímos o aquecimento para uma verdadeira maratona de mais três capítulos, doravante. Agora, já alongados, é hora de afixarmos o número de inscrição no peito, dirigir-nos ao devido pelotão e nos posicionarmos à linha de largada, pois estamos aptos a começar nossa jornada em busca de respostas e – por que não? De novas perguntas –. Sigamos em frente, rumo ao passado.

## 1. É DADA A LARGADA: COPA DE 70, IMPRENSA E POPULARIZAÇÃO DA CORRIDA DE RUA NO BRASIL

### 1.1. DA COPA DO MUNDO PARA COPACABANA: COOPER E NOVOS HÁBITOS DE SAÚDE NA IMPRENSA CARIOCA

Há dois anos os aeróbicos eram um programa de exercícios pouco conhecido, que estava sendo estudado pela Força Aérea Americana. Agora milhões de pessoas estão praticando estes exercícios, e não é difícil saber por quê: homens e mulheres podem ter melhor aspecto, sentir-se melhor e viver mais, seguindo este método cientificamente testado e provado de alcançar e manter boa forma em qualquer fase da vida. (*Seleções Reader's Digest*, maio de 1970, p. 130)

Embora a ênfase desta pesquisa se concentre a partir do período de emergência da corrida enquanto prática sociocultural de saúde, demarcado pela Copa do Mundo de futebol de 1970, historicamente os primeiros registros de sua ocorrência datam ainda do século XIX: “[...] as primeiras competições mais estruturadas foram organizadas em 1880, em um campo da rua Paissandu (Laranjeiras), por um grupo de ingleses ligados ao Rio Cricket Clube [...]” (MELO, 2009, p. 75). Antes de se tornar um hábito social, ganhar as ruas, calçadas e capas de jornais, a corrida de rua demorou um pouco a se firmar como evento esportivo e hábito cotidiano na então capital do Brasil, ainda que outros esportes emergissem àquela época. “Foi mesmo no Rio de Janeiro do século XIX que se estruturou pioneiramente o campo esportivo brasileiro” (MELO, 2009b, p. 36). O caráter normativo e disciplinar da prática esportiva, contudo, não se revelou logo de início, uma vez que o aspecto lúdico predominava em oposição às acirradas disputas entre atletas de elite ou ambiciosas metas a serem traçadas posteriormente por corredores amadores. É notável, também, o fato de que o atletismo e a corrida de rua foram se reconfigurando com o passar das décadas.

O atletismo no século XIX tem uma trajetória curiosa. De início, não se tratava de uma prática relacionada à saúde ou higiene; era quase uma brincadeira organizada pelos ingleses que viviam no Rio de Janeiro. O programa era dos mais curiosos, notadamente nas provas de corridas, que previam categorias como o uso de sacos de estopa ou pernas de pau. (MELO, 2009, p. 75).

Tempos depois, a chegada do método Cooper ao Brasil converge com um período de novas concepções de saúde atreladas a hábitos de autocuidado, o que pode ter contribuído para sua aceitação e incorporação social em solo brasileiro. Não obstante, a metodologia de esforço físico para o alcance de melhorias nas condições cardiovasculares e capacidade pulmonar contou com uma chancela de peso, já anunciada na abertura do capítulo: a da Seleção Brasileira de Futebol, que adotou o método desenvolvido nos Estados Unidos na preparação física de seus jogadores para a Copa do Mundo do México, em 1970 (DIAS, 2017). Um dos principais responsáveis pela medida foi o então membro da comissão de preparadores físicos da delegação

brasileira, Cláudio Coutinho, que havia trabalhado diretamente com o doutor Kenneth Cooper, no Texas (COOPER, 1970). Veículos de imprensa da época e de décadas posteriores ratificam e guardam o registro dessa aproximação entre Cooper, a Copa de 70 e a adoção de um novo hábito por parte dos brasileiros:

Para o público brasileiro, a corrida pelas ruas vai sempre estar associada à figura do Dr. Kenneth Cooper, o Tenente-Coronel da Força Aérea norte-americana que um dia recebeu o convite para melhorar o preparo físico de seus companheiros de arma. Cooper, que fora membro da equipe de atletismo de seu colégio em Oklahoma e mais tarde participou de duas Maratonas de Boston, dedicou-se cada vez mais ao assunto, tornou o termo aeróbio uma expressão de uso corrente (seu primeiro livro com 2 milhões de cópia vendidas chamava-se *Aerobics*) e tornou-se até estreitamente ligado à campanha da Seleção Brasileira, campeã do mundo em 1970 (WERNECK, 26/2/1980, p. 33).

Em relação à grandiosidade daquela competição, “o IX Campeonato Mundial de Futebol era o maior evento da história da comunicação até então: lá estavam reunidos 1.200 jornalistas de mais de cem nações dos quatro continentes” (SANDER, 2019, p. 128). Consequência dessa mobilização profissional, cerca de 600 milhões de espectadores assistiram aos jogos em todo o mundo. No Brasil, a Copa de 1970 foi a primeira transmitida ao vivo pela televisão. Foi também a primeira transmissão em cores – embora tenha sido assistida predominantemente em televisores preto e branco por aqui – e a audiência dos jogos passava de 90% (SANDER, 2019). Além dos números apresentados, o Regime Político do Brasil, que à época passava por um governo militar, utilizou a Copa e o desempenho daquela seleção em seu benefício (OLIVEIRA, 2002 e 2009; SANDER, 2019), afinal, embora historicamente o uso político de um êxito esportivo não seja uma prerrogativa exclusiva de governos militares (GUTERMAN, 2006), “é necessário enfatizar que poucos regimes políticos souberam utilizar o futebol como o fez as ditaduras” (BREITKREITZ, 2012, p.3). Tais fatores amplificam a importância daquele evento esportivo no tecido social brasileiro, tanto em termos de alcance demográfico quanto de relevância sociopolítica.

Antes de ganhar os campos de futebol, o teste de Cooper – que antecede o método de mesmo nome e norteia sua confecção – havia sido utilizado por astronautas americanos e recebeu destaque no Brasil, muito por conta do vigor apresentado pelo time nacional na campanha que culminou na conquista do tricampeonato mundial. Para muitos críticos do futebol, uma geração tida como a melhor de todos os tempos. Cleber Dias ratifica que naquele momento, “as primeiras referências ao nome de Cooper no Brasil são feitas por preparadores físicos que integravam a comissão técnica da seleção brasileira de futebol, por ocasião do início dos treinamentos para a Copa do Mundo do México, disputada em 1970” (DIAS, 2017, p. 4).

Os jornais da época confirmam suas afirmações, evidenciando o método que auxiliara de forma determinante a célebre conquista daquele mundial.

Depois que a Organização Mundial da Saúde considerou excelente a forma física da Seleção Brasileira, começou-se a falar no método Cooper, utilizado no preparo dos jogadores, como é utilizado no preparo dos cosmonautas. Para o capitão Cláudio Coutinho, supervisor da Seleção, introdutor do método no Brasil e amigo particular do Dr. Cooper, os exercícios são os mais simples e a continuidade é fundamental. (*Jornal do Brasil*, 21/09/1970, p. 6)

O trecho destacado como citação direta foi extraído de uma edição dominical do *Jornal do Brasil*, composta por uma página inteira da seção *Saúde*, dedicada a atividades físicas como forma de prevenção de doenças crônicas. A publicação, cujo título é: “Tão em forma quanto a seleção”, dá total destaque e crédito ao método Cooper. Além de explicar detalhadamente a metodologia norte-americana, a publicação impressa contém uma série de informações sobre os exercícios, a fisiologia aeróbica, exames médicos, conselhos, tutorial e até uma tabela de exercícios. A reportagem, ao resgatar a memória identitária da seleção campeã no México meses antes, demonstra novamente o quanto a cobertura de mídia, em especial da imprensa esportiva daquele mundial, foi essencial à consolidação e popularização da adoção da atividade física como forma de prevenir doenças e, logo na sequência, de promover saúde, com especial enfoque aos estudos de Cooper. O topo da página da edição daquele domingo já abre a seção com uma ilustração em que uma série de mulheres aparecem caminhando, sob uma legenda: “Exercícios aeróbicos: andar a pé. O objetivo é fortalecer os músculos, o coração e a respiração” (*Jornal do Brasil*, 21/09/1970, p. 6).

Nas buscas pela expressão ‘Método Cooper’, encontramos, ainda, uma matéria jornalística da revista *Manchete* de 1969, antes mesmo da Copa do Mundo e do marco estrito de nossa pesquisa. O texto, todavia, já fazia referência à metodologia que se consagraria no ano seguinte nos estádios mexicanos. A citação ocorre na edição número 900 da revista, disponibilizada nas bancas no dia 19 de julho daquele ano. Conforme o imaginado, a menção é feita em uma reportagem sobre futebol, na qual uma análise prévia considerava fatores que poderiam ser decisivos para a disputa e aborda a preparação da seleção brasileira para o mundial do ano seguinte, acertando na previsão.

Os estilos mudaram. Em 58 o Brasil dominava o mundo com quatro beques, dois volantes e quatro dianteiros. Hoje a centena é 4-3-3. E a ciência está presente em cada drible, cada toque de bola, cada pique rumo ao gol, cada deslocamento de jogador. Em dez anos o craque brasileiro saiu do psicoteste para o Método Cooper, usado pelos cosmonautas. Eles se prepararam como os homens do espaço, porque vivem na era espacial. As plateias, os campos, as bolas e as regras do jogo continuam iguais. Só mudou a mentalidade. A concepção do jogo. Creio, porém, que mudou o mais importante. Daí ser

possível afirmar que o trabalho de João Saldanha [até então técnico da seleção] está certo. (*Manchete*, 19/07/1969, p. 14)

Voltando ao *Jornal do Brasil*, em uma classificação cronológica, a primeira menção ao método feita por uma reportagem do veículo ocorre na edição de 13 de maio de 1970, apresentando-o como uma forma inovadora e eficaz de ginástica, em uma página com notícias sobre moda e destinada a mulheres, ainda que a nota em formato de anúncio advertisse que o método era extensivo aos homens, como relata a citação a seguir.

Ginástica: O método Cooper de ginástica é prático e moderno. Não toma muito tempo. Apenas três vezes em seis semanas, 12 minutos cada uma, podendo ser praticado em qualquer lugar. A revista *Seleções* de maio traz todas as indicações do método revolucionário que pode ser adotado por homem ou mulher. (*Jornal do Brasil*, 13/05/1970, p. 5)

Como podemos observar, logo o método inovador saiu da América do Norte para as páginas de jornais e capas de revistas no Brasil, ganhando rapidamente ares de popularidade e no auge das narrativas da prevenção de riscos em voga nos discursos sanitários normativos – e posteriormente da promoção da saúde –, caminhar e correr ofereciam-se como boas opções para extensão da vida:

O próprio Cooper reconhecera mais tarde que grande parte dos méritos pelo sucesso de seus testes de avaliação no Brasil cabem a Cláudio Coutinho. Já na apresentação do primeiro livro de Cooper traduzido no Brasil, *Aptidão física em qualquer idade*, lançado em 1970, imediatamente depois da Copa do Mundo do México, Coutinho destacou o valor da obra, não apenas para satisfazer a vaidade das aparências físicas, como ele dizia, mas principalmente para contribuir, de modo decisivo, em suas palavras, para a manutenção da saúde e o prolongamento da vida (DIAS, 2017, p. 12).

Já na década de 1980, os jornais ainda lembravam Coutinho ao detalhar a origem da expansão da corrida de rua no Brasil a partir da popularização do método de Cooper, como destaca uma edição de 28 de maio de 1982 do *Jornal dos Sports*. A matéria intitulada “O Rio em Ritmo de Corrida: Do Leme ao Leblon” (p.20) se anuncia como um guia completo para disputa da prova de rua que, apesar da distância de cerca de 10 quilômetros, é chamada de maratona pela reportagem. “Saiba tudo sobre a maratona: a melhor roupa, o tênis mais adequado, os problemas físicos mais comuns e a melhor maneira de solucioná-los. Torne-se um atleta urbano” (p.20). O crédito à dobradinha entre o ex-preparador e técnico da seleção com o médico norte-americano ocorre já nos primeiros parágrafos da matéria, destacando novamente a parceria firmada na década anterior como fato essencial para o sucesso da corrida em solo nacional:

Ao contrário de países mais desenvolvidos, o Brasil dificilmente destacou-se em esportes amadores – com as exceções de praxe – principalmente corridas, até que Claudio Coutinho, então preparador físico da seleção brasileira de futebol, convidou o médico norte-americano Kenneth Cooper para fazer uma série de palestras, em 1972 (*Jornal dos Sports*, 28/05/1982, p. 20).

Em que pese as correlações entre atividade física e saúde possam ser “tão antigas quanto à própria civilização” (FRAGA, 2006, p. 105), tal entendimento sobre a conservação do organismo e, por consequência, da saúde fisiológica data apenas da década de 1950, quando “foi possível verificar que o baixo nível de atividade física influenciava negativamente o desenvolvimento de doenças degenerativas” (FRAGA, 2006, p. 106). O pesquisador e educador físico Alexandre Branco Fraga narra, ainda, a motivação dos estudos que originaram as descobertas de Cooper na segunda metade do século XX. O pesquisador explica que com o término da Segunda Guerra Mundial, todo o aparato de preparação física dos soldados americanos foi revertido para o programa de formação dos atletas estadunidenses. A partir dali a relação entre exercícios vigorosos e o aumento da capacidade cardiovascular passou a pautar diversas pesquisas e impulsionou laboratórios de estudos esportivos (FRAGA, 2006). Logo, as descobertas e novas recomendações da díade saúde-esporte desceriam o continente americano até chegarem em solo brasileiro:

No Brasil do início da década de setenta, ‘cooper’ havia se tornado ‘marca registrada’ das corridas de resistência aeróbica. Para Kenneth H. Cooper, o investimento em exercícios predominantemente aeróbicos era fundamental para a conservação da saúde, pois eles seriam responsáveis pela melhoria do sistema cardiorrespiratório que, por sua vez, repercutiria numa melhora geral do condicionamento físico e bem-estar geral de quem os praticasse com regularidade. Tais metas seriam resultantes ‘naturais’ de um programa metodicamente estruturado em exercícios intensos e ininterruptos (50-60 minutos três vezes por semana), precedidos de avaliação médica; orientados por especialistas e mensurados pelo consumo de oxigênio. (FRAGA, 2006, p. 106)

Consequência direta ou indireta do método originado nos Estados Unidos, fato é que Dallari (2009) defende que a corrida de rua passou por uma transformação nesse mesmo período, quando efetivamente se popularizou em escala global. “O aumento do número de praticantes, participantes de várias provas, no mundo todo, está concentrado nos últimos 30 anos, a partir do meio da década de 1970, depois de milênios de existência de corredores” (DALLARI, 2009, p. 53). Outros registros obtidos por meio da imprensa datados da década de 1980, quando o crescimento do fenômeno já completaria uma década e, portanto, poderia ser analisado com mais critérios, ponderam que há outras entradas para a prática esportiva, porém, convergem em relação ao impacto dos anos 70 e de tudo que o período trouxera para essa popularização. Em entrevista ao *Jornal dos Sports* em 1982, a então corredora e estudiosa do

método aeróbico, Eleonora Mendonça – tratada como sucessora de Cláudio Coutinho após sua morte no ano anterior (*Jornal dos Sports*, 27/12/1982, p. 14) – dialoga sobre essa espécie de genealogia da corrida de rua no Brasil e lembra da prova de rua mais antiga e tradicional disputada no país:

Sem dúvida, a corrida de São Silvestre foi a grande pioneira de provas de rua no Brasil. Isso há mais de 57 anos [em 1926], e criou uma repercussão mundial. Os melhores atletas estrangeiros sempre quiseram participar desta prova. E no Brasil os corredores treinavam só para aquele evento e, por isso, não havia quase corridas de rua. Mas, em 1968, Cláudio Coutinho, então preparador físico da seleção, tomou conhecimento do método aeróbico do doutor Cooper, que fazia uma palestra na França. Coutinho, então, estava à procura de um método que pudesse colocar nossa equipe de futebol em pleno condicionamento para toda uma temporada. Aí adaptou o método do Kenneth Cooper, que consistia em corridas. Em 1970, esse foi o estopim para a sequência de corridas. No entanto, as pessoas não sabiam o que era método aeróbico. Confundiam e diziam: “Bem, agora vou fazer meu cooper”... E nesses últimos quatro ou cinco anos temos uma média de duas a três corridas em cada fim de semana. (*Jornal dos Sports*, 03/10/1982, p. 16)

Para Dias (2017), a partir dos anos 70 a propaganda exagerada por parte da imprensa, sobretudo a esportiva, atrelou diretamente ao fenômeno ‘Cooper’ o aumento dos praticantes de corrida de rua. Uma das marcas dessa associação foi, inclusive, a atribuição do nome do criador à prática em si, por seus adeptos, como destacou a entrevistada na citação anterior, bem como percebe-se em várias outras menções na imprensa realizadas à época (*Jornal do Brasil*, 29/01/1984, p. 12; 02/03/1986, p. 6; 17/03/1986, p. 6; 02/05/1986, p. 6) e até mesmo nas expressões populares ditas ainda nos dias atuais, quando de fato ‘fazer um cooper’ virou sinônimo de corrida. Naquela época, o já famoso teste para aferição da capacidade física, chamado simplesmente teste de Cooper – que estabelecia parâmetros de avaliação do condicionamento físico através da medição da distância percorrida em uma corrida de 12 minutos –, para constituir o método, tornou-se sinônimo de atividade física aeróbica no Brasil. Mais do que isso, dali em diante o crescimento do interesse pela prática da corrida de rua seria sempre e inevitavelmente associado pela opinião pública brasileira às ideias de Cooper, consolidando, assim, uma memória social que até hoje o identifica como principal responsável pela difusão do hábito de se praticar regularmente a corrida ou a caminhada (DIAS, 2017).

Conforme temos constatado, essa vinculação do hábito da corrida de rua ao surgimento e evolução do método Cooper teve origem nos Estados Unidos e refletiu-se em países como o Brasil, por algumas das razões já apresentadas e debatidas, conforme o próprio Cooper revelara em entrevistas e depoimentos, como na matéria publicada pelo *Jornal do Brasil* durante nova visita ao país, no início da década de 1980.

Em 1968, quando lançamos o livro [*Aptidão física em qualquer idade*] cerca de 600 mil pessoas praticavam corridas nos Estados Unidos. Em 1980, esse número atingiu 27 milhões e houve um decréscimo de 23% de pessoas que morreram de ataque do coração, 38% a menos de ataques cardíacos e 48% de doenças causadas pela hipertensão – acrescentou Cooper. Kenneth Cooper lembrou que, quando lançou o livro sobre corridas, alguns comentaristas alegaram que os exercícios fortes, sugeridos por ele, viriam aumentar o número de ataques do coração. Hoje – explicou – podemos provar justamente o contrário. Houve inclusive um aumento do índice de vida nos Estados Unidos, onde a média era de 70 anos em 1960 e, em 1980, passou a 73 anos e três meses – acrescentou. No Brasil soube que a média de vida é de 60 anos, mas, com a prática de exercícios, ela tende a aumentar – disse Cooper (*Jornal do Brasil*, 21/09/1982, p.2).

Podemos inferir que depoimentos como esse, veiculados pela imprensa, tinham a capacidade de incentivar a adoção do método de Cooper e da corrida como um hábito na busca por melhores condições de saúde e conseqüentemente pela prometida qualidade e extensão de vida. Sobre isso, podemos refletir que originalmente a adoção de atividades físicas teria outros sentidos e motivações que não os da normatização da saúde no qual a corrida de rua acabou inserida no século XX. Ronaldo Helal (1990) classifica tais práticas como brincadeira, jogo ou esporte e trata suas diferenças, cujo conjunto de regras e motivações consistem em algumas delas. No caso do esporte, as regras e fatores de competição – como medição e quantificação – são fatores determinantes. “Uma das características marcantes do esporte moderno é a sua tendência a transformar qualquer atividade atlética em algo que possa ser medido e quantificado” (HELAL, 1990, p. 46). Nesse sentido, a corrida de rua, como prática esportiva, carrega essas características, em especial em relação à marcação do tempo e distância dos praticantes. Todavia, os discursos prevencionistas e promocionistas da saúde extrapolam as três fronteiras apresentadas por Helal ao configurá-la como prática individual e disciplinar de saúde. Não sendo, portanto, nem jogo, nem esporte e tampouco brincadeira. Surgiria daí uma quarta classificação para a corrida de rua, conforme nosso entendimento.

Exercitar-se regularmente, especialmente se isto envolve atividades físicas que não se configuram como jogo e que não estão associadas com o prazer (tais como os esportes de raquete ou os esportes coletivos) mas cuja finalidade é a manutenção do corpo (por exemplo, o jogging e o exercitar-se em academias), atua como um marcador da capacidade de um indivíduo para a autorregulação. Este conceito de exercício está fortemente atrelado ao conceito de saúde como uma ‘criação’ ou como uma realização do *eu* (LUPTON, 2000, p. 29).

Em uma explicação breve e simplificada, o método de Cooper consiste em estudos científicos que resultaram na elaboração de uma planilha de exercícios físicos aeróbicos – aqueles que usam basicamente oxigênio para produção de energia necessária à atividade – visando ao fortalecimento de órgãos e tecidos do sistema respiratório e circulatório, como

pulmões, coração e fluxo sanguíneo. Essa prática aprimora o condicionamento físico de seus adeptos. “Você aumenta o consumo de oxigênio e, conseqüentemente, sua capacidade de resistência” (COOPER, 1970, p. 25). Em seu principal livro de divulgação do método, Kenneth Cooper detalha o funcionamento do organismo daqueles que aderem à rotina de exercícios.

Os pulmões começam a trabalhar mais ar, com menos esforço, o coração fica mais forte, bombeando mais sangue, com menos batidas, o suprimento de sangue para seus músculos melhora, e o volume total de sangue aumenta. Em resumo, você melhora a capacidade do corpo para levar oxigênio e remetê-lo às células do tecido onde é associado ao alimento para produzir energia. (COOPER, 1970, p. 25)

Os exercícios de sua tabela deveriam ser capazes de gerar o esforço necessário para que o coração bombeasse o sangue acima de 150 batimentos por minuto, formando um sistema de pontuação no qual os adeptos precisariam marcar ao menos 30 pontos por semana para serem considerados fisicamente resistentes. Isso significaria exercitar-se, em média, de quatro a seis vezes na semana. Com vistas a ampliar a possibilidade de adesão ao método, a planilha continha outras opções além da corrida, como natação, ciclismo e até handebol. Cada modalidade, porém, com sua formulação e carga específica. Apesar de fornecer outras opções aeróbicas, o desenvolvedor do estudo se posiciona de forma enfática em relação a sua preferência. “Se me perguntasse, afinal, qual exercício pode ser empregado com mais eficiência, eu não hesitaria em recomendar: correr” (COOPER, 1970, p. 27). Após algumas revisões e adaptações, a escala considerada apropriada para a corrida exigia pouquíssimo tempo. Ou seja, uma promessa de vida prolongada em relação às chamadas doenças crônicas não transmissíveis, com menos de uma hora de exercícios semanais. “Quando passar da distância de apenas 2.400 metros em 12 minutos, pode alcançar mais de 30 pontos. Apenas em quatro dias por semana – 48 minutos de exercício” (COOPER, 1970, p. 39). Uma das inovações apresentadas pelo método seria justamente o incentivo à exaustão física como fator benéfico à saúde.

Mais que apenas estarem concentrados nos sistemas cardíaco, circulatório e respiratório, esses exercícios aeróbicos, isto é, que usam basicamente oxigênio para produção da energia necessária à atividade, deveriam ter uma intensidade suficiente para fazer o praticante “arfar”, “ofegar”, “respirar com dificuldade”, “sentir o peito pesado”, o “coração bater mais forte”, o “sangue correr pelo sistema circulatório”, a fim de produzir uma pulsação mínima de 150 batidas por minuto. Não bastava correr, portanto, era preciso fazê-lo com intensidade. Mais precisamente, a um ritmo de 1.600 metros em 8 minutos, diariamente, seis vezes por semana. (DIAS, 2017, p. 8)

Como temos visto, o método de Cooper popularizou a ideia de que a saúde pode ser obtida através da prática esportiva e mensurada por meio das formas corporais (da protuberância abdominal, do peso corporal, do excesso de gordura). Voltando à análise do

futebol como ferramenta introdutória do Cooper no Brasil, o *Jornal dos Sports*, em setembro de 1970, foi outro veículo a destacar o método em uma de suas matérias após a Copa do Mundo em um texto intitulado *O poder da preparação*. “Na última Copa do mundo houve uma novidade marcante: a introdução no futebol brasileiro do chamado método de Cooper, um método de avaliação de capacidade física empregada no treinamento dos astronautas norte-americanos” (*Jornal dos Sports*, 30/09/1970, p. 25). Em *O Globo*, a associação direta do método Cooper com a Copa do Mundo também ocorreria em algumas de suas matérias, porém, na busca por palavras-chaves ela surge a primeira vez somente no ano posterior ao mundial, em uma nota com o título “Reconduzindo Cláudio Coutinho”. O texto sem ilustração e de poucas linhas fala sobre a recondução do militar ao comando da seleção para jogos amistosos e menciona um curso que ele faria em Portugal para aperfeiçoamento do método.

O Capitão Cláudio Coutinho, que foi do grupo de preparadores físicos e supervisor da seleção brasileira na conquista do tricampeonato do mundo, acaba de ser reconduzido ao comando dos atletas da CBD, já para os amistosos de julho próximo. E ainda este ano irá a Portugal para fazer curso sobre o uso do método Cooper para treinamento de atletas (*O Globo*, 19/06/1971, p. 17).

Em *O Globo*, ainda com base na busca por palavras-chaves, o termo Método Cooper só retorna na edição de 31 de janeiro de 1972, em uma matéria sobre uma Conferência de Cooper no Brasil, com o título: “Preparo do atleta e vida sadia para todos”.

Aumentar progressivamente a capacidade do atleta, de modo que ele suba de produção a cada disputa; prolongar sua vida útil através do melhor aproveitamento dos pulmões e coração, e reduzir ao mínimo as possibilidades de lesão são os pontos básicos da conferência que o professor Kenneth Cooper realizará hoje, no Conselho Internacional de Esportes Militares, em andamento na Ilha do Governador” (*O Globo*, 31/01/1972, p. 43)

A produção midiática sobre o sucesso obtido pela aplicação do método Cooper na seleção brasileira – fato que se somou à qualidade do time formado, com excelente nível técnico – motivou outras equipes a repetirem a fórmula, como narra a própria imprensa. A edição do jornal *O Globo* de 3 de fevereiro de 1972 publicou uma matéria sobre o Bangu, que apostou na preparação física de seus atletas para o sucesso no campeonato carioca daquele ano. A página 3 da edição foi publicada com o seguinte título em sua matéria principal: “Bangu usa Cooper e cronograma para ser novamente um grande” (*O Globo*, 03/02/1972), contendo o seguinte trecho:

[...] para esse jogo e para o campeonato carioca o Bangu se prepara seriamente. Seguindo um cronograma os jogadores agora passam pelo estágio de exercícios inspirados pelo método de Cooper, neuro-musculares e *circuit-training*, mas em abril alcançarão o apogeu da aptidão física. Para a comissão técnica essa época representará a volta do Bangu ao grupo dos de cima. (*O Globo*, 03/02/1972, p.21)

Na citação anterior, mais uma vez o preparo físico é destacado pela imprensa como um diferencial esportivo. Isso cerca de dois anos após as primeiras associações do método com o desempenho da seleção brasileira – que naturalmente não venceu apenas pelo desempenho físico, embora tenha sido um fator importante e amplamente destacado –. No mesmo mês do anúncio de que o Bangu adotaria o programa em sua preparação, método Cooper e futebol voltam a ter destaque na imprensa em uma publicação da revista *Manchete*, que publicou uma entrevista de quatro páginas com o próprio autor do método, juntamente com sua esposa, e relembrou sua relação com a seleção brasileira.

A matéria apresenta o exercício de forma entusiasmada, exaltando seus feitos e promessas. A chamada inicial tem o seguinte título: “Cooper. Seu método cura tudo: do enfarte ao tédio”. E a legenda complementava a manchete ufanista: “Mulheres grávidas, astronautas, doentes cardíacos, atletas campeões mundiais, diabéticos, crianças, jovens e adultos. Todos se beneficiam com os mais revolucionários exercícios de todos os tempos” (*Manchete*, 19/02/1972, p. 52). A referência ao futebol aparece, também, logo na legenda da foto principal que ilustra a entrevista, onde se lê: “A força física do escrete do tri – sintetizada em Pelé e Gerson [...] – foi adquirida através dos exercícios aeróbicos. Isso tonou o professor Cooper, inventor do método, um homem famoso no Brasil. Ele e sua mulher constataram isso na visita ao Rio” (*Manchete*, 19/02/1972, p. 52). A associação entre o método e o futebol brasileiro ocorre também no parágrafo introdutório àquela entrevista:

Desde a última Copa do Mundo o Brasil inteiro sabe o que é o Método Cooper. Foi praticando esse tipo de exercícios, que os nossos craques chegaram ao tri com uma saúde de ferro. Agora, o inventor deste método, o professor Kenneth H. Cooper veio ao Brasil. Pela primeira vez viu um jogo de futebol e um dos tricampeões que ele ajudou a consagrar: Paulo César. Achou o jogo formidável, Paulo César um craque. Um pouco introvertido, meio calvo, embora com cara de garoto – apesar dos seus 43 anos de idade – o professor Cooper é um entusiasta do seu sistema, que ficou claro nesse debate que ele teve com a MANCHETE, ajuda a curar da úlcera ao tédio. (*Manchete*, 19/02/1972, p. 52)

Ao citar benefícios que vão além dos ganhos fisiológicos, como combater o tédio, a reportagem contempla um elemento que também é mencionado pelo autor do método em seu livro: o aspecto terapêutico de seus exercícios relacionados à saúde mental. Dando sentido ao tradicional chavão popular ‘mente sã, corpo são’. “Se o exercício beneficia o corpo, pode fazer maravilhas à mente. Em todos os estudos feitos sobre este assunto, nossos e de outros, foi provada uma relação definitiva entre aptidão física, vivacidade mental e estabilidade emocional” (COOPER, 1970, p. 116). Benefício esse também retratado na imprensa, conforme demonstra a reportagem de 24/06/1978, feita novamente pela revista *Manchete*: “Alguns

psiquiatras gaúchos consideram a corrida diária como excelente instrumento de extravasão da agressividade e alívio das tensões. Fisicamente, o exercício apresenta também a enorme vantagem de pôr em funcionamento certos músculos que a vida sedentária deixa praticamente inúteis” (*Manchete*, 24/06/1978, p. 74).

Até então, percebemos que todas as menções feitas ao método na imprensa foram positivas, um panorama que mudaria adiante. Enquanto ainda gozava exclusivamente de prestígio junto à opinião pública brasileira, o médico norte americano seguia fazendo escola e teve na nossa imprensa esportiva uma grande aliada. Comunicador e colunista esportivo de renome, Armando Nogueira foi outro importante personagem na divulgação do método, o trazendo à memória mesmo alguns anos após a cobertura jornalística da conquista no México. Na edição de 22 de fevereiro de 1972 do periódico – apenas três dias após a veiculação da entrevista na revista *Manchete* –, por exemplo, o colunista mencionou o método de Cooper, alegando ser “realmente estarrecedora a notícia de que os ingleses e alemães disputaram o mundial de 70 ignorando os métodos de condicionamento físico do professor Cooper” (NOGUEIRA, 22/02/1972, p. 35).

Embora não tenha sido ‘negligente’ como a Inglaterra e a Alemanha e se inspirado na preparação física da seleção brasileira, o Bangu de 1972 – mencionado anteriormente – não conseguiu de imediato colher os frutos de sua aposta. *O Globo* de 17 de abril daquele ano conta que, pouco mais de dois meses após anunciar a metodologia desenvolvida por Kenneth Cooper em seu programa de treinos, o time teria sido eliminado pelo Olaria do campeonato carioca, a despeito de sua preparação especial. A condição física dos atletas, entretanto, foi ressaltada na reportagem. “José Newton, o preparador físico, era dos mais tristes. Nesse ano o Bangu passou por um trabalho de preparação física inédito na Zona Rural. O método de Cooper foi seguido à risca. E pelos planos do preparador físico, o apogeu da forma física dos jogadores chegaria em abril. Neste mês [...]” (*O Globo*, 17/04/1972, p. 43). Na sequência da matéria os dirigentes do clube atribuem o revés a fatores externos, como má sorte e interferência da arbitragem, ressaltando que a preparação física seria útil para o restante da temporada.

Ainda que nos gramados nem tudo estivesse fluindo como o esperado, nas ruas o carioca se familiarizava cada vez mais com Cooper e seus ensinamentos. Em 20 de abril de 1972, o tema voltou a pautar a coluna de Armando Nogueira no *Jornal do Brasil*. Dessa vez a ênfase direta ao futebol não ocorre, ainda que o texto tenha sido publicado na seção de esportes do jornal, mas sim a sociabilidade da prática – aspecto que será aprofundado adiante neste capítulo –. A abordagem do assunto ocorre pelo fator social e aspecto biomédico do método, ao associar diretamente a ele a adoção da prática esportiva em áreas urbanas e ressaltar possíveis benefícios

fisiológicos aos adeptos. “Quem aparecer nas praias da Zona Sul, de manhã cedinho, vai sentir, como eu, que o professor Cooper está mesmo fazendo escola por aqui: é gente andando, marcha batida, gente correndo, gente pedalando, em busca de melhores pulmões e melhor coração” (NOGUEIRA, 20/04/1972, p. 39). O veículo impresso seguiu dando destaques à sociabilidade do novo método em outras edições e já no mês seguinte, em maio, o tema voltou à pauta como uma prática cada vez mais estruturada no cotidiano do carioca e que ganhava incentivo e reconhecimento das autoridades.

Os praticantes do método de Cooper que frequentam a praia de Copacabana tiveram ontem uma surpresa: do posto dois ao seis o delegado Hermes Machado, diretor do Serviço de Salvamento, mandou colocar placas indicativas de cada 400 metros para facilitar os que praticam esse tipo de exercício. (*Jornal do Brasil*, 11/05/1972, p. 10)

Contextualizando o trecho dessa reportagem, Pich, Gomes e Vaz (2007) relatam as transformações geográficas e socioculturais ocorridas no Brasil nos anos 70, parte delas também graças ao advento da corrida de rua: “de forma concomitante à disseminação do discurso do Cooper, a paisagem das cidades ganha um novo componente, as pistas de caminhadas e corridas que são percorridas diariamente por contingentes de cidadãos comprometidos com sua ‘qualidade de vida’” (PICH, GOMES e VAZ, 2007, p. 187-188). As condições estruturais para realização da corrida de rua são abordadas novamente no jornal em pouco mais de um mês após a notícia de instalação das placas:

[...] as placas indicativas dos percursos a pé ao longo da praia têm atraído aos exercícios moradores de bairros distantes, como João José, de 73 anos, que vem da Tijuca. Para encurtar a distância percorrida de ônibus, da qual o método não se ocupa, as praias de Botafogo e da Bica (Ilha do Governador) serão balizadas este mês e as de Ipanema e Leblon em agosto. (*Jornal do Brasil*, 24/06/1972, p.5)

Julgamos válido destacar como a associação entre a preparação física e o título da Copa de 70 perdurou na imprensa esportiva. A correlação direta entre o uso do próprio método – ou teste – de Cooper foi feita nove vezes em 19 textos publicados no mês da competição (junho de 1970), pelo colunista esportivo Armando Nogueira em sua coluna diária, denominada *Na Grande Área*, e publicada no *Jornal do Brasil*. Tanto a coluna como seu autor serão objeto de análise empírica mais aprofundada no próximo capítulo dessa dissertação, reconhecida sua relevância ao retratar e de alguma forma impactar os hábitos e práticas dos leitores, à época. O trecho destacado a seguir e publicado após a final que consagrou o tricampeonato brasileiro ilustra bem essa associação explícita, tendo a figura de Pelé como seu ilustre porta-voz. Sobre a performance da seleção durante a Copa do México, Armando Nogueira afirma que:

O título de 70 deve ser exaltado como a associação de valores artísticos e científicos. A técnica incomparável de Pelé e de Gérson só levou o futebol brasileiro à final do Asteca, domingo, porque um comando competente soube executar um programa de preparação física e de habilitação tática, a meu ver, tão preciosos quanto o espírito de sacrifício dos jogadores [...] O próprio Pelé com seus 12 anos de pedreira no campo, não cansa de proclamar: ‘de todas as seleções em que joguei, essa, agora, foi a mais bem cuidada fisicamente’. (NOGUEIRA, 23/06/1970, p. 35)

Em sua edição, publicada em 12 de dezembro de 1981, a revista *Manchete* foi um dos veículos que relembrou a importância de Coutinho e de Cooper para o êxito daquela seleção, que depois refletiu-se nas ruas do Rio de Janeiro e gradativamente de várias outras regiões do Brasil. “Coutinho convenceu os companheiros de Comissão Técnica de que o Teste de Cooper deveria ser a pedra basilar de todo o preparo físico do time. Ele próprio traduzira o livro de Cooper no Brasil. E o fato de a Seleção adotar os conceitos do livro transformou-o num *best seller*” (*Manchete*, 12/12/1981, p. 4). Embora os talentos individuais de uma geração brilhante tenham sido sempre mencionados, a vinculação do sucesso da preparação física daquela equipe com a conquista do tricampeonato da Copa do Mundo resistiu por muito tempo nas narrativas midiáticas, como pode-se observar também na cobertura jornalística da preparação para a Copa de 74, na Alemanha Ocidental. A revista *Placar* – outro importante veículo de mídia esportiva do país e criada na década de 70 –, em sua edição de março de 1974, foi enfática ao afirmar em reportagem assinada pelo jornalista Raul Quadros que “a seleção ganhou no México no preparo físico” (QUADROS, 1974, p. 4). Nada mais natural do que uma metodologia divulgada com tanto êxito e promessas de benefícios se adaptasse e nessa reconfiguração ganhasse a aprovação popular e as ruas. A essa altura, contudo, o método já sofrera questionamentos em relação à segurança de sua prática, como trataremos nos próximos capítulos.

As matérias jornalísticas levantadas até aqui indicam a importância atribuída a Cooper pela imprensa brasileira para explicar a adoção e reconfiguração do hábito que foi se transformando e passou de uma série de exercícios aeróbicos, basicamente, à corrida de rua como a conhecemos hoje. “O surgimento e a difusão do hábito de correr regularmente nas ruas foi um dos primeiros e mais importantes agentes para a sedimentação desta representação histórica” (DIAS, 2017, p. 3). Como já destacado, ainda que o método consistisse na possibilidade de adoção de outras modalidades, como natação e ciclismo, a corrida – por sua praticidade e até mesmo pelas possibilidades fornecidas pela topografia carioca – logo caiu no gosto popular, sendo, inclusive, a atividade da preferência do próprio criador do método (COOPER, 1970). A associação entre Cooper e a ascensão da corrida de rua é, então, uma relação recorrente entre os pesquisadores que se dedicam ao tema:

Alguns anos depois, em 1978, mas somente reforçando as mesmas associações de maneira sumária e enfática, dizia-se que “a caminhada, como praticada atualmente é uma invenção do Dr. Kenneth Cooper”. Em 1979, a jornalista Susana Schild, em reportagem sobre o que ela própria chamava de “febre” e “mania”, apontaria uma vez mais o médico norte-americano como o grande responsável pela difusão do hábito de se praticar exercícios no Brasil. Segundo ela, “correr, caminhar, ou se preferirem jogging ou teste de Cooper, tudo isso são sinônimos da mesma febre lançada por Kenneth Cooper no início da década”. Não sem razões, estava mais que consolidada a memória que vincularia a corrida de rua ao nome de Cooper (DIAS, 2017, p. 15).

Em outros artigos recentes, como o de Jorge Rodrigues, Felipe Triani e Silvio Telles (2018), cujo objetivo é estudar a motivação dos corredores de rua na contemporaneidade, o método de Cooper também é relacionado com a adoção da corrida como hábito sociocultural nos anos 1970, no Brasil, e em várias partes do mundo:

O movimento denominado *jogging boom*, influenciado pela teoria do Método Cooper, estimulou o surgimento da cultura das corridas, em ambientes externos, nos Estados Unidos na década de 1960 e 1970. Essa prática rapidamente chega ao Brasil, talvez impulsionada pelo sucesso da seleção brasileira de futebol campeã na Copa do Mundo do México, no ano de 1970, que utilizou o teste de Cooper na preparação de seus jogadores. (RODRIGUES, TRIANI e TELLES, 2018, p. 206)

Contudo, cabe-nos ponderar que apesar da reconhecida influência de Cooper na adoção do estilo de vida ativo, que passa por reconfigurações até os moldes atuais – da prática da caminhada e corrida de rua –, entendemos que toda relação positivista, de causa e efeito, trazida até por alguns dos veículos aqui analisados, deve ser vista com cautela, em virtude do aspecto multifatorial que caracteriza a produção de sentidos no tecido social. Ou seja, Cleber Dias alerta para o fato de que “apesar do notável entusiasmo da imprensa brasileira, seria exagero atribuir apenas a Cooper toda responsabilidade pelo desenvolvimento do gosto por corridas no Brasil” (DIAS, 2017, p.15). Um fato pode ser ocasionado por um conjunto de forças que convirjam em determinada circunstância. Nesse mesmo período, as doenças crônicas e discursos de fatores de risco também começaram a preocupar os brasileiros, que passaram buscar novos hábitos de vida capazes de preservar sua saúde (BUSS, 2000), encontrando nos exercícios incentivados por Cooper os indícios que buscavam.

Narrativa essa que emergiu com mais ênfase na imprensa e em outras esferas sociais na segunda metade da década de 1970, a partir, também, da tese de doutorado de Sérgio Arouca *O dilema preventivista* (1975), uma publicação científica que marca época. O estudo do sanitarista brasileiro e militante da Reforma Sanitária questiona o modelo preventivista hegemônico até então e apontava uma série de limitações, provocando e lançando bases para um novo modelo de saúde coletiva no país, no qual aspectos promocionistas seriam incentivados, assim como a

noção de saúde ampliada. De certa forma, o estudo foi um dos marcos para as mudanças nas políticas públicas de saúde do Brasil que culminariam uma década depois, inclusive, na criação do Sistema Único de Saúde, a partir da VIII Conferência Nacional de Saúde (1986), com reflexos até mesmo na criação da Constituição Federal de 1988.

Apesar da escassez de literatura científica sobre a corrida de rua no âmbito das Ciências Sociais e Humanas até os primeiros anos do século XXI (ROJO, 2014), identificamos que estudos mais recentes indicam diversas motivações para sua busca. Os interesses apontados vão desde a adoção da prática como hábito de saúde até a preocupação com a estética, passando por integração social, fuga do estresse da vida moderna e busca por atividades prazerosas ou competitivas (SALGADO e CHACON-MIKAHIL, 2006). Buscamos, portanto, uma reflexão crítica e pioneira acerca dessa prática a partir do percurso histórico de sua produção discursiva. Para tal, reconhecemos, entretanto, a relevância de Cooper em todo esse processo sociocultural e na popularização da corrida de rua como prática de saúde no Brasil, a partir da seleção brasileira de futebol. Assim sendo, julgamos pertinente a ampliação na abordagem acerca do papel de Cláudio Coutinho em toda essa trajetória e como a performance atlética dos corredores começa a ser percebida como uma prática de saúde, conforme destacava a imprensa nos primeiros anos da década de 1980:

Quando eu analiso os eventos dos últimos quinze anos, sinto que Cláudio, mais de que qualquer outra pessoa, era responsável pela aceitação em todo o mundo do programa aeróbico. A sua experiência com a Seleção Brasileira de 1970 tornou-se conhecida em todos os países do mundo em que se joga futebol. Tenho certeza de que esta é a razão principal pela tradução em 28 línguas estrangeiras dos livros sobre aeróbica. Isto significa que mesmo tendo como alvos principais melhorar o condicionamento físico da seleção mundial e também o melhoramento da saúde de todos os brasileiros, sua influência era tão sentida em todo o mundo que os povos agora em todas as nações estão praticando os exercícios aeróbicos num esforço de melhorar o seu estado de saúde e bem-estar (*Jornal dos Sports*, 05/03/1982, p.5).

Assim sendo, vamos então ao capitão Coutinho.

## 1.2. CAPITÃO CLÁUDIO COUTINHO: O EX-PREPARADOR FÍSICO QUE VIROU NOME DE PISTA DE ATLETISMO

Um dos principais responsáveis – senão o principal – pela propagação dos exercícios aeróbicos ao ar livre baseados no método de Cooper, no Brasil, Cláudio Coutinho destacou-se na carreira militar como educador físico e, anteriormente, como atleta de vôlei, antes de receber a indicação para participar de um congresso internacional de medicina, na França, onde conheceu e aproximou-se de Cooper. A partir de então, sua vida e o exercício aeróbico no Brasil não seriam mais os mesmos. “Em 1970, o capitão Cláudio Coutinho, então preparador físico da

seleção brasileira de futebol, introduziu no país o sistema criado por Kenneth Cooper, provocando a febre de provas de rua” (*Jornal dos Sports*, 03/10/1982, p. 16). Daquele contato inicial, na França, surgiria o convite para um período de estágio na NASA (*National Aeronautics and Space Administration* ou Administração Nacional da Aeronáutica e Espaço) de onde Coutinho sairia para compor a comissão técnica da seleção brasileira de futebol que se preparava para o mundial do México de 1970. A imprensa brasileira guarda registros documentais dessa trajetória.

Coutinho foi [ao Congresso na França]. E lá começou um relacionamento que seria decisivo na sua carreira. Um dos conferencistas era o Coronel Kenneth Cooper, da NASA, que não falava muito bem o francês e passou a utilizar Coutinho, que falava ainda muito bem o inglês, como seu intérprete. A amizade foi-se firmando e Coutinho recebeu de Cooper um convite para estagiar no Laboratório Aeroespacial na NASA, no Texas, em 1969: - Fiquei lá uns 45 dias e acho que foi aí que começou a guinada, diria mais tarde Coutinho [...] embora já fosse à época diplomado em Educação Física e Futebol, foi graças ao curso que passou da teoria à prática. Admildo Chirol, chefe da equipe de preparação física da Seleção Brasileira de Futebol, soube que na Escola de Educação Física do Exército havia um capitão com curso da NASA, portanto, importante para uma equipe que iria disputar uma Copa na altitude do México. (*Jornal do Brasil*, 28/11/1981, p.23)

Na imprensa esportiva, seu nome aparece como integrante do grupo de preparadores físicos da seleção em uma publicação do *Jornal do Brasil* de 1º de fevereiro daquele ano, na coluna de Armando Nogueira, que também será objeto de análise dessa pesquisa, no capítulo 2. A publicação mencionava Cláudio Coutinho como um dos auxiliares de Admildo Chirol – juntamente com Carlos Alberto Parreira e Paulo Azeredo Filho, esse último de quem não se encontra mais menção nas edições posteriores da coluna (NOGUEIRA, 01/02/1970, p. 31). Segundo reportagem da revista *Manchete* de dezembro de 1981, “quando se alistou de corpo e alma no futebol, animava-o a ideia de que havia teorias ainda virgens nos estádios do país. Sonhava em modernizar o estilo de jogar do brasileiro, tornando-o invencível, com a arte aliada aos melhores conceitos táticos”. (*Manchete*, 12/12/1981, p.4)

Após o sucesso na Copa e toda a repercussão da condição física apresentada pelos atletas brasileiros naquele mundial, a vida e a carreira de Coutinho deslançaram. Ainda na preparação para a Copa, passou a acumular a função de titular na comissão de preparadores físicos com a de supervisor da seleção, fato também noticiado na coluna de Armando Nogueira. “Foi afinal preenchido o lugar de supervisor da Seleção: o homem é o capitão Cláudio Coutinho, que forma no Escrete Brasileiro da Educação Física” (NOGUEIRA, 03/04/1970, p. 23). Posteriormente, com o término e conquista da Copa, Coutinho realizou a mesma função que desempenhara na seleção em alguns clubes do Brasil e do exterior, evoluindo para treinador logo em seguida.

Em gramados mexicanos, o time brasileiro voaria do ponto de vista do condicionamento físico, mesmo com a temida altitude, e complementando as invejáveis qualidades técnicas de jogadores como Pelé, Tostão, Gerson, Jairzinho e Rivelino. Coutinho, porém, não se limitava à preparação física: ainda na primeira metade dos anos 70, ao afastar-se inteiramente da carreira militar, acumularia passagens como supervisor na própria Seleção Brasileira (durante aquela Copa), no Vasco, no Botafogo e até no Olympique de Marselha [França] e treinaria a seleção peruana (TRIVELA, 05/01/2019).

Coutinho passou a dirigir as seleções brasileiras de base em 1976, ano em que conduziu a equipe olímpica na conquista de um inédito quarto lugar nos jogos de Montreal – Canadá, quando a Confederação Brasileira de Desportos (CBD), em acordo com o Flamengo, o cedera por empréstimo para treinar a equipe rubro-negra do Rio de Janeiro. À frente do seu time de coração, Coutinho cresceu e inovou, conquistando bons resultados em seu primeiro ano de trabalho como técnico do Flamengo. Até que na virada daquele ano para 1977, quando o clube intencionava contrata-lo em definitivo, a CBD o chamou de volta para treinar a seleção, onde ficara para disputar a Copa América daquele ano – vencida pelo Paraguai –, as eliminatórias para a Copa de 1978 e o próprio mundial, disputado em solo argentino e vencido de forma polêmica pelos donos da casa. O Brasil terminou a Copa de 78 em terceiro lugar. O fim da Copa também simboliza seu regresso ao Flamengo para o início de um trabalho que venceria títulos importantes como o tricampeonato estadual (78, 79 e 79<sup>6</sup>) e o Campeonato Brasileiro de 1980, além de deixar a base pronta para seu sucessor, Paulo César Carpegiani, conquistar em 1981 a Taça Libertadores da América e o Mundial de Clubes, os mais importantes títulos da história do Flamengo.

Foi também em 81, aos 42 anos, que Coutinho morreu precocemente, por afogamento. Na tarde do dia 27 de novembro, o ex-técnico da seleção rumou ao mar na lancha de um amigo para praticar a pesca submarina livre – pesca por mergulho sem auxílio de cilindros de oxigênio – próximo às Ilhas Cagarras, nas imediações de Ipanema (RJ), onde realizou seu último mergulho. A manchete do *Jornal do Brasil* sentenciara à época: “a morte durante o passatempo preferido” (*Jornal do Brasil*, 28/11/1981, p. 21). No mesmo dia, outros jornais de grande circulação também publicaram a notícia de impacto nacional em suas capas: “Coutinho, ex-técnico do Fla e da Seleção morre por afogamento” (*O Globo*, 28/11/1981, p.1). Segundo relatos e registros, Cláudio Coutinho morreu lutando com o único peixe que havia conseguido arpar naquela tarde e que possivelmente teria ficado preso entre as pedras no fundo do mar, o que fez com que o ex-preparador físico da seleção realizasse um esforço demasiado na tentativa de desprende-lo, até que ficasse sem oxigênio e perdesse os sentidos, antes do afogamento.

---

<sup>6</sup> Foram realizados dois campeonatos estaduais no ano de 1979, ambos vencidos pelo Flamengo.

Ironicamente, segundo relato da imprensa, de testemunhas e de outros mergulhadores, o condicionamento físico aquém do ideal, pelo tempo que Coutinho ficara afastado do mergulho, teria sido fator determinante para seu óbito. Após alguns mergulhos frustrados, ele teria insistido em tentar novamente fisgar algo, mesmo apresentando cansaço pela inatividade no mar durante nove meses, conforme relatou seu amigo que o acompanhara na pesca e dono da embarcação, Bruno Cariato, ao *Jornal do Brasil*:

[...] por volta das 12h, os dois mergulhadores conversaram um pouco a bordo da lancha e Bruno Cariato perguntou a Coutinho se ele se sentia em boas condições (há cerca de 9 meses Cláudio Coutinho não mergulhava) porque estava em Los Angeles, nos EUA. Segundo Cariato, Coutinho teria dito que estava sem fôlego, e recebeu conselho do amigo: mergulhar próximo à laje das Cagarras, onde a profundidade é menor. Os dois desceram novamente, mas Cariato não viu mais Cláudio Coutinho [...] por volta das 15h10 os mergulhadores Sérgio, Zé Maria e Nilson Silva Figueiredo localizaram o corpo de Coutinho: “Eu vi o pé de pato dele, próximo à laje das Cagarras, a cerca de 20 metros de profundidade. A água estava muito clara. Descemos e içamos o corpo dele. A esta altura, ele já estava morto”. Nilson disse que Cláudio Coutinho deve ter feito muita força para puxar um peixe que teria fisgado e que teria ficado preso, junto às pedras, no fundo do mar. “Mas não sei se esse foi realmente o motivo”. A bordo da lancha do Salvamar, o corpo de Cláudio Coutinho ainda expeliu muito sangue. Apresentava algumas escoriações, mas nenhum dos mergulhadores acreditava que um tombo ou pancada possa ter provocado a morte. Todos se inclinam pela teoria da falta de condições físicas (*Jornal do Brasil*, 28/11/1981, p. 21)

Coutinho deixou, entretanto, como legado para o futebol brasileiro uma cultura de alinhamento da técnica dos atletas com desempenho físico e, para a sociedade, ajudou a despertar o interesse pelos exercícios aeróbicos e pelo estilo de vida ativo, propagando seus supostos benefícios. Dias depois de sua morte, a prefeitura do Rio de Janeiro promoveu e dedicou a *I Corrida da Fraternidade*, na cidade, como uma das homenagens ao precursor do Cooper no Brasil: “O prefeito Júlio Coutinho, que estará na primeira fila com o professor Kenneth Cooper e outros convidados, disse que a corrida será dedicada à memória do treinador de futebol Cláudio Coutinho como maneira de lembrar o introdutor do método Cooper no Brasil” (*O Globo*, 03/12/1981, p. 11).

Grande entusiasta do exercício físico regular, Coutinho trocou a carreira militar por uma vida dedicada ao desporto brasileiro. Gaúcho de nascimento, porém carioca de criação – já que se mudou para o Rio de Janeiro aos quatro anos – o egresso da Escola de Educação Física do Exército ganhou na capital fluminense uma pista de corrida e caminhada que leva seu nome. Também conhecida como Caminho do Bem-te-Vi e Estrada do Costão, a Pista Cláudio Coutinho localiza-se na Praia Vermelha, no bairro da Urca, na Zona Sul do Rio de Janeiro, e integra o Monumento Natural dos Morros do Pão de Açúcar e da Urca, criado pelo Decreto

Municipal nº 26.578 de 1º de junho de 2006. A pista inaugurada pelo Exército Brasileiro na década de 1980 tem a extensão de 1,25 km e conta com marcação de distância a cada 50 metros. O próprio Cooper veio ao Brasil para inauguração da pista, em homenagem a seu ex-discípulo.

Em entrevista no Aeroporto Internacional do Galeão, o professor Kenneth Cooper disse que estava bastante emocionado e se sentia gratificado pelo progresso que o seu método alcançou no Brasil. “Para mim é um prêmio muito grande saber que eu tive uma pequena participação nesse progresso”. Ele rebateu as críticas feitas ao seu método, garantindo que há muita segurança em seus exercícios, desde que feitos adequadamente. (*Jornal dos Sports*, 21/09/1982 – p.10)

Em área militar, a pista é utilizada principalmente por desportistas, corredores e por turistas. Também é utilizado para caminhadas ao ar livre e para pesca nas pedras, uma vez que é proibida a sua utilização como ciclovia ou pista de patinação e skate. Precursor do método Cooper e um dos grandes incentivadores da corrida de rua no Brasil, é também por meio de sua influência que, a atividade tenha conquistado milhões de adeptos no país e em todo o mundo (DALLARI, 2009; DIAS, 2017), com uma estimativa de que seja praticada por 2 a 5 milhões de brasileiros, embora não existam estatísticas oficiais em âmbito nacional. (DIAS, 2017, p.2). Muitos dos hábitos do carioca, e do brasileiro de modo geral, advém daquele período, nos anos 70, e das novas práticas sociais incentivadas por Cláudio Coutinho, inclusive, a busca por melhores condições de saúde por meio da realização de atividades físicas. Tema de nosso próximo tópico de discussão.

### 1.3.AS SOCIABILIDADES DA CORRIDA DE RUA COMO HÁBITO DE SAÚDE

Conforme temos visto e discutido, a segunda metade do século XX marca o início da consolidação da corrida de rua como um fenômeno sociocultural contemporâneo no Brasil, atividade cuja popularidade é atestada por diversos autores que a estudam. “A corrida de rua, modalidade esportiva também conhecida como pedestrianismo, é uma prática cultural que mais tem se desenvolvido nos principais centros urbanos do mundo” (AUGUSTI e AGUIAR, 2011, p.1). Essa ascensão da corrida a pé como hábito social e cultural, entretanto, foi amplamente motivada por práticas discursivas de saúde, com ênfase na prevenção e no autocuidado, que pregavam a adesão à prática de exercícios aeróbicos como segredo para o prolongamento da vida (COOPER, 1970). Esse deslocamento motivacional da prática de exercícios físicos da preocupação estética para o cuidado com a saúde é expresso no prefácio da edição brasileira do primeiro livro de Cooper lançado no Brasil, *Aptidão física em qualquer idade*, assinado por Claudio Coutinho.

Agora sabemos com exatidão que nosso organismo necessita regularmente, para seu desenvolvimento, de exercícios e que estes não são apenas úteis para satisfazer a vaidade da aparência física, mas, principalmente, contribuem de modo decisivo para a manutenção da saúde e para o prolongamento da vida útil (COUTINHO, p. VIII, 1970).

Paralelamente, na mesma época, aumentava no mundo as ações de incentivo à atividade física como fator de saúde baseadas em movimentos como o *'Esporte para todos'*, criado na Noruega, em 1967 (OLIVEIRA, 2009), e que convergiria – alguns anos mais tarde – com a tendência dessa adoção dos exercícios aeróbicos como prática democrática de autocuidado em países como o Brasil, inclusive como aspecto de socialização:

O que se pretendia, como o próprio nome indica, é que toda e qualquer pessoa, independentemente de idade, sexo, condição social, econômica ou física, desenvolvesse algum tipo de atividade física. Poderia ser uma corrida, um passeio ciclístico, uma caminhada ou um torneio esportivo de fim de semana, além de um sem número de atividades corporais, inclusive de lazer. Além de um discurso voltado para a saúde (aptidão física) e o bem-estar do trabalhador, também estava em jogo uma ideia de vida comunitária, de harmonia social, visto que as pessoas praticariam essas atividades junto com outras pessoas. (OLIVEIRA, 2009, p. 393)

Outra mudança de paradigma entre atividade física e saúde estabelecida por Cooper diz respeito diretamente ao estereótipo tido como *'ser saudável'*. O médico lançou por terra – naquela época – o entendimento implícito de que corpos atléticos, malhados e torneados simbolizavam a boa condição física e plena saúde. “Os músculos que aparecem – os músculos do esqueleto – são apenas um sistema do nosso corpo e de maneira alguma, o mais importante. Se seu programa de exercícios é dirigido apenas aos músculos, você nunca conseguirá aptidão física” (COOPER, 1970, p. 11). Para Cooper, os treinos de hipertrofia muscular perdiam para os exercícios aeróbicos em termos de melhora na qualidade de vida.

Na minha especialização, as aparências enganam. Alguns homens excepcional e fisicamente aptos, testados em nossos laboratórios, eram de meia-idade, franzinos inclusive, de vez em quando surgia um meio barrigudo. Os mais inaptos que tivemos eram rapazes fortes, com má condição cardíaca. Desculpem se o que acabo de dizer desfaz qualquer ilusão sobre as cinturas finas e bíceps musculosos como chave de boa saúde. Não influem, nem garantem. São apenas um elemento secundário. A verdadeira chave é outra. (COOPER, 1970, p. 10)

Kenneth Cooper classificara, portanto, a ênfase à musculatura como um dos maiores enganos no campo dos exercícios. Contudo, apesar de suas ressalvas, especialmente a partir da década de 1980, a imprensa e a sociedade voltam a valorizar as curvas e músculos dos corpos como parâmetros de boa forma física e ainda citam o método de Cooper como um dos meios de alcançar as silhuetas desejadas, conforme será demonstrado e debatido adiante. O Rio de

Janeiro acaba sendo o lugar que mais sedia esse tipo de discussão. “O carioca, mais do que ninguém, tem necessidade de um bom corpo. É seu cartão de visita, pois nos outros lugares, como São Paulo, as pessoas não têm tanta urgência de manter a forma, usam pesados casacos e estão sempre cheios de roupas” (*Jornal do Brasil*, 31/01/1983 – p. 1).

A metodologia defendida pelo famoso cardiologista norte-americano, inicialmente introduzida pelo mote prevencionista como meio se de evitar um infarto, por exemplo, foi se adaptando também ao discurso da promoção da saúde, que emergia no Brasil no mesmo período, sendo ao mesmo tempo sustentada por ela e também fornecendo embasamento para sua própria atuação discursiva, em uma relação que metaforicamente pode ser considerada como mutualista. O atletismo de modo geral, e em particular a corrida de rua, passava a ser diretamente valorado como prática de saúde, o que fazia crescer sua popularidade e aceitação. “(...) O atletismo é uma das modalidades que se adequaram aos novos sentidos e significados em construção ao redor da prática, o que pode ser resumido na eliminação das apostas e na vinculação aos discursos de saúde e higiene” (MELO, 2009, p. 76).

A preocupação e o cuidado com a saúde – fatores que têm motivado a adoção de hábitos disciplinares, como atividades físicas, dentre outras medidas comportamentais – geram reflexões, debates e buscas por respostas que atravessam a história, despertando a curiosidade do ser humano desde sempre. Diferentemente do que o senso comum possa supor de imediato, as discussões sobre o conceito de saúde não são tão simplórias nem triviais, uma vez que dialogam com diversos campos sendo, também, fruto de uma construção sociocultural e passaram por várias mudanças de entendimento com o decorrer do tempo. “Podemos tomar como pressuposto, apenas para início de apreciação analítica, que a saúde é um problema simultaneamente filosófico, científico, tecnológico, político e prático” (FILHO, 2013, p. 15). Ou seja, conforme defendem pesquisadores afeitos à política da promoção da saúde, as questões sanitárias perpassariam por reformas econômicas e sociais (SINGER, 1946 e BUSS, 2000).

Dessa forma, a produção discursiva promocionista tem influenciado cada vez mais as práticas individuais – cuja adesão ou recusa nem sempre se condicionam a meras escolhas pessoais –. “A ideia de estilo de vida, tomada como hábito facilmente adotável por todos (para o que bastaria força de vontade, independentemente de sua condição social), ao mesmo tempo que deposita no indivíduo a responsabilidade por sua saúde, negligencia o fato de que suas práticas sociais nem sempre são adotadas de forma tão racional” (CASTIEL, GUILAM E FERREIRA, 2010, p. 60). Palma, Esteves e Bagrichevsky (2003) citam Nietzsche para problematizaram ainda mais esse aspecto, trazendo inclusive questões etimológicas para tratar a culpabilização individual. “O termo ‘são’, ainda aparece como sinônimo de santo. Não é de

se espantar, então, que o doente seja culpado por sua doença, que “só é gordo quem quer” ou cardíaco, ou diabético etc. Encontrar a saúde é, antes, então, reduzir esta tensão do sentir, esse fardo opressor da cultura” (PALMA, ESTEVES e BAGRICHEKY, 2003, p. 20). Entende-se a culpa também como uma construção cultural e um instrumento normalizador por parte do agente disciplinador no contexto de nossa análise – seja esse outrem o Estado, a mídia, o *coach* de emagrecimento, o mercado fitness etc –. “As técnicas de poder da disciplina são modos de produzir culpa. Para se culpabilizar, um indivíduo precisa olhar para si mesmo, para seus atos e pensamentos, com os olhos de um outro, cindindo-se entre o que deseja e o que deve ser. São técnicas, portanto, de interiorização do olhar e do juízo” (VAZ, 2006, p. 48).

Contemporâneo e conterrâneo de Cooper, o instrutor de Educação Física da Força Aérea norte-americana Stephen Huffaker, escreveu um livro intitulado *Ginástica para preguiçosos*, que chegou ao Brasil em 1971, apenas um ano depois do livro de Cooper, dando sequência a uma discussão que já estava posta naquele tempo. O conteúdo do livro corresponde ao título e embora se destine a ser um manual de exercícios físicos aplicáveis a diversas situações, a obra acaba reforçando o preconceito em relação aos indivíduos tidos por sedentários e constringendo aqueles não priorizam a realização de atividades físicas no cotidiano, como no seguinte trecho destacado a seguir:

Sua preparação física é um problema SEU. Estritamente pessoal. Se você tem um excesso de 30 quilos, acredite que será constrangedor fazer ginástica diante dos outros, mesmo que pertençam à família. Será razoável, então, que decida por conta própria e sem dizer nada a ninguém que é tempo de readquirir a forma; e, até, que não queira que os outros fiquem sabendo o quanto se descuidou do seu corpo. (HUFFAKER, 1972, p. 25).

Apesar da sucessão de absurdos impositivos e moralistas presentes na citação mencionada, a sociedade da época parecia aceitar bem tais termos, afinal, o livro foi publicado com esse conteúdo e a obra utilizada na consulta bibliográfica já estava em sua 2ª edição. Supõe-se, então, que tal terminologia utilizada pelo autor tenha gerado pouco ou nenhum incômodo no contexto em que circulou. Pouco antes das afirmações contundentes, o preparador físico que assina a obra teria definido a corrida como o esporte ideal para manutenção da forma física desejada, a exemplo do que Cooper fizera (1970). “A corrida é um dos melhores exercícios que podemos praticar [...] É natural, trabalha músculos e articulações de maneira como devem ser trabalhados e alcança o âmago do preparo físico: afeta diretamente os pulmões e demais órgãos internos que raramente conseguem sua fatia de preparação” (HUFFAKER, 1972, p. 23). Embora essa responsabilização individual pelo discurso do autocuidado, com base na classificação epidemiológica dos chamados ‘fatores de risco’, seja abordada mais adiante nessa

pesquisa, de pronto podemos iniciar uma reflexão sobre a forma como o incentivo à prática de exercícios físicos como construção de um hábito também aparece de maneira prescritiva como concepção de saúde, bem como outras determinações comportamentais relacionadas à consciência e valores morais dos indivíduos.

Grande parte dos projetos definidos como promoção [da saúde] também aponta exposições ocupacionais e ambientais na origem de doenças, assim como propõe o estímulo a mudanças de comportamento, como por exemplo, o incentivo à prática de exercícios, ao uso de cintos de segurança à redução do fumo, álcool e outras drogas etc. (CZERESNIA, 2009, p. 53)

Ainda que posteriormente tenha passado por períodos controversos por conta de debates envolvendo o método Cooper, a relação entre corrida e saúde se fortaleceu no aspecto cultural, no Brasil, à medida em que o hábito do exercício físico passou a ser percebido como uma ação de autocuidado. Parte desse congraçamento ocorreu, também, em virtude das narrativas midiáticas do período, que nos textos analisados contribuíam na disseminação do discurso promocionista da saúde, baseado em prescrições comportamentais para administração de riscos e até mesmo nas narrativas mais conservadoras que ainda se baseavam no modelo de prevenção enquanto estratégia de saúde, como veremos no capítulo 3. Ainda sobre a participação da imprensa nesse debate social, objeto de nossa pesquisa, destacamos a seguir um trecho de uma coluna esportiva do *Jornal do Brasil* veiculada em 29 de maio de 1980, chamada *Campo Neutro*, assinada por José Inácio Werneck, como exemplo de uma das formas como a cultura da mídia abordava a corrida de rua em muitas situações, especialmente no início de sua expansão: posicionando-se, construindo juízos morais, gerando afeto, pertencimento e elencando benefícios diretos e indiretos da prática.

Como explicar a explosão do cooper, do *jogging*, das corridas rústicas? Um amigo meu disse-me outro dia que ela se deve à falta de campos para a prática de esportes. Como não têm onde praticar esportes, as pessoas correm nas ruas e nas praias. Discordo. O número crescente de pessoas correndo é um sintoma, não uma consequência. Antigamente havia menos campos ainda, menos quadras de tênis ou de basquete e nem por isto as pessoas corriam. Deixavam-se ficar em casa, sedentárias. O número crescente de pessoas correndo é sintoma da conscientização enfim formada sobre a correlação entre vida sedentária e doenças na área respiratória e cardiovascular. Tal conscientização começou no Brasil a partir de 1970, com a divulgação dos trabalhos do médico norte-americano Kenneth Cooper, o homem do teste de Cooper, mas já existiam em outras partes do mundo. As pessoas correm porque, como Cooper e outros provaram, a corrida é o mais eficiente exercício aeróbico, superando a natação e o ciclismo. Correm porque a corrida é o mais natural dos exercícios e, também, o mais fácil. Correm porque em 15 minutos de corrida, obtêm mais benefícios de corrida do que em 15 minutos de qualquer outro esporte. Recentemente Kenneth Cooper provou que, segundo as estatísticas, 180 mil pessoas deixaram de morrer do coração nos Estados Unidos, em 1978, porque haviam começado a praticar corrida em base regular. Os números para 1979

devem ser mais impressionantes. Em 1978, 30 milhões de pessoas corriam regularmente nos Estados Unidos. Em 1979 este número passou para 40 milhões. Frequentemente as pessoas me perguntam como correr. Que distância, que intensidade. Aos que já passaram dos 40 anos, recomendo antes de mais nada um *check-up* cardiológico. Todos podem correr, até quem já teve enfarte. (WERNECK, 10/05/1980, p. 5).

Essa narrativa convincente e sedutora que propaga a corrida como solução para diversos males contemporâneos auxiliou na configuração de valores sociais atribuídos à corrida até hoje e supostamente atraía adeptos à prática em busca da prometida qualidade de vida. Produções discursivas dessa natureza foram encontradas diversas vezes em nossa leitura exploratória. Além da imprensa, outras produções literárias acadêmicas da época também contribuíam para esse entendimento positivista da corrida enquanto propagadora de saúde, como as obras do próprio Kenneth Cooper (1985) e de outros autores da educação física, como Stephen Huffaker (1972), que claramente simplificam a prática e superestimam os benefícios da vida ativa em suas obras, respectivamente: “Mas de qualquer forma, correr e trotar talvez sejam os exercícios aeróbicos mais populares, porque são os mais fáceis e mais baratos de se fazer. Qualquer um pode comprar um tênis e calções. Então, você sai e começa a pôr um pé na frente do outro” (COOPER, 1985, p. 125). “Quando estamos fisicamente bem, encaramos a vida por lentes cor de rosa, assumimos atitude positiva que influencia cada uma das nossas ações no plano físico e no emotivo [...] Quanto mais preparo seu corpo alcançar, mais higidez mental e mais equilíbrio emocional você terá” (HUFFAKER, 1972, p. 16). Notemos aqui, também, o papel da presença do termo sedentário na imprensa e na sociedade, entendendo “a importância que a nomeação tinha nas disputas sociais” (BORGES, 2008, p. 12). Ou seja, a escolha de cada palavra para atribuir a ela o status de rótulo, em si, já demonstra interesses e inferências.

A partir desse entendimento de que os sujeitos poderiam intervir no seu futuro a partir de práticas comportamentais, a preocupação em relação ao corpo e ao organismo passa a ser salientada e debatida socialmente, conformando aspectos de subjetivação dos indivíduos. “Os processos de correção dos corpos se baseavam no princípio disciplinar de combate das anormalidades e desvios, sendo necessário instituir um conjunto de estratégias que se constituíam em práticas de normalização na era moderna”. (SACRAMENTO e SANCHES, 2019, p.26). As já debatidas práticas e convocações a mudanças de estilo de vida – que propomos chamar pelo neologismo de ‘bioconvocações’, inspirados em Michel Foucault, Muniz Sodré e José Aídar Prado – ajudaram a consolidar esse entendimento. Robert Crawford (2019) usa o termo salutarismo para definir a preocupação com a saúde individual muitas vezes tida como foco primário para o entendimento de bem-estar e está diretamente relacionado ao

comportamento humano e, por consequência, no que se concebe por estilo de vida saudável. “No salutarismo, o comportamento saudável tornou-se o paradigma para a boa vida [...] Em suma, a saúde tornou-se não só uma preocupação, mas também um valor supremo ou padrão pelo qual um número crescente de comportamentos e de fenômenos sociais é julgado”. (CRAWFORD, 2019, p. 114).

O autor analisa esforços sociais empregados no fim da década de 1970, nos Estados Unidos, mesmo período que temos analisado neste primeiro capítulo. O salutarismo contribui para a ideia de hábitos saudáveis que emerge justamente junto com a onda do *jogging* – o *jogging boom* – ou método Cooper, como ficou mais conhecido por aqui. Em nossa percepção, esse tipo de raciocínio seria um dos atrativos para a adesão à corrida, questão discutida ao longo dessa pesquisa. Todavia, a exemplo do autor norte-americano, discordamos dessa racionalidade positivista, uma vez que tal olhar é perpetuador das desigualdades. “A promoção e o controle da saúde pessoal encontram terreno fértil em uma população de classe média, que em 1970 foi obrigada a se adaptar a um mundo de aumento da insegurança e da incerteza, na saúde, na vida econômica e nos relacionamentos pessoais” (CRAWFORD, 2019, p. 115). Ao continuar analisando suas ideias, destacamos ainda que:

[...] a ideologia do salutarismo promove uma despolitização contínua e, portanto, mina os esforços sociais para melhorar a saúde e o bem-estar. Como uma ideologia que promovera a elevada consciência de saúde, juntamente com o autocontrole pessoal e autotransformação, pode ser benéfica para aqueles que adotam um estilo de vida mais promotor da saúde. Mas, no decorrer do processo, pode também servir à ilusão de que podemos controlar nossa própria existência ‘individualmente’ e que adotando ações individuais para melhorar a saúde, podemos satisfazer as mais variadas e complexas necessidades. (CRAWFORD, 2019, p. 104-105)

Outro aspecto a ser considerado na politização dessa construção cultural da adesão à corrida como hábito social de caráter pretensamente democrático e saudável diz respeito aos fatores socioeconômicos envolvidos que interferem na possibilidade dessa adesão ser de fato uma opção de cada indivíduo, como problematizamos há pouco. Supondo, assim, que todos os modos de vida seriam iguais, ignorando a heterogeneidade de nosso tecido social. Como exemplo dessa dissonância que apontamos, podemos citar as populações periféricas, mais distantes dos grandes centros e economicamente desfavorecidas – que nas primeiras horas do dia, em vez de se exercitarem ao ar livre ou estenderem o repouso matinal em suas camas em busca das prescritas 7 a 8 horas de repouso diário, já precisam estar de pé, não correndo, mas literalmente espremidas em transportes públicos precários a caminho de seus locais de trabalho, nos grandes centros –. Esses sujeitos sequer possuem tal oportunidade do desfrute do amanhecer exercitando-se ao ar livre ou tampouco podem retardar sua alvorada. Entretanto, a despeito de

tais entraves, essa representação moral de sujeito responsável, que cuida de si como um valor agregado, ainda é um ativo socialmente valorizado pelos discursos que associam condicionamento físico à saúde:

Os termos ‘condicionamento físico’ e ‘saúde’ têm, comumente, se tornado sinônimos no discurso cotidiano, especialmente para os membros da classe média. As atividades de condicionamento físico representam a tentativa dos indivíduos de encontrar os seus ‘verdadeiros eus’, para expor a ‘boa forma’ e a baixa gordura individual oculta sob as camadas de músculos, para pôr em consonância mente e corpo, para enfrentar com sucesso a natureza aparentemente caótica da vida no final do século XX através do controle do corpo. (LUPTON, 2000, p. 28-9)

Aderir às atividades físicas na plenitude da forma como o mercado fitness e o discurso neoliberal da promoção da saúde passam a oferece-las requer, ainda, algum investimento financeiro e como visto a adoção prescritiva dos tais ‘novos hábitos’ tem sido enxergada culturalmente como fator determinante para uma concepção de vida saudável. “Em outras palavras, a ‘nova promoção da saúde’ atenua a ênfase da abordagem comportamentalista na mudança de estilos de vida e nos fatores de risco como elementos direcionadores das ações em saúde” (CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010, p. 34). Revelando-se como uma tendência ocidental, nos países neoliberais, as ações de autocuidado por meio de atividades físicas e comportamentos regrados também são uma prática usual da classe média norte americana, conforme análise de Crawford sobre a camada social mais entusiasta da saúde, aqueles que proclamam e advogam um estilo de vida saudável, aparentarem pertencer predominantemente à classe média. “Enquanto a luta das classes trabalhadoras para encurtar a semana de trabalho, abolir o trabalho infantil e mudar condições de trabalho historicamente têm tido a saúde como foco [...] a preocupação corrente com saúde pessoal exibe um selo distintivo – embora não exclusivo – da classe média” (CRAWFORD, 2019, p. 102).

Conduzindo novamente a discussão proposta à nossa realidade, a imprensa carioca – importante componente dessa pesquisa – era uma das instâncias sociais que autorizava, produzia e disseminava os discursos que foram formando o imaginário popular acerca da corrida de rua como essas práticas saudáveis descritas por Crawford nas últimas cinco décadas. Tanto para endossá-las como para questioná-las. O *Jornal dos Sports*, em maio de 1982, elencou algumas das características históricas e culturais da corrida de rua, que já vinha se expandindo há mais de 10 anos no Brasil, em uma reportagem especial sobre a modalidade, a qual fora chamada de ‘modismo’, na abertura do texto. É visível no trecho destacado a seguir a importância da autoridade médica e a ênfase que a imprensa geralmente atribuía ao fato de o método ter sido aplicado junto aos cosmonautas da Nasa. Como se esse fato por si já atestasse

toda a metodologia, além de conferir um valor especial àqueles que praticavam a corrida. As controvérsias também citadas estarão presentes e serão debatidas mais especificamente no capítulo 3 da dissertação:

Cooper, cardiologista que preparou os astronautas da Nasa, explicou tudo sobre respiração aeróbica e condicionamento físico e defendeu a prática da corrida para a recuperação de cardíacos e mesmo para a prevenção da doença. O chamado Método de Cooper virou uma mania nacional. Os cardíacos e gordinhos foram os primeiros a aderir à nova prática, depois contestada por alguns médicos, porque corredores novatos começaram a sofrer súbitos ataques do coração. Diante disso, é sempre bom ouvir-se especialista e tomar-se certos cuidados fundamentais para que se aproveite tudo de bom das corridas sem qualquer risco. (*Jornal dos Sports*, 28/05/1982, p. 20)

Possivelmente como desdobramento e consequência de conceitos e hábitos estabelecidos nos anos 70 e 80, período analisado nessa pesquisa, atualmente, no século XXI, em suas autonarrativas – e no imaginário popular – os corredores de rua sejam reconhecidos e identificados pela superação de limites e desafios particulares e pela adoção de hábitos tidos como saudáveis. São valores notáveis em uma sociedade pautada pela cultura do risco e discursos da promoção da saúde, calcados ainda na lógica neoliberal do individualismo e responsabilização do sujeito pelos cuidados com sua saúde. “Em outras palavras, a ‘nova promoção da saúde’ atenua a ênfase da abordagem comportamentalista na mudança de estilos de vida e nos fatores de risco como elementos direcionadores das ações em saúde” (CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010, p. 34). Conforme analisado, na década de 1970 dois outros importantes estudos técnicos contribuíram para reformular o entendimento da saúde. Trata-se do Relatório Lalonde (1974) – documento que origina o moderno movimento de promoção da saúde, que posteriormente resultou na Conferência de Alma-Ata (1978) e na Carta de Ottawa (1986) – e do Relatório *Healthy People* (1979). Os dois documentos foram produzidos na América do Norte, sendo o primeiro canadense e o segundo estadunidense.

Ambos os documentos marcam a emergência da abordagem comportamentalista ou conservadora de promoção da saúde que predomina nos anos 70. Fundada nos preceitos de fatores de risco produzidos por vertentes reducionistas clássicas da epidemiologia e fortemente orientada para mudanças comportamentais e de estilo de vida, essa abordagem é vista como um meio de incentivar os indivíduos a assumirem a responsabilidade por sua própria saúde e, assim, de reduzir os gastos com sistemas de saúde. (CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010, p. 33)

Retomando a ordem cronológica do estudo, todas essas mudanças ocorrem em um período marcado por grandes transformações sociais e culturais no país. No contexto da governamentalidade neoliberal os indivíduos teriam o dever de adquirir hábitos saudáveis no sentido de prolongar a própria vida. Esse tipo de produção discursiva favorece as instituições,

na perspectiva já descrita de que as pessoas são encorajadas a tornarem-se sujeitos de si próprios (LUPTON, 1999; EHRENBURG, 2010; SANCHES, 2019).

As sociabilidades promovidas pela corrida no período analisado também se configuram como elemento de nossa pesquisa. E esse é outro fator que levamos em conta em função dos sentidos que passaram a ser gerados – de pertencimento, por exemplo, pela possibilidade de atletas amadores se misturarem a corredores de elite, o que também pode ter favorecido essa predileção pela corrida como prática de saúde –. “Outra hipótese para a popularização das corridas de rua no Brasil a partir do mesmo período [anos 70] pode ter sido a liberação da participação popular nas corridas, os chamados atletas amadores” (RODRIGUES, TRIANI e TELLES, 2018, p. 206). Além do trio de pesquisadores, a dupla composta por José Vitor Salgado e Mara Chacon-Mikahil (2006) também cita essa inclusão dos atletas amadores em meio a corredores de elite como um fator adicional para a popularização da corrida de rua na década de 1970, também como prática esportiva: “surgiram provas onde foi permitida a participação popular junto aos corredores de elite, porém com largadas separadas para os respectivos pelotões” (SALGADO e CHACON-MIKAHIL, 2006, p. 92).

Simultaneamente, o período em destaque marca também o surgimento de grandes e tradicionais provas de corrida de rua, mais um fato importante para a consolidação da prática esportiva em outras partes do mundo na década analisada. “Em 1970 a Maratona de *New York* foi disputada pela primeira vez. Stramilano, a meia maratona de Milão, estabeleceu-se em 1972. As maratonas de Berlim, Paris, Chicago e Londres foram criadas em 1974, 1976, 1977 e 1981 respectivamente” (DALLARI, 2009, p. 27). Além disso, a décadas de 1970 também marca o surgimento de importantes provas em solo brasileiro. Duas delas no Rio de Janeiro. “Nesse período começam a se tornar tradicionais provas como a Maratona do Rio de Janeiro (1979), Corrida Leblon-Leme (1979), Corrida dos Reis em Goiás (1970) [...]” (RODRIGUES, TRIANI e TELLES, 2018, p. 206). “Desde 1977 de duas a três provas rústicas são disputadas em todos os finais de semana” (*Jornal dos Sports*, 03/10/1982, p. 16). Apesar desses registros entende-se que é na década seguinte, entretanto, que as provas de rua se consolidam e se popularizam, passando a atrair cada vez mais adeptos e ganham espaço no noticiário, conforme pode-se observar em diversos relatos da imprensa, no Rio de Janeiro. Eis alguns exemplos: “Mais de 800 corredores já estão inscritos para a *III Corrida de Copacabana*, que será realizada domingo, às 9 horas, na Av. Atlântica, com largada e chegada no Posto 6, com 8 Km de percurso” (*O Globo*, 04/07/1980, p. 26).

José Baltar, do Fluminense, foi o vencedor da I Corrida de Jacarepaguá, com o tempo de 31m51s para os 10 km do percurso. A prova, primeira competição promovida pela Corja, Clube dos Corredores de Rua do Estado do Rio de Janeiro, com 415 concorrentes entre homens, mulheres e crianças, teve partida e chegada na Estrada do Pau Ferro, no final da Estrada Grajaú-Jacarepaguá. Como as várias corridas de rua – abertas a todos os corredores – já promovidas no Rio de Janeiro –, a I Corrida de Jacarepaguá se caracterizou pela verdadeira festa promovida pelos próprios competidores, a maior parte interessada em aproveitar os benefícios da corrida. A corrida de Jacarepaguá teve ainda outro ponto de destaque, com a participação dos moradores de Jacarepaguá, que, de suas casas, jogavam água com mangueiras nos corredores, especialmente os mais velhos, mulheres e crianças. (*O Globo*, 28/04/1980, p. 8)

As inscrições para a Corrida da Fraternidade, que se realizará no dia 5, com a presença do criador do método cooper, Kenneth Cooper, estão abertas, a partir de hoje, nas lojas das Casas Pernambucanas [...] e na Prefeitura, na Rua São Clemente 360, mediante pagamento da taxa de Cr\$ 100. Promovida pela Riotur, a Corrida da Fraternidade tem o objetivo de reunir os que gostam de exercícios físicos, sem caráter competitivo. A prova sairá da Candelária, às 17h, e irá até o Forte do Leme. (*O Globo*, 23/11/1981, p. 8)

Desde anúncios e divulgação de inscrições e coberturas jornalísticas que aconteciam naquela década, os veículos de imprensa passaram também a organizar e promover corridas de rua, como o *Jornal do Brasil* e *O Globo*: “O Prefeito Júlio Coutinho recebeu ontem, no Palácio da Cidade, os principais atletas que participarão sábado da 2ª Maratona Atlântica-Boavista, organizada pelo *Jornal do Brasil*, além de promotores e diretores da prova” (*Jornal do Brasil*, 30/07/1981, p. 26). “Mais de 3 mil pessoas estão inscritas na 3ª Maratona Atlântica – Boavista/Jornal do Brasil, marcada para o dia 7 de agosto. A primeira e o primeiro brasileiro classificados receberão como prêmio uma passagem (ida e volta) para Nova Iorque e mais US\$ 1 mil e 500 cada” (*Jornal do Brasil*, 20/06/1982, p.1). Concorrente comercial do *Jornal do Brasil*, *O Globo* não ficou para trás e seguiu a tendência de organizar e divulgar provas de rua, promovendo sua realização:

Para a turma que gosta de corrida de rua é bom colocar na agenda que no dia 1º de outubro teremos a tradicional corrida promovida pelo Colégio Barão de Capanema. As inscrições já estão abertas. No dia seguinte, *O GLOBO* promove a Corrida da Primavera, do Leblon ao Leme, com o sorteio de um Chevette, para quem completar o percurso. (*O Globo*, 18/09/1983, p.9)

Começavam a surgir também as premiações nas provas e o caráter mais competitivo da corrida de rua emergiria, distanciando-se gradativamente da narrativa inicial veiculada no início da década de 1970, criada a partir da busca por saúde, prolongamento e qualidade de vida. Em termos de democratização relacionada a gênero, o período analisado também é um marco para a participação feminina no esporte. A mais tradicional prova de rua do Brasil, corrida de São Silvestre – cuja primeira edição ocorreu na década de 1920 –, proibiu a participação feminina

por cerca de cinquenta anos. “Apenas a partir de 1975, ano declarado pela ONU, Organização das Nações Unidas, como o Ano Internacional da Mulher, a prova passou a admitir a inscrição e verificar a classificação de mulheres. Desde então, a participação feminina é crescente” (DALLARI, 2009, p. 41-42). Datam da década de 1980 as primeiras provas exclusivamente femininas no Brasil e com surpreendente sucesso. O jornal *O Globo* de 13 de junho de 1980 contém uma matéria sobre o tema e traz declarações da diretora do Circuito Internacional de Corridas Avon, Kathryn Switzer, que na ocasião visitava o Brasil para organizar a *I Corrida Feminina Avon* no país e se surpreendera com a quantidade de inscritas:

Reunir mais de 400 concorrentes na primeira corrida exclusiva para mulheres é um fato extraordinário. Em 1972, quando promovemos a primeira Corrida Feminina Avon em Nova York, conseguimos, com enorme dificuldade, que 67 moças estivessem na largada, no Central Park. Assim acho que o Rio e o Brasil já começam muito na frente, demonstrando que as brasileiras perceberam muito rapidamente os benefícios e prazeres de correr [...] ela diz que já percebeu em poucos dias de permanência no Rio, a grande importância que os cariocas, homens e mulheres, dão a seu físico. Assim, a corrida, como o esporte que mais benefícios dá, em menor tempo, naturalmente começa a ser o escolhido. (*O Globo*, 13/06/1980, p. 24)

Em relação às considerações da citação anterior devemos levar em conta, além dos aspectos que a própria entrevistada fornece, o fato de que quase dez anos separam a primeira prova, de Nova Iorque, da edição carioca. Para além das diferenças culturais, percebe-se pelas narrativas de imprensa dos dois períodos que na década de 80 as grandes provas de rua de fato já se popularizavam no país, enquanto os anos 70 foram marcados mais pela adoção da corrida como prática de exercício físico individual ou coletivo, ainda sem uma organização estrutural de competições e megaeventos que emergiram na década seguinte. O culto ao corpo, mais evidente nos anos 80, também deve ser considerado. Ainda sobre cultura de gênero, a mulher tem um papel destacado no pioneirismo da corrida de rua, como aponta Victor Melo (2009): “Outro esporte em que as mulheres estiveram pioneiramente presentes foi o atletismo ou, para ser mais preciso, fazendo uso da nomenclatura da época, os ‘jogos atléticos ingleses’ e as ‘corridas a pé’” (MELO, 2009, p. 75). Embora o hábito da corrida como medida de autocuidado e promoção da saúde esteja inicialmente atrelado a elas, enquanto esporte de alto rendimento o papel desempenhado pelas mulheres era secundário, segundo relata a tese de Marta Dallari ao apontar que no início do Século XX as mulheres não seriam “fisicamente adaptadas para a excitação e o esforço proporcionados pelas competições” (DALLARI, 2009, p. 40).

Logo, o entendimento era de que mulheres corriam apenas para cuidar do corpo e da saúde, deixando o aspecto competitivo para os homens, supostamente mais preparados e condicionados a esse tipo de disputas. Nesse interim, elas foram conquistando espaço na

modalidade e fazendo da corrida um esporte de fato, tal qual já ocorrera com os competidores do gênero masculino, o que também convergia com o próprio movimento de lutas e conquistas das mulheres na sociedade, cujos direitos conquistados são historicamente marcados por inequidades temporais em relação aos homens. “Sintomaticamente, revelando transformações de concepções de atividade física feminina, a partir da década de 1980, mulheres começaram a participar oficialmente de maratonas olímpicas” (DIAS, 2017, p. 26).

Esse levantamento nos faz refletir acerca dos papéis desempenhados por homens e mulheres em relação à adesão à corrida de rua, bem como na sociedade do século XX, levando-nos ao seguinte raciocínio: enquanto às mulheres eram destinadas as preocupações com a boa forma física e melhor disposição para o cotidiano, aos homens que aderiam à prática, interessava o viés atlético e esportivo fornecido pela modalidade, tendo o cuidado em relação à saúde e forma como motivações secundárias. As recomendações de Cooper, contudo, eram para ambos os gêneros. “Não há desculpa alguma para esconder-se atrás do sexo como um meio de evitar os exercícios. É a sua saúde e saúde não tem sexo” (COOPER, 1970, p. 93). Apesar da orientação, na prática, Dias retrata bem essa divisão de interesses:

Antes de 1970, aproximadamente, a prescrição médica de atividades físicas endereçava-se mais à mulher do que ao homem, mesmo assim de maneira moderada, a ser praticada, fundamentalmente, em espaços privados e muito vinculada com a busca da beleza. Ao invés de saúde e bem-estar, estética, embelezamento, enrijecimento, postura, emagrecimento ou ‘manutenção da figura’ eram as palavras de ordem. [...] É certo também que desde o século XIX se incentivavam os homens à prática regular de exercícios, mas com motivações mais ligadas a razões militares ou eugênicas do que propriamente médicas, embora tanto o discurso militar quanto o eugênico em favor da atividade física, fossem também dotados de uma acentuada dimensão médica (DIAS, 2017, p. 25)

O contexto histórico-político da época, mencionado por Cleber Dias, será aprofundado e debatido no próximo subcapítulo. Dando sequência à análise do material jornalístico como objeto de estudo, em matéria publicada no dia 20/07/1972, o jornal *O Globo* destacou outras formas de sociabilidades promovidas pela corrida de rua e que compunham seu cenário: “Além do exercício, quando se caminha, há o aspecto da paquera – disseram as estudantes de Direito Mariza, 23 anos, e Tania, 24 anos. Elas moram em Copacabana, na Santa Clara, e aproveitam o teste como pretexto para o passeio” (*O Globo*, 20/07/1972, p. 13). Voltando ao cerne do método, a reportagem termina narrando o encontro das duas jovens com uma senhora de 50 anos que gostava de caminhar na companhia das moças e, assim, conversava sobre assuntos domésticos enquanto resolvia seus problemas de coração, gordura e asma (*O Globo*, 20/07/1972, p. 13).

A questão que a imprensa levantava, ainda que de forma discreta, chamava a atenção para um fato perceptível até nos dias atuais: embora a corrida se afirme como uma prática democrática, por sua facilidade de adesão, e não requeira grandes recursos ou habilidades especiais, nota-se nos primeiros registros jornalísticos que o hábito se concentraria mais fortemente em regiões economicamente privilegiadas das cidades, como a Zona Sul do Rio de Janeiro. Uma vez que a corrida de rua – e as atividades físicas de um modo geral – são atreladas à saúde, essa condição se mostra bem mais favorável em bairros de poder aquisitivo mais elevados. Tal fato justifica-se, possivelmente, pela existência das praias, ciclovias e parques arborizados, o que facilita e incentiva a realização do exercício ao ar livre. Essa diferenciação é percebida ainda hoje, quando a região do Aterro do Flamengo concentra a quase totalidade das provas de rua organizadas no Rio de Janeiro, e bairros como a Lagoa e a própria Copacabana ainda fornecem uma boa estrutura de treinos para os adeptos da modalidade. Uma herança daquilo que fora estabelecido ainda nos anos 70. Essa espécie de predileção pela Zona Sul como local para a prática da corrida se refletia novamente quando a prefeitura demonstrava preocupação em destinar um lugar específico para os corredores da região, como relata uma nota do *Jornal do Brasil* de 1982:

A Prefeitura, acatando sugestão dos maratonistas, está à procura de um lugar na Zona Sul para instalar uma pista de treinos própria para receber os corredores, com calçamento apropriado, marcações de distâncias e tudo o mais que for necessário para tirar os atletas do meio das ruas. Para orientar a construção desse novo espaço destinado aos adeptos do *jogging* foi convidado o Dr. Kenneth Cooper, que da última vez que passou pelo Rio dedicou parte de seu dia a visitar dois ou três lugares propostos pela Prefeitura, além de percorrer a pista para cooper do Aterro do Flamengo, que considerou “bastante boa” (*Jornal do Brasil*, 03/08/1982, p. 3).

Ainda no início da década de 1980, entretanto, uma reportagem do jornal *O Globo* vai de encontro a essa percepção da corrida como ‘artigo de luxo’ e privilégio da Zona Sul carioca, ratificando o argumento de sua democratização, seja como estilo de vida ativo para obtenção de mais saúde, seja como prática esportiva para alcance de melhores marcas e desempenho atlético:

Em menos de dez anos eles invadiram ruas e avenidas, parques, orlas marítimas e até a Avenida Brasil. Conhecidos antes como “a turma do cooper”, homens, mulheres, jovens e velhos hoje praticam o *jogging* ou corrida rústica, lutando contra a barriga, a preguiça e a ideia de que o brasileiro só se exercita na “pelada” ou no frescobol. No Rio, anda-se, corre-se ou faz-se ginástica em qualquer hora e em diversos lugares, criando até uma espécie de sentimento de culpa naqueles que não encontram tempo e nem disposição para se exercitar. Bicicleta, corrida, caminhada (sozinho ou acompanhado), cada um encontra seu jeito quando quer. E esta disposição tem se mostrado cada vez maior. Há quem corra até na Avenida Brasil e na rodovia Presidente

Dutra, nos fins de semana e a partir das três horas da manhã – como poucos na Zona Sul, os corredores destas pistas tão perigosas chegam aos 30 quilômetros num percurso que pode começar em Belfort Roxo ou São João de Meriti, acabando de vez com a noção de que essa “febre” só ataca moradores da Zona Sul e de alto poder aquisitivo (*O Globo*, 26/10/1980, p. 1)

De fato, corredores de fora da Zona Sul carioca também aderiram aos discursos e narrativas favoráveis à adesão da corrida e passaram a praticá-la, como mencionado na reportagem jornalística, entretanto, claramente não com as mesmas condições de segurança, conforto e performance dos praticantes de orlas, calçadões, ciclovias e parques da capital fluminense preparados para os exercícios aeróbicos. Posteriormente, com a popularização da corrida de rua, alguns problemas em relação à segurança começaram a ser relatados em locais frequentes das corridas e caminhadas, especialmente em relação a assaltos, uma vez que seus praticantes tinham por hábito realiza-la nas primeiras horas da manhã, enquanto a cidade ainda estaria pouco movimentada. O *Jornal do Brasil* registra alguns desses acontecimentos em bairros da Zona Norte e também da Zona Sul carioca, ao longo da década, como Ipanema e Leblon (06/03/1980, p.3); Alto da Boavista (04/10/1984, p.10); Quinta da Boavista (17/06/1985, p.10) e Urca (30/03/1986, p. 12). Tais perigos tenderiam a diminuir o interesse dos corredores nessa prática, porém, a pesquisa não observou essa correlação nas narrativas de imprensa analisadas.

De modo geral, fatores logísticos e topográficos da cidade também podem ter favorecido a concentração dessa prática como hábito social. Porém, como as próprias notícias enfatizam a localidade onde os exercícios comumente eram praticados no período investigado, faz-se importante citar esse aspecto. Preocupa-nos, apenas, como um determinante de saúde, que as condições para a prática esportiva não sejam as mesmas ofertadas a moradores de outras regiões da cidade ou mesmo do Grande Rio – tomando a capital carioca como recorte e exemplo -, uma vez que de maneira geral as periferias também deveriam ser incluídas em ações de incentivo à promoção da saúde, na lógica disciplinar em que ela se instaurou. Ainda nessa perspectiva, uma observação que extraímos dos jornais consultados nos anos 70 é a frequência com que o bairro de Copacabana fora citado como sede da corrida de rua. Muitos são os relatos em que o nobre bairro da Zona Sul carioca seria o palco para a realização dos exercícios físicos no início de sua expansão. A adoção coletiva de atividades aeróbicas nas ruas e praias cariocas, como hábito sociocultural, também foi expressa no dia 30 do mesmo mês e ano – maio de 1972 – em *O Globo*, quando a colunista Elsie Lessa publicou alguns dos aspectos que observava desde a implantação do método de Cooper nas páginas do jornal. Destacamos o seguinte parágrafo:

[...] pra mim já pega bem o método Cooper, ou antes os adeptos dele, nas manhãs de praia. Ainda cedinho quando dou a primeira olhada nas areias meio desertas, da minha alta vigia, vejo as fileiras que se engrossam, todos os dias, velhos, moços, pobres, ricos, como dizia um hino protestante da minha infância, lá estão nas suas corridinhas, benza-os Deus. A minha é mais tarde, um ‘jogging’ desordenado, corrida, marcha, marcha, corrida, o que o fôlego dá, Deus ajudando. A alegria física, a euforia orgânica que só quem trabalha com o corpo sabe de que se trata. Coisa muitíssimo boa. (*O Globo*, 31/05/1972, p. 1)

Para a ex-atleta e estudiosa dos exercícios aeróbicos na década de 1980, Eleonora Mendonça, a corrida por parte do carioca era mais um traço cultura de sua identidade do que um modismo na época, conforme afirmou em entrevista ao *Jornal dos Sports*: “Para alguns é [moda]. Para outros é coisa muito séria. Hoje, todos dão sua corridinha, mesmo que seja dentro de uma academia. É uma ‘contaminação’ que vai ficar no dia-a-dia de muitos. No entanto, o povo carioca é desportista por excelência e por isso a corrida está inserida em sua cultura” (*Jornal dos Sports*, 03/10/1982, p. 16).

Anos antes da publicação dessa entrevista, em 18 de dezembro de 1975, o jornal *O Globo* faz uma menção inusitada ao método, quando tornaria a atrelá-lo ao prolongamento da vida, resumindo seu papel social a uma condição-mor de saúde. “Afim, a morte é certa. Mas sempre se pode adiar a hora. Lá estão eles, passo acelerado, numa corrida contra a morte, receita para viver mais que o Dr. Cooper ensinou: uma fórmula entre outras”. (*O Globo*, 18/12/1975, p. 44). A noção de prática corporal como promoção da saúde ocorre também na revista *Manchete*, ao longo da década de 1970, como temos visto nesse primeiro capítulo. A edição de 22 de julho de 1972 traz uma matéria de duas páginas, intitulada: “Marcha da Saúde”, que menciona a junção de uma geração de ilustres personalidades – como Juscelino Kubistchek, Jorge Amado e Adolpho Bloch – como indivíduos que supostamente já se exercitavam ao ar livre na busca por melhorias na qualidade de vida antes da onda de exercício físico nas praias, com outra leva de pessoas que aderiram ao chamado hábito de vida saudável graças a Cooper.

Eles já caminhavam na praia quando os cariocas ainda nem sonhavam com o método de Cooper. Agora, todos os dias, antes do sol nascer, têm como companheiros de marcha jovens e velhos, que em passos apressados ou correndo, formam uma nova comunidade ao longo de Copacabana, Ipanema e Leblon. São os discípulos do Professor Kenneth Cooper, que com o seu método, destinado a beneficiar desde mulher grávida até astronautas, desencadeou uma verdadeira febre de atletismo no mundo inteiro (*Manchete*, 22/07/1972, p. 22)

Vale atentar para o fato de que geralmente todas as matérias e demais produções jornalísticas se utilizavam das vozes da ciência como autoridade para legitimar o método em suas narrativas. Como temos identificado na literatura científica e nos periódicos da época, a

década de 1970 foi de fato marcada pelas associações midiáticas da conquista do tricampeonato mundial de futebol ao método desenvolvido pelo médico norte-americano e sua extensão como prática de saúde para seus adeptos.

Outro fato a se destacar diz respeito ao fim dos anos 70 ser marcado pelas controvérsias entre o incentivo à prática e o medo nas narrativas da imprensa. Indicações, ressalvas e incertezas tornaram a ser identificadas nas fontes jornalísticas, acirrando as disputas de sentido entre benefício e malefício que já havia surgido anteriormente. A revista *Manchete* de 24 de junho de 1978 traz nova matéria sobre o Cooper, com cinco páginas, e abre o texto afirmando que “a mania de correr pegou” (*Manchete*, 24/06/1978, p. 70). No decorrer da reportagem, em meio às regras prescritivas, testemunhos e ressalvas habituais, do tipo, “vida sedentária sem exercício é um perigo [...] nunca fico doente, nem apanho resfriado [...] mas existe também o perigo de se entregar ao exercício de maneira inadequada [...]” (*Manchete*, 24/06/1978, p.72-74), encontramos uma fala mais impactante e impositiva por parte de um professor de Educação Física da Universidade de São Paulo – o professor Paulo Roberto –, ouvido pela reportagem da revista. O trecho destacado representa bem muitas das discussões tecidas até aqui. Segundo a reportagem:

A maioria da população paulista apresenta sinais visíveis de obesidade porque ingere mais calorias do que o organismo é capaz de consumir. Paulo Roberto acha que o hábito de correr deveria se transformar numa prática social de higiene, como escovar os dentes ou tomar banho. Os obesos deveriam correr, senão por gosto ou decisão pessoal, pelo menos por respeito aos outros e à sociedade em geral (*Manchete*, 24/06/1978, p. 74)

O trecho retirado da reportagem como citação assemelha-se muito à concepção de saúde e hábitos de vida expressas por Stephen Huffaker (1972), já comentados, e materializa o sujeito “sedentário, sem-vergonha” de Marcos Bagrichevsky *et. al.* (2007), cuja construção de subjetividade do autocuidado passa pela vinculação da adesão à atividade física como uma prática de saúde e de responsabilidade. Portanto, uma clara evidência do moralismo que permeia a noção do estilo de vida saudável e adoção de hábitos normatizados, tidos como adequados. Logo, aqueles sujeitos que não se enquadram nessa conformação de estilo de vida passavam a ser considerados desviantes na sociedade, dentro de uma classificação entre o ‘normal’ – de normalizado – e o anormal, discussão levantada pelo filósofo francês Michel Foucault, cuja produção acadêmica é estudada por pesquisadores como Paulo Vaz (2016):

Na introdução de *O uso dos prazeres*, Foucault conceituou experiência como a "correlação, numa cultura, entre campos de saber, tipos de normatividade e formas de subjetividade" (FOUCAULT, 1994, p. 10) [...] Em 1982, dois anos antes da publicação de *O uso dos prazeres*, no artigo "O sujeito e o poder", Foucault indica um caminho para se pensar a classificação entre normal e

anormal de um ponto de vista interno. Diz Foucault sobre as práticas de divisão: "o sujeito é dividido no seu interior e em relação aos outros. Este processo o objetiva. Exemplos: o louco e o são, o doente e o sadio, os criminosos e 'os bons meninos'" (FOUCAULT, 1995, p. 231) (*Apud VAZ*, 2016, p. 488-489).

No contexto dessa discussão polarizada, a edição de 28/10/1979, de *O Globo*, assumia a incerteza como uma posição, mas ao mesmo tempo fortalecia a importância de uma chancela cientificamente autorizada ao estampar a seguinte manchete: “O segredo: exame prévio e trabalho com o método”. O título era acompanhado pelo seguinte texto: “Ainda existem dúvidas nos meios científicos quanto à eficiência do método na prevenção das doenças cardiovasculares. Mas no ano passado um estudo de 17 mil bacharéis de Harvard demonstrou que os ataques de coração ocorrem com menos frequência entre os que fazem exercícios físicos” (*O Globo*, 28/10/1979, p. 2). Já em 11 de novembro, a seção *Ciência e Vida*, na página 33, tornava a advertir: “Exercício não basta para proteger o coração”, contextualizando a necessidade de ações e práticas sociais complementares para obtenção de saúde. A análise do período aponta que apesar do entusiasmo no início da década, a adoção do método Cooper como uma prática benéfica, pelo menos nas páginas de veículos de imprensa, como *O Globo*, principalmente, ainda se demonstrava longe de um consenso, fato que será explorado no terceiro capítulo dessa dissertação.

Finalizando esse tópico de discussão, consideramos que em um estudo que se propõe ser de cunho historiográfico é fundamental haver entendimento acerca dos contextos que envolvam cada fato analisado. No período de ascensão da corrida de rua, especialmente na década de 1970, a imprensa brasileira era controlada pela censura do regime militar (1964-1985) e, por conseguinte, os conteúdos publicados passavam pelos crivos do Estado. O futebol era mais uma ferramenta ideológica apontada por historiadores do esporte (FARIAS e SOARES, 2016) como um dos instrumentos políticos do governo Médici (1969-1974), inclusive com interferência direta na mudança de comando técnico do time às vésperas do mundial, recebendo grande destaque nos meios de comunicação. Isso, justamente, considerando o papel da imprensa esportiva como um dos principais agentes disseminadores daquela que era tida como uma metodologia de preparação física inovadora, que teria contribuído muito para a conquista do tricampeonato mundial de futebol da seleção brasileira. O feito da equipe verde e amarela em solo mexicano, naturalmente, foi alardeado pelos jornais da época. Essa prescrição da atividade física endossada pela imprensa foi refletida nas práticas sociais. Aprofundaremos a seguir um pouco mais esse aspecto histórico do contexto de um regime de Ditadura Militar na expansão da corrida de rua e de atividades físicas como práticas disciplinares de saúde.

#### 1.4.DITADURA MILITAR, MORALIZAÇÃO DO AUTOCUIDADO E O FOMENTO À PRÁTICA ESPORTIVA

Baseado em registros documentais históricos de imprensa e revisão literária, é fato que a corrida de rua no Brasil emerge e se populariza em um período de Ditadura Militar, regime que vigorou de 1964 a 1985. Logo, faz-se importante ressaltar que esse era também o contexto em que operavam os veículos de imprensa que utilizamos como fonte e objeto nessa pesquisa. É imprescindível, portanto, entender as condições em que aquelas notícias foram produzidas e circularam, tendo a moralização da prática da atividade física e o culto ao esporte como valores de autocuidado fortemente incentivados por um regime disciplinar e que pretendia controlar a população por meio da normalização de condutas. Para tal, algumas narrativas precisavam ser criadas e disseminadas, dentre delas a concepção de uma identidade de nação. E a prática esportiva era vista como uma possibilidade promissora para a geração do engajamento pretendido.

Eram anos de uma clara opção: o Brasil queria ser grande, forte, reconhecido, importante! Um longo processo de construção da “brasilidade” parecia culminar naqueles anos de acentuado nacionalismo, não só oficial. Mas o que era oficial naqueles anos tinha a marca das Forças Armadas. Mais: tinha a marca da Ditadura Militar, iniciada em 1964 e terminada em 1985. Não seria diferente com o esporte, que era considerado um dos vetores do possível reconhecimento do Brasil no cenário mundial. (OLIVEIRA, 2009, p. 387)

Como já mencionado, além do incentivo por parte do Estado, as discussões de medicalização da sociedade permeadas pelas noções de risco (CRAWFORD, 1980; LUPTON, 2000; CASTIEL, 2003; VAZ, 2019) fortaleceram os discursos do autocuidado como melhora da qualidade de vida. Assim sendo, a prática esportiva era uma das formas escolhidas para canalização de esforços e energia da população, ao passo em que a sociedade tinha seus corpos doutrinados e ‘adocicados’ na perspectiva foucaultiana (FOUCAULT, 2014). “O esporte serviu, associado à educação moral e cívica, como ferramenta disciplinadora da população, que quando não era direcionada para práticas militares servia como educadora dos corpos para o serviço econômico de mão de obra” (NASCIMENTO, 2018, p. 8). Conforme destaca, ainda, a historiadora Fabiana Ortiz do Nascimento (2018), o incentivo à prática esportiva acentuado no regime militar evidenciou-se, inclusive, com a implantação de políticas públicas. Esse imperativo, todavia, não seria uma exclusividade do Brasil, e sim uma espécie de modelo que regia os regimes de exceção no decorrer do século XX, especialmente nos países latinos.

A utilização governamental dos esportes, como meio de conquistar apoio popular para determinados regimes, foi uma prática corriqueira durante todo o século XX. O regime militar brasileiro não passou aquém dessa tendência e fez do esporte um de seus pilares de sustentação de apoio popular e político.

Durante o governo do General Emílio Garrastazu Médici, o governo passou a investir na propagação do esporte, sobretudo na escola pública, sendo que firmou como medida a formação de um grupo de estudos que concebesse um estudo detalhado sobre a situação da Educação Física e Desportos no Brasil (NASCIMENTO, 2018, p. 1)

Cleber Dias (2017) destaca que, paralelamente às descobertas de Cooper sobre atividade física e saúde e sua disseminação por meio da seleção brasileira de futebol, o momento sociopolítico do Brasil – na década de 1970 – foi bastante propício à difusão da prática esportiva, justamente pela implementação de políticas e incentivos fomentados pelo regime militar. Ratificando as afirmações acadêmicas de outros pesquisadores, como Nascimento (2018) e Parada (2009), o historiador e educador físico ressalta que embora ações de promoção do esporte e outras atividades físicas tivessem origem na década de 1930 – com Getúlio Vargas –, foi entre os anos 60 e 70 que políticas públicas de incentivo ao esporte foram de fato instituídas no Brasil e em outros países do ocidente.

Também tentando atender diversas recomendações a respeito dos novos problemas de saúde que se apresentavam, o governo brasileiro começou a ampliar seus esforços para o fomento de esportes e atividades físicas. Embora o envolvimento governamental sistemático em favor da promoção de esportes e outras atividades físicas como recurso para promoção da saúde da população datasse desde a década de 1930, não apenas no Brasil, mas em vários países ocidentais, entre o final da década de 1960 e início de 1970, o governo brasileiro instituiu uma nova política formal para o fomento dos esportes. Estimando que apenas 1% da população brasileira fazia exercícios físicos regularmente, desencadearam-se inúmeras ações visando ampliar a disponibilidade de infraestrutura esportiva, bem como estimular a população a praticar esportes. Além disso, instituiu-se uma loteria esportiva com a finalidade de criar fundos financeiros para políticas de esporte; criaram-se laboratórios de pesquisa sobre esportes e exercícios; ampliou-se a oferta de formação para professores de educação física; além de terem se construído centenas de estádios, quadras, piscinas e pistas de atletismo. (DIAS, 2017, p. 24)

Como dito, esse incentivo ao hábito esportivo por parte dos militares como forma de regulação da população já havia ocorrido antes na história brasileira, durante o Estado Novo (1930-1945), como relata Mauricio Parada (2009). “Com o advento do Estado Novo multiplicaram-se as intervenções sobre o corpo do ‘homem brasileiro’ e o Ministério da Educação e Saúde foi uma das instituições mais ativas na produção de formulações sobre o corpo” (PARADA, 2009, p. 157). A época marcava claramente a associação entre esporte e civismo, deixando marcas que seriam retomadas e seguidas adiante e foram reativadas no período militar. Os homens, principalmente, eram preparados fisicamente para eventuais situações de conflito e guerra – caso houvesse necessidade de uso dessas habilidades forjadas – e ao mesmo tempo eram disciplinados como desejava o regime.

O jovem escolar familiarizado com exercícios atléticos treinados nas classes de Educação Física, como a marcha, os saltos e as corridas, tinha uma importância no cálculo da estratégia militar. Por um lado, o jovem atleta, como indivíduo ordeiro e disciplinado, seria incapaz da traição, da revolta ou motim; por outro lado, dotado de resistência, elasticidade e disciplina, este esportista seria um homem perfeitamente mobilizável para as ações militares (PARADA, 2009, p. 192)

O incentivo à prática esportiva já seria uma tendência em nações que se propunham a ser reconhecidas internacionalmente, logo, o governo militar vislumbrava essa oportunidade de demonstrar-se próspero. “Não por acaso as duas ‘grandes potências esportivas’ do planeta, que dividiam a hegemonia olímpica, eram também as duas nações que dividiam o poder político e econômico, Estados Unidos e União Soviética [...] A Ditadura Militar tratou, de fato, o esporte como uma questão de Estado” (OLIVEIRA, 2009, p. 388-389). Ainda nessa lógica, a ‘docilização’ de possíveis corpos rebeldes era outra virtude que o fomento ao esporte poderia agregar ao regime. É nesse contexto que Cooper faz grande sucesso no Brasil e as ruas começam a ser tomadas por corredores ávidos por melhores condicionamentos de seus corpos.

Considerando que o esporte goza de longa vida e grande prestígio ao longo da história das Forças Armadas, a novidade foi o esporte ter sido percebido como uma esfera da cultura capaz de dar visibilidade política aos feitos da ditadura brasileira no âmbito internacional, além de poder contribuir com a educação de um tipo de sensibilidade adequada a um regime que apagava as diferenças, silenciava vozes dissonantes, torturava e matava em nome da segurança nacional. O esporte, pensavam alguns, seria capaz de amainar os ânimos, arrefecer os impulsos contestatórios, canalizar a energia juvenil que pretendesse questionar a ordem vigente. (OLIVEIRA, 2009, p. 389)

Para além da associação estabelecida entre atividade física e formação moral desde o Estado Novo, nos anos 30, ratifica-se o entendimento de que o esporte voltara a ser utilizado de forma tendenciosa pelos presidentes militares, especialmente na década de 1970, reforçando o entendimento sobre a instrumentalização do seu uso e incentivo como uma ferramenta disciplinar. “A ditadura militar tinha um projeto de desenvolvimento da nacionalidade, que demandava disciplina do povo. O esporte, nesse contexto, funciona como ferramenta para formação ideológica, controle do corpo e do tempo livre da população”. (NASCIMENTO, 2018, p.4). Na esteira dessa tendência, em termos de conhecimento acadêmico, o período marca ainda a evolução científica da Educação Física no Brasil. “[...] A partir de meados da década de 1970, a produção acadêmica em educação física começava a se desenvolver com critérios científicos, principalmente pelo início de um processo de titulação (mestrado e doutorado) de seus profissionais” (OLIVEIRA, 2002, p. 53). A mídia impressa também registrava o interesse governamental em que avanços dessa natureza ocorressem durante o período militar, especialmente no governo Médici, conforme relata uma das notas extraídas de uma coluna no

*Jornal do Brasil*, utilizada como exemplo da existência desse discurso positivista e de afirmação da educação física enquanto ciência: “O Ministro Jarbas Passarinho, da Educação, atribui a maior importância ao esporte como fator de cultura. E não tenham a menor dúvida, ele vai promover a atividade física ao nível das demais disciplinas do currículo escolar brasileiro” (NOGUEIRA, 13/02/1970, p. 21)

Nesse intuito de fortalecer uma cultura de atividade física com medidas disciplinares e propagar o regime militar por meio do êxito esportivo, o governo claramente utilizou-se do futebol, especialmente graças ao tricampeonato mundial. Já demonstramos como a conquista da seleção brasileira – com ênfase na preparação física dos atletas – foi um dos marcos para a prática coletiva de exercícios ao ar livre no país, com a adesão à corrida de rua por parte da população como desdobramento do método de Cooper, conforme abordado na abertura deste capítulo. A própria comissão técnica daquela seleção já era constituída por militares, fato que corrobora com a corrente que defende o uso político do esporte pela Ditadura. Afinal, “não é pouco significativo que a seleção brasileira que foi à Copa do México, em 1970, contasse com uma comissão técnica com fortes contornos militares” (OLIVEIRA, 2009, p. 413). Nomes importantes como Cláudio Coutinho e Carlos Alberto Parreira eram alguns dos representantes militares que atuaram naquela campanha vitoriosa, que de alguma forma favoreceu o regime aos olhos do mundo.

Além do serviço interno, o esporte servia como propaganda para o mundo do dito salto civilizatório pretendido pelo governo militar. A melhoria de atletas para compor os selecionados brasileiros servia como vitrine do Brasil para fora, e como incentivador de um sentimento de pertencimento e orgulhos nacionais, duas funções que ajudavam a legitimar os militares no poder. (NASCIMENTO, 2018, p.8)

Munido de um departamento de Assessoria Especial de Relações Públicas (AERP) – criado em 1968, a partir do Ato Institucional 5 (AI-5) –, o governo Médici tinha na figura do coronel Octávio Costa o espírito publicitário que buscava para propagar positivamente seu governo perante a opinião pública. A conquista do Brasil no México era o mote perfeito para se vender a ideia de um país vencedor, em desenvolvimento, como destaca o historiador Carlos Fico (1998).

Todo esse clima otimista foi ainda mais reforçado com a vitória da seleção brasileira de futebol na Copa do Mundo de 1970, sagrando-se única tricampeã mundial. O governo aproveitou a conquista para repetir suas promessas de esperança no futuro. O presidente Médici, que conseguira prever o resultado do jogo que definiu o título, afirmou: ‘Ninguém segura este país!’, frase que logo virou um novo slogan das campanhas de Octávio Costa. Seus comerciais mostravam gols da seleção brasileira e, quando ela voltou ao Brasil, Médici decretou feriado nacional e presenteou cada jogador com dinheiro. (FICO, 1998, p. 34)

Encarnar o torcedor na tentativa de conquistar alguma simpatia popular não foi tarefa das mais difíceis para Médici, que de fato era um apreciador de futebol e entusiasta da seleção nacional. “Suas relações com o futebol não foram somente publicitárias: o presidente era um autêntico torcedor, segundo relatos insuspeitos” (GUTERMAN, 2004, p. 270). O Brasil aparentava o rumo do progresso, buscava transparecer uma Era sem problemas e de plena felicidade, o que não refletia a realidade. “[...] A época era de grande repressão, com prisões, violências contra a oposição e tortura. A questão é que havia a censura, isto é, os jornais eram proibidos de falar desses assuntos” (FICO, 1998, p. 34). Logo, enquanto o governo utilizava o êxito no futebol com vistas a disseminar um suposto desenvolvimento do país e encobrir as atrocidades da Ditadura, a adoção de atividades físicas e outras práticas normativas ganhavam forma, como a campanha sanitária pela higienização dos indivíduos por meio de ações como a criação do personagem Sujismundo, que visava educar a população acerca da melhoria de seus costumes, hábitos e práticas. O código de higiene tratado nas cartilhas e demais instrumentos de comunicação do governo, entretanto, seguia as mesmas conformações do código moral na sociedade, culturalmente falando (ELIAS, 2011). Assim sendo, o sujeito desviante, sujo, deseducado, era também tido como o imoral, o desprezível, o marginalizado, que deveria ser evitado. Essa seria a tônica higienista que o governo intencionava transmitir em seus discursos e peças publicitárias.

Alguns comerciais faziam sucesso. Um dos mais conhecidos e que obteve grande simpatia das crianças foi uma campanha pela limpeza das cidades veiculada pela televisão. ‘Povo desenvolvido é povo limpo’, dizia o slogan da campanha liderada por Sujismundo, um personagem que vivia jogando lixo pelas calçadas e sujando tudo, mas que tinha aparência simpática de quem erra não por maldade, mas por ignorância. Essa era a maneira como os militares viam os brasileiros comuns: um povo que era despreparado e que não sabia se comportar, que devia ser educado para viver no novo Brasil que eles estavam criando. (FICO, 1998, p. 34)

Embora o governo militar tenha sido implantado no Brasil por meio de uma manobra antidemocrática posta em prática no dia 31 de março de 1964, registros históricos afirmam que a violência e o autoritarismo, marcas indeléveis de regimes fundamentalistas, se acirraram a partir do dia 13 de dezembro de 1968, com a instauração da mais rígida e restritiva das leis militares, o AI-5. “A censura passou a controlar toda a imprensa, que ficou proibida de publicar qualquer coisa que desagradasse o governo. Artistas, professores e políticos foram presos. As medidas decorrentes do AI-5 eram tão severas que ficou claro que, agora, se vivia uma ditadura” (FICO, 1998, p. 27). Tal medida visava coibir os crescentes apelos populares pela retomada da democracia, com a volta do Estado de Direito, e buscou fechar de vez o diálogo com a sociedade, amordaçando e cooptando jornalistas, por meio da censura, para que os desvios e

condutas criminosas patrocinadas pelo governo militar fossem encobertas e silenciadas (SANDER, 2019).

Ainda que tenha sido censurada, a imprensa e demais atores sociais que compunham os meios midiáticos se posicionaram entre a resistência e a conivência. Alguns artistas e veículos alinhavaram-se claramente contrários ao regime imposto no Brasil, enquanto outros seguiam suas rotinas de produção alheios às questões políticas ou mesmo em evidente ou velado apoio aos militares. Uma dessas empresas de comunicação que reconhecidamente aliou-se à Ditadura Militar foi o grupo editorial *O Globo*, cujo jornal impresso de mesmo nome é uma das fontes e objeto dessa pesquisa. Em editorial assinado por Roberto Marinho em 7 de outubro de 1984, o jornal atestava na capa da edição dominical sua posição no período ditatorial – justamente os anos em que avaliamos os textos publicados em suas páginas – mencionando, inclusive, o AI-5. Posteriormente, em 2013, o conglomerado de comunicação reviu sua posição e condenou o papel que desempenhara no século passado, reconhecendo e admitindo o que classificou como um erro. Contudo, em 1984 não era essa a visão e postura do grupo.

Participamos da Revolução de 1964, identificados com os anseios nacionais de preservação das instituições democráticas, ameaçadas pela radicalização ideológica, greves, desordem social e corrupção generalizada. Quando a nossa redação foi invadida por tropas anti-revolucionárias, mantivemo-nos firmes em nossa posição. Prosseguimos apoiando o movimento vitorioso desde os primeiros momentos de correção de rumos até o atual processo de abertura, que se deverá consolidar com a posse do novo presidente. [...] Acompanhamos esse esforço de renovação em todas as suas fases. No período de ordenação de nossa economia, que se encerrou em 1977. Nos meses dramáticos de 1968 em que a intensificação dos atos de terrorismo provocou a implantação do AI-5 [...] (*O Globo*, 07/10/1984, p. 1)

No *Jornal do Brasil*, o colunista esportivo Armando Nogueira assinava a coluna *Na Grande Área*, durante a Copa de 70, e também se mostrava de certa forma simpático ao regime ditatorial, abrindo eventualmente espaço para mensagens da Presidência e até mesmo diálogos com Médici e seus assessores. O material de cunho opinativo será objeto de análise mais aprofundada dessa dissertação no próximo capítulo. Em uma das publicações, Nogueira relata a preferência do governante por determinados jogadores em detrimento de outros, reforçando uma imagem de homem popular e torcedor comum que se envolvia afetivamente com a seleção. Tais predileções, entretanto, partindo de um ditador poderiam não ser vistas com tanta naturalidade e despreensão. No dia 28 de janeiro de 1970, o colunista publicou o seguinte texto: “Um esclarecimento em tom esportivo, do coronel Otávio Costa, chefe de Relações Públicas da Presidência da República: O Presidente Médici, sabidamente um expert em futebol, gostaria de ver o Dario, do Atlético, entre os vinte e dois da seleção [...]” (NOGUEIRA, 28/01/1970, p.

25). O texto segue ainda com orientações sobre como a convocação deveria ser realizada: “mas não forçosamente barrando Pelé ou Tostão, com o futebol que está jogando [...] o Dario pode ser bem mais útil que o Toninho que anda mal ultimamente” (NOGUEIRA, 28/01/ 1970, p. 25).

O mesmo *Jornal do Brasil*, em sua edição publicada logo após a conquista do tricampeonato da Copa do Mundo, destinou parte de uma de suas páginas para reproduzir um texto oficial da Presidência da República assinada por Médici, em nota intitulada “Mensagem de Médici”, na qual o presidente alegrava-se e exaltava os feitos da seleção, enquanto enaltecia o valor patriótico que ele próprio e aquela conquista representavam, em suas palavras: “[...] Neste momento de vitória, trago ao povo a minha mensagem identificando-me todo com a alegria e emoção de todas as ruas, para festejar, em nossa incomparável seleção de futebol, a própria afirmação do valor do homem brasileiro” (*Jornal do Brasil*, 23/06/1970, p. 18).

O jornalista e escritor Roberto Sander (2019) é outro autor que nos ajuda a compreender as interfaces estabelecidas entre política e esporte sob a perspectiva histórica, mais especificamente entre a euforia da Copa de 70 e o governo de Emílio Garrastazu Médici. Além de refletir sobre os acontecimentos do período, o autor aborda os conflitos e dilemas paradoxais entre torcer pela seleção nacional e opor-se a um regime opressor que intencionava apropriar-se daquele êxito esportivo na construção de sua narrativa desenvolvimentista. “A realidade é que os gritos de alegria por cada gol marcado pela Seleção Brasileira no Mundial do México eram acompanhados por gritos surdos de suplício e dor daqueles que ousaram enfrentar um Estado militarizado” (SANDER, 2019, p. 10). Em um livro publicado em 2010 sobre as Copas do Mundo disputadas entre 1930 e 2006, pelo jornal *Lance!*, o jornalista Ruy Castro também menciona o período ditatorial em que se deu a conquista e comemoração do tricampeonato mundial no México, em 1970, e igualmente ilustra os sentimentos contraditórios de festa e euforia popular provocadas pelo desempenho da seleção nacional nos jogos, contrastando com o conturbado contexto político de repressões vivenciado no país. Vimos, porém, em suas palavras marcas do almejado conceito de ‘brasilidade’ e do futebol como aglutinador dessa identidade cultural ansiada pela Ditadura, ilustradas em tom poético:

Era 4x1, era o tri e, lá fora, já era de novo o país do carnaval. Ah, sim, vivíamos na Ditadura Militar. O ditador de plantão chamava-se Médici e o clima político estava um horror. Em plena Copa rolavam atentados, prisões, torturas e o embaixador alemão acabara de ser sequestrado. Mas, quando o Brasil entrava em campo, todo mundo – guerrilheiros, torturadores e o próprio embaixador no cativo – parava para ouvir e vibrar. Era um só coração. (CASTRO, 2010, p. 127).

Todavia, apesar das associações comumente feitas sobre o uso político da Copa do Mundo do México pelo regime militar, há autores que questionam a naturalização de tais narrativas,

ponderando os reais efeitos dessa propaganda e criticando, inclusive, a ausência de fontes e embasamentos que ratifiquem tal entendimento. “O futebol é um campo fértil para a produção de mitos e lendas na vida nacional. Uma dessas histórias ainda viceja, com aparência de verdade incontestável: a utilização artilosa da Copa de 1970 pelo regime militar, com o objetivo de encobrir a repressão, marca do governo Médici” (GUTERMAN, 2004, p. 267). Na sequência, na mesma lauda, o autor conclui seu raciocínio protestando a ausência de elementos históricos que de fato confirmem a hipótese de êxito na manipulação popular: “Como todo episódio relacionado ao futebol no Brasil, este também é objeto de muitos palpites e pouca consistência historiográfica” (GUTERMAN, 2004, p. 267). Na mesma linha, Marcus Taborda de Oliveira (2002) defende que a Educação Física, enquanto Ciência, ganha projeção nesse período e que as pretensas imposições feitas pelo governo teriam de ter respaldo popular ou dos próprios profissionais à época. “Assim, não podemos falar genericamente de uma conformação do sistema educacional pelo Estado autoritário [...] Deixemos as generalizações e as abstrações para aquilo que não tem existência concreta na história da educação e da educação física” (OLIVEIRA, 2002, p. 71).

Retomando o aspecto da capitalização política colhida a partir do triunfo esportivo da seleção brasileira, Guterman (2006) alega também que a prática – encarada de certa forma até como um comportamento natural de um líder de Estado – também ocorrera oito anos antes, em um governo democrático e que na ocasião o fato passou mais despercebido.

Do ponto de vista estritamente cerimonial, Médici cumpriu, como quase todos os outros presidentes brasileiros em circunstâncias semelhantes, sua ‘obrigação’ de prestar apoio e solidariedade ao selecionado nacional na disputa pela Copa do Mundo. Para usar um exemplo eloquente, João Goulart, o presidente que viria a ser derrubado pelos militares em 1964, aproveitou-se como pôde da conquista brasileira na Copa do Chile, em 1962 – sem que isso tenha sido objeto de crítica da historiografia sobre os usos políticos do futebol no Brasil, pelo menos não no mesmo nível da ferocidade dirigida contra Médici e a seleção de 1970. E os objetivos de Jango, ainda que o contexto fosse obviamente diverso, eram muito semelhantes aos de Médici: incorporar o triunfo esportivo à sua imagem, com o objetivo de legitimar-se. (GUTERMAN, 2006, p. 58)

Antes mesmo de Jango, a primeira conquista do Mundial – em 1958 – também fora utilizada pelo então presidente Juscelino Kubitschek (1957-1961) como um elemento afirmativo de uma identidade nacional, além de projetar na conquista dos gramados seu lema de crescimento econômico-industrial. “O ideal de progresso estava associado a uma espetacular expansão industrial e material. O país era um canteiro de obras e o mercado interno se expandia a olhos vistos. O sucesso do futebol simbolizava o tal crescimento dos ‘cinquenta anos em cinco’ com o qual JK sonhava” (SANDER, 2019, p. 19). A equipe de futebol liderada pelos

jovens Pelé e Garrincha colocava os brasileiros em uma posição de destaque mundial, posto o qual o país não estava acostumado a ocupar. Aquela vitória poderia significar uma mudança cultural e de crença na capacidade de vencer que poderia começar a se desenvolver na nação, tal era o apelo popular do futebol no país e no mundo. Sander (2019) relata a importância daquele selecionado na construção de um espírito triunfalista o qual o governante máximo do país buscou aproveitar.

Em 1958, com Juscelino Kubitschek, não foi muito diferente. Ao se referir à conquista do primeiro título mundial do Brasil, na Copa da Suécia, JK afirmou que a vitória era a ‘afirmação de uma raça’, a raça brasileira, que buscava se impor aos olhos do mundo como especial, dotada de particularidades e qualidades únicas e, por isso, incompatíveis. Era o fim do sentimento de inferioridade que fazia com que na hora de decidir, o brasileiro se intimidasse e ‘tremesse’. Garrincha e Pelé eram os símbolos maiores de um novo modelo de Brasil que dava certo (SANDER, 2019, p. 18)

Logo, pelo que foi exposto, entende-se que inexistiam razões para o governo Médici não fazer de tudo para também se apropriar das glórias do futebol, tal qual seus antecessores. Isso, entretanto, foi reforçado pela necessidade de encobrir o lado obscuro do regime, que, por trás de toda a retórica ufanista, perseguia, com os mais sofisticados e cruéis mecanismos repressivos, quem contestasse a sua legitimidade (SANDER, 2019). Corroborando com o raciocínio de que a propaganda em cima de uma conquista esportiva não seria uma exclusividade da Ditadura de Médici, Oliveira (2009) volta a discorrer sobre a correlação entre política e futebol na Copa de 70, ponderando a real influência entre as esferas de governo e esportivas, sem, no entanto, negar sua existência:

Não há como separar o desenvolvimento do esporte brasileiro das influências militares e dos seus usos ideológicos. Mas isso não é o mesmo que admitir leituras conspiratórias que veem no esporte o grande trunfo da Ditadura Militar para consignar os seus objetivos políticos. O esporte não era mais do que um dos planos de intervenção da Ditadura, que agiu na direção de afirmar-se pela adesão de grandes parcelas da população brasileira, ao mesmo tempo em que reprimia com crueldade os descontentes com os rumos da política daqueles anos. (OLIVEIRA, 2009, p. 413-414)

Em relação ao comportamento da imprensa, Guterman (2006) demonstra que em geral os jornais reforçavam o vínculo do governo militar com a seleção, em especial *A Folha de São Paulo* – citada diversas vezes em sua dissertação de mestrado – e que por várias vezes portava-se como mediadora entre o regime e a seleção, tendo o grande público como plateia. Essa vinculação constantemente reforçada pela imprensa possivelmente seria mais um dos possíveis fatores que potencializaram o desempenho da seleção brasileira na Copa de 70 junto à opinião pública, bem como os consequentes desdobramentos dessa cobertura na sociedade. Em uma

dessas reportagens<sup>7</sup>, o jornal relata a visita dos ministros Alfredo Buzaid (Justiça) e Jarbas Passarinho (Educação), além do chanceler brasileiro Márcio Gibson Barbosa ao selecionado. “[Gibson] disse que sua vinda ao México representa a presença do governo brasileiro junto à seleção de futebol, já que as autoridades vêm acompanhando com bastante interesse esta campanha na Copa do Mundo” (*Folha de São Paulo*, 1970, p. 24 *Apud* GUTERMAN, 2006, p. 68). Por outro lado, veículos de oposição ao governo, como *O Pasquim*<sup>8</sup>, imprimiam uma narrativa alternativa desvinculando o êxito da seleção com a imagem do governo.

A gratidão do povo brasileiro pelos jogadores que venceram a IX Copa do Mundo é uma das raras expressões coletivas legítimas numa sociedade como a nossa: é o povo saudando a si mesmo, que o futebol não representa nenhuma outra coisa, e os craques da seleção não são nem mais nem menos que isso [...] acredito que o Brasil é tão bom no futebol por várias razões, mas uma delas, certamente, é essa amplíssima possibilidade de participação da massa do povo, sem as barreiras de classe. [...] Por isso é que tão pouca coisa neste país tem a autenticidade nacional de uma vitória como a desta Copa. [...] É nacional não porque se intitule nacional, mas porque tem profundas raízes no povo do país. Não é uma coisa inventada pela propaganda nem imposta de cima para baixo. [...] E então se dá o milagre. O país para. Os altos interesses da indústria, do comércio, do Poder, são postos de lado, por um simples curto-circuito: uma fagulha que identifica o povo com seus heróis. [...] E durante alguns dias o povo fez valer sua vontade nas ruas”. (*O Pasquim*, 1970, p. 29 *Apud* GUTERMAN, 2006, p. 52-53).

Por fim, concluindo esse ponto de discussão, Marcos Guterman (2006) vai defender que em vez de utopia as manifestações populares em comemoração ao tricampeonato, que vão ao encontro do que supostamente desejava o governo, poderiam ser interpretadas como uma forma de resistência e subversão popular, ainda que intelectuais critiquem essa relação. “No ambiente de confronto do regime militar, o futebol foi visto pela esquerda como nocivo, porque, segundo sua concepção, reprime o conflito de classes, docilizando o trabalhador em relação a seu patrão a cada vitória de seu time, e mistifica a realidade” (GUTERMAN, 2006, p. 44). O pesquisador defende, entretanto, a adesão à convocação para festa nas ruas como um momento de catarse, em rara liberdade das amarras impostas pela conduta disciplinar e normativa da ditadura, destacando em seu artigo algumas chamadas de jornais da época que enfatizavam as aglomerações populares nas ruas, algo que não se via há anos no Brasil.

Ou seja: Mérci permitiu as manifestações populares de apoio à Seleção porque elas oxigenavam seu projeto de legitimação do regime, mas, por outro lado, essas mesmas manifestações podem ter servido para que os brasileiros, sutilmente, contestassem o regime. Somente essa hipótese deveria bastar para, ao menos, contradizer a versão segundo a qual a Copa de 70 foi o auge da alienação do país, um dos maiores axiomas que se criaram a respeito do

<sup>7</sup> Periódico diário. Matéria publicada na página 24 da edição 21 de junho de 1970 da *Folha de São Paulo* (GUTERMAN, 2006, p. 68)

<sup>8</sup> Periódico semanal, edição de 2 a 8 de julho de 1970, página 29. (GUTERMAN, 2006, p. 52-53).

período, tão grande quanto as façanhas épicas da Seleção canarinho. (GUTERMAN, 2004, p. 278)

De toda forma, fato incontestável é que a partir da década de 1970 o moralismo que passou a incentivar a adoção de atividades físicas como um hábito do brasileiro também se estendeu para narrativas de saúde e bem-estar social, contribuindo para o aumento da realização de exercícios como: corrida, caminhada, ginástica e, posteriormente, musculação. Uma prática que hoje é bem mais comum do que em algumas décadas atrás e teve ali, nos anos 70, boa parte de sua origem. Com base nessa herança cultural, o sujeito contemporâneo, pós-moderno, passa a ser normatizado e seu comportamento é baseado nas noções de risco e autocuidado, produzindo um discurso de segregação entre aqueles tidos como responsáveis, que se exercitam, se cuidam e, portanto, ‘mereceriam’ ser saudáveis e os chamados ‘desleixados’, que negligenciariam a própria saúde (BAGRICHEVSKY et al, 2007; CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010). Em artigo sobre o conceito de salutarismo, desenvolvido por Robert Crawford, os autores Danielle Ribeiro de Moraes e Luiz David Castiel debatem a lógica que foi construída com base nesse sentimento de culpabilização do indivíduo desregado em caso de adoecimento.

De modo bastante esquemático, o que caracteriza o aspecto culpabilizador é a conclusão quase automática que, se o indivíduo escolhe não se prevenir, apesar de ser devidamente informado das formas eficazes de evitar doenças, deveria recair sobre ele a responsabilidade de arcar com os custos (pecuniários ou não) de seu adoecimento. Assim, comportamentos foram sendo tachados de ‘não saudáveis’ e, portanto, moralmente execráveis à luz do discurso do risco, em que se baseia a promoção da saúde. (MORAES E CASTIEL, 2019, p. 125)

Essa moralização discursiva de transferência da responsabilidade do Estado para o indivíduo no que tange ao cuidado com sua própria saúde é uma das marcas da contemporaneidade e que também foi explorada pelos militares nesse período disciplinar da sociedade. Retomaremos adiante a discussão de diferentes sentidos de saúde e subjetividades que emergem a partir de conceitos como o de estilo de vida ativo e noções de risco. A seguir, no próximo capítulo, propomos uma análise empírica mais minuciosa e criteriosa sobre a forma como uma coluna esportiva de jornal impresso tratou a preparação física da seleção brasileira para a Copa de 1970 e seus desdobramentos na sociedade nos anos que seguiram à conquista, ainda no contexto da Ditadura Militar expresso nesse tópico de discussão.

## 2. ATIVIDADE FÍSICA, PERFORMANCE E SAÚDE NA GRANDE ÁREA: ANÁLISE DE UMA COLUNA ESPORTIVA ENTRE 1970 E 1973

### 2.1. ARMANDO NOGUEIRA: UM ENTUSIASTA DO EXERCÍCIO FÍSICO COMO HÁBITO DE SAÚDE

No *Jornal do Brasil*, no período compreendido entre 1961-1973, [Armando Nogueira] assinou a coluna diária *Na Grande Área*. Foi exatamente essa coluna que lhe firmou a reputação de jornalista, por meio da qual suas crônicas, muitas em tom de conversa, apresentavam um estilo diferenciado: a qualidade literária era a tônica sem contudo inibir ou o distanciá-lo do público leitor, muito pelo contrário, como já foi afirmado, ele é um dos cronistas mais populares do Brasil. (BORGES, 2006, p. 134)

O acreano Armando Nogueira (1927-2010) foi destacado como um dos personagens dessa pesquisa especialmente por conta do papel desempenhado por ele no âmbito do jornalismo esportivo, tendo acompanhado diversas Copas do Mundo desde 1954, dentre elas a de 1970, consagrando-se como importante cronista e formador de opinião no ramo esportivo. Na época do recorte analítico desse estudo, o comunicador assinava uma coluna esportiva no *Jornal do Brasil*, na qual relatou desde a preparação até a conquista do tricampeonato mundial, valorizando e dando ênfase ao trabalho físico da Comissão Técnica, sendo assumidamente um dos grandes entusiastas do método de Cooper e do estilo de vida ativo que se expandia a partir dali. O tema foi abordado com certa regularidade em uma de suas colunas, a intitulada *Na Grande Área*, objeto que aprofundaremos na sequência da pesquisa. Como o recorte empírico da dissertação inicia-se na década de 1970, a análise de seus textos concentra-se igualmente nesse período, até a última coluna assinada por ele no *Jornal do Brasil*, em abril de 1973.

Filho de cearenses e natural de Xapuri, no Acre, Nogueira nasceu em 14 de janeiro de 1927 e mudou-se para o Rio de Janeiro aos 17 anos, em 1944, para estudar Direito<sup>9</sup>. Formou-se Bacharel, contudo, gostava do jornalismo e de redação. Antes mesmo de ingressar na Faculdade de Direito, utilizou seu aprimoramento na língua portuguesa e passou a atuar como revisor do *Diário Oficial do Governo do Acre*. Em seguida, já em 1950, foi levado ao jornal *Diário Carioca*. E como ocorria com a maior parte dos jovens em uma redação naquela época, o novato da vez iniciava sua trajetória na editoria de esportes, geralmente a porta de entrada de uma redação jornalística. Prática que era considerada comum até meados do século XX<sup>10</sup>. Nogueira, entretanto, gostava do esporte e passou a acompanhar a Seleção Brasileira, cobrindo

<sup>9</sup> Fonte: [memoriaglogo.globo.com/perfis/talentos/armando-nogueira/trajetoria.htm](http://memoriaglogo.globo.com/perfis/talentos/armando-nogueira/trajetoria.htm)

<sup>10</sup> Armando Nogueira, em sua fala durante um painel do Fórum de Jornalismo Esportivo, na sede do Sindicato dos Jornalistas do Rio de Janeiro, em 18/04/2006.

e acompanhando diversas Copas como repórter ou colunista. Paralelamente, trabalhou também por um tempo no *Diário da Noite*, com as mesmas atribuições.

Em sua carreira, passou ainda pela revista *Manchete*, onde foi editor-chefe e repórter fotográfico, entre 1955 e 1957. Posteriormente, de 1957 a 1959, atuou na revista *O Cruzeiro*, até dedicar-se especialmente ao *Jornal do Brasil*, no meio impresso, onde de 1961 a 1973 assinou a coluna esportiva diária *Na Grande Área* e chegou a dedicar uma de suas dez obras literárias a ela. O livro de mesmo nome da coluna foi publicado originalmente em 1966, reunindo uma seleção de seus textos publicados na seção até então. Nogueira deixou marcas e feitos relevantes enquanto comunicador.

Nos 25 anos que passou na Globo, Armando Nogueira foi responsável ainda pela implantação do jornalismo em rede nacional e pela criação dos noticiosos *Jornal Nacional* e *Globo Repórter*. Mas sua paixão sempre foi o esporte, em especial o futebol. A partir de 1954, esteve presente na cobertura todas as Copas do Mundo e, desde 1980, de todos os Jogos Olímpicos. No início de 1990, Nogueira deixou a Rede Globo para se dedicar ao jornalismo esportivo. Foi comentarista do programa *Cartão Verde*, da TV Cultura, entre 1992 e 1993; e da TV Bandeirantes, de 1994 a 1999. No SporTV, canal da Globosat, participou em programas de 1995 a 2007. Mantinha uma coluna reproduzida em 62 jornais brasileiros, um programa no canal por assinatura SporTV, um programa de rádio e um sítio na Internet. Era também proprietário da Xapuri Produções, que faz vídeos institucionais para empresas, para as quais também profere palestras motivacionais. Escreveu dez livros, todos sobre esportes. Teve também passagens pelo rádio, fazendo comentários diários na Rádio Bandeirantes (durante o *Primeira Hora* e o *Jornal em Três Tempos*) e na Rádio CBN (durante o *CBN Brasil*)<sup>11</sup>.

A escolha pela utilização do comunicador esportivo como elemento da pesquisa ocorreu por sua militância na defesa do condicionamento físico como atributo de valores positivos no esporte e no convívio social – inclusive enquanto práticas de saúde –, além de sua reconhecida relevância no meio esportivo na segunda metade do século XX e primeira década do século XXI e, sobretudo, pela cobertura diária da Seleção Brasileira na preparação e disputa da Copa do Mundo do México. Nas pesquisas exploratórias, não raro, seu nome surgia vinculado a alguma publicação no noticiário impresso envolvendo o método Cooper ou seu autor. Partindo dessa percepção, de certa recorrência nessas citações, optamos por fazer um levantamento mais denso sobre sua vida e obra, em especial acerca da coluna que assinara por mais de dez anos no *Jornal do Brasil*, de onde foi extraída a maior parte das citações encontradas nas referidas buscas. Como exercício de análise empírica, passamos então a acompanhar a coluna esportiva *Na Grande Área*, entre os anos de 1970 e 1973, quando o espaço deixa de ser assinado por

---

<sup>11</sup> Netsaber Biografias. Disponível em: [biografias.netsaber.com.br/biografia-4360/biografia-de-armando-nogueira](http://biografias.netsaber.com.br/biografia-4360/biografia-de-armando-nogueira)

Nogueira, que seguiu atuando e produzindo conteúdo para o jornalismo esportivo até o fim de sua vida, em 29 de março de 2010.

Ao descrever brevemente a biografia de Armando Nogueira, como um personagem relevante no cenário analisado, é fundamental também que seja apresentado o contexto histórico e sociopolítico do jornalismo praticado naquela época, ou seja, a concepção do seu papel e o que ele representava na sociedade brasileira. Além de todo o levantamento bibliográfico e discussões já realizadas no subcapítulo 1.4 – acerca das consequências do regime ditatorial na imprensa, a censura, e uso político que se fazia dos eventos de grandes ajuntamentos populares, como a Copa do Mundo –, a chamada objetividade jornalística (TRAQUINA, 1993; LAGE, 2012; PENA, 2013) reconfigura a forma como o jornalismo brasileiro é produzido, após a segunda metade do século XX, com uma ênfase grande ao que convencionou-se chamar de isenção e imparcialidade. Isto é, o jornalismo passa a ter uma credibilidade maior na imprensa e junto à sociedade justamente no momento em que o capitalismo passa a controlá-lo e – por consequência – a reduzir o número de veículos de imprensa em operação. Era nesse cenário privilegiado de credibilidade, em termos de capital simbólico (BOURDIEU, 1989; ARAÚJO, 2004), que analisamos a produção jornalística e seus efeitos na sociedade, mais propriamente no que tange ao incentivo da adesão a atividades físicas como prática de benefício à saúde, por exemplo. A mídia impressa exercia um papel social relevante por sua capacidade de representar a realidade e interferir nela.

Hoje, cada vez mais, são os meios de comunicação o *locus* principal em que se realiza o trabalho sobre as representações sociais. A mídia é o principal lugar de memória e/ou de história das sociedades contemporâneas [...] Os meios de comunicação, neste século [XX], passaram a ocupar uma posição institucional que lhes confere o direito de produzir enunciados em relação à realidade social aceitos como verdadeiros pelo consenso da sociedade. (RIBEIRO, 2000, p. 33)

Nessa dissertação de mestrado analisamos a produção midiática como documentos históricos, para além de fonte e objeto de pesquisa, a exemplo de outras pesquisas históricas que também dialogam com os documentos de imprensa, como orienta Rafael Fortes (2009): “observar os meios de comunicação, tratando-os não só como fonte e objeto de estudo, mas também como agentes históricos” (FORTES, 2009, p. 419). Adotamos, portanto, essa perspectiva de investigação. Na contextualização dessa análise empírica, todavia, devemos reconhecer também a existência de um interesse recíproco entre os veículos de comunicação esportivos e as próprias modalidades às quais se destinavam suas coberturas jornalísticas, onde ambos se beneficiariam e poderiam influenciar-se dentro de um determinado limite. Limite esse que deve ser considerado pelos pesquisadores ao utilizar a imprensa como fonte.

Enfim o historiador do esporte, ao trabalhar com produtos midiáticos, não pode ignorar a complexidade da relação do objeto com os meios de comunicação. Isso não significa considerar que os meios de comunicação têm um poder absoluto e unidirecional, mas tampouco deixar de entender suas interferências no campo esportivo (MELO *et. al.*, 2013, p. 115).

Paralelamente, o foco dos grandes debates sociais promovidos pela capacidade de agendamento da imprensa costumava concentrar-se em pautas autorizadas pelo governo, por meio dos seus órgãos e departamentos de controle de mídia e censura, como a grande cobertura do tricampeonato mundial, cujas colunas de Nogueira serão objeto de nossa análise no próximo subcapítulo. “Em 1970, enquanto eram vividos os momentos mais violentos da ditadura militar, os meios de comunicação divulgavam imagens do Brasil tomado por uma euforia nacionalista graças às repercussões do Milagre Econômico e da vitória na Copa de 1970” (CHAGAS, 2009, p. 2). Como dito, tais interferências estão no horizonte dessa pesquisa, tendo sido demarcadas e debatidas com mais consistência no capítulo anterior. Em aspectos políticos, o momento também era favorável à pauta esportiva, dado o incentivo e fomento patrocinados pelo Estado: “espaços esportivos foram construídos massivamente naqueles anos como parte do que muitos chamam de um ‘projeto de esportivização’ da sociedade brasileira” (OLIVEIRA, 2009, p. 388).

O incentivo ao crescimento esportivo, naturalmente, seria refletido nas pautas da imprensa, com destaque especial para o futebol, que com o desempenho na Copa de 70 atraía os holofotes do mundo todo. Era a oportunidade do Brasil se mostrar como uma nação vencedora, cujo símbolo seria a chamada “pátria de chuteiras” (SANDER, 2019). Todavia, tal rótulo lhe incumbia implicitamente o dever de expandir o sucesso no âmbito futebolístico para outras modalidades esportivas, investindo, também, nos esportes olímpicos e em ações que popularizassem a adoção de atividades físicas e a prática esportiva por parte da população. “O Brasil estava longe de ser uma potência esportiva. E o esporte já significava, naquele período, o poder econômico, político e simbólico de uma nação” (OLIVEIRA, 2009, p. 388).

Apesar dessa concepção do esporte como ponte para o desenvolvimento socioeconômico do país, especialmente perante a comunidade internacional, a imprensa esportiva no Brasil não desfrutava ainda de tanto prestígio como outras editorias tidas como mais nobres no jornal impresso, como a de política ou economia, por exemplo. Um indicador é o fato já mencionado de que a seção de esportes normalmente era a porta de entrada dos focas<sup>12</sup>, entendimento esse que foi sendo reconfigurado com o passar do tempo, entretanto, ainda

---

<sup>12</sup> Jargão utilizado no meio jornalístico para designar o jornalista iniciante, profissional recém-formado em uma redação.

vigorava no período de recorte dessa pesquisa e que mesmo veladamente ainda se nota nas redações atuais.

Entre os mais proeminentes argumentos para explicar o porquê de uma reduzida importância dos periódicos esportivos na imprensa brasileira, o jornalista e sociólogo Juca Kfoury, apontou o preconceito, que vigorou durante muito tempo nas grandes redações do país, dando conta de que o público-leitor de esportes tendia a ser de menor poder aquisitivo e de diminuta capacidade intelectual. Tal perspectiva é questionada e retrabalhada no livro *O Esporte na Imprensa e a Imprensa Esportiva no Brasil*, que reúne um time de primeira linha de pesquisadores dedicados a tratar do fenômeno esportivo no Brasil, capitaneado pelos historiadores Bernardo Borges Buarque de Hollanda e Victor Andrade de Melo, em uma série de artigos que abordam a relação entre os esportes e a imprensa escrita no país e que demonstram a importância da imprensa esportiva na produção da imagem da realidade e da vida cotidiana das principais capitais brasileiras (MORELLI, 2014, p. 445).

Esportivamente, em termos de imprensa, a década de 1970 é marcada ainda pelo surgimento da revista *Placar*, veículo especializado em esportes com ênfase no futebol, o mais popular desporto brasileiro. Sua criação se dá justamente em um conturbado momento político do país que culmina no cenário esportivo, com a troca de comando na seleção que seria campeã mundial:

A década de 1970 seria marcada na imprensa esportiva pela emergência da famosa Revista Placar e esse é o tema de João Malaia no artigo "Placar:1970", em que o autor relaciona o momento de surgimento da revista, ocupando-se de polêmicas como a demissão de João Saldanha da posição de técnico da seleção brasileira de futebol às vésperas da Copa de 1970, no México, com o cenário político de ditadura militar que marcava o Brasil, em um autoritarismo e censura que as próprias matérias, fotos e charges da Placar denunciavam, ainda que não chegassem ao ponto de levantar quaisquer propostas de transformação da sociedade brasileira em seus rumos políticos. (MORELLI, 2014, p. 451)

Em relação à representação da saúde na imprensa, Madel Therezinha Luz cita os efeitos do liberalismo econômico no campo da comunicação e propõe uma análise sobre seu funcionamento entre os anos 60/70, enfatizando o poder de produção de significados sociais em seus modelos de produção de notícias e discursos:

Os jornais repetem um mesmo grupo de temáticas no tratamento do noticiário de saúde: endemias, epidemias, falta de assistência médico-hospitalar, necessidades de transformações na previdência. Mas se as manchetes permaneceram constantes, o conteúdo se transformou de 1964 para 1974. E não se transformou apenas por evolução da linguagem jornalística: as siglas, as doenças, a forma de colocação da questão médica assim como os agentes nela envolvidos são outro. Um dado, no entanto, não mudou: o povo brasileiro permanece sistematicamente marcado pelo problema de saúde, isto é, pela doença. (LUZ, 2014, p. 247)

Com o crescimento das doenças crônicas não transmissíveis como um problema de saúde dos brasileiros, naturalmente, o tema ganha destaque na sociedade e é refletido na imprensa. Os exercícios aeróbicos e o método Cooper surgem, entretanto, como antídoto e alternativas de prevenção aos males anunciados, como infarto e hipertensão arterial.

Voltando à biografia de Nogueira, o cronista – defensor dos exercícios aeróbicos e da vida ativa na prevenção de doenças cardiovasculares – faleceu em 2010, decorrência de um câncer no cérebro. “Esse é Armando Nogueira, que é chamado ‘O poeta do esporte’. [...] um ser ímpar. Um nortista extremamente inteligente. Mas quando alguém dizia que ele era um vencedor, rebatia com humildade: - não, sou apenas um lutador”<sup>13</sup>. Avancemos, então, à descrição e análise de sua produção textual.

## 2.2. TEM COOPER NA GRANDE ÁREA: A COBERTURA DA PREPARAÇÃO À CONQUISTA DO TRI

Na esteira das convocações normativas dos hábitos saudáveis, as ‘bioconvocações’, a década de 1970 demarca, além de todos os fatores já elencados, o início de um período fértil para expansão de um fenômeno que Foucault conceituou em diversas de suas obras como medicalização, no âmbito social (ZORZANELLI e CRUZ, 2018). “A medicina foi sempre uma prática social e o que não existe é a medicina ‘não-social’, a medicina individualista, clínica, do colóquio singular, apenas um mito mediante o qual se defendeu e justificou certa forma de prática social da medicina: o exercício privado da profissão” (FOUCAULT, 2010, p. 172). Ao analisarmos a coluna esportiva *Na Grande Área* assinada por Armando Nogueira no período que antecedeu a Copa do Mundo de 70, percebemos uma valorização do aspecto físico que rompia as fronteiras do esporte e cuja recomendação, em muitas das vezes, se dava pelo apelo em prol da saúde dos indivíduos, no caso os leitores. Dialogando com a concepção de Foucault acerca do poder pertencente à medicina, na sociedade, entendemos que seus discursos poderiam influenciar as práticas, uma vez que ditavam novos hábitos salubres. Isso ocorreu, em especial, a partir das descobertas e orientações de Cooper. “Hoje [1974] a medicina está dotada de um poder autoritário com funções normalizadoras que vão bem além da existência das doenças e das demandas do doente” (FOUCAULT, 2010, p. 181). Compreendemos, então, que tais convocações de caráter biomédico à prática de atividade física constantemente presentes na coluna analisada – como o convite à realização da corrida ou caminhada – aproximam-se da

---

<sup>13</sup> Netsaber Biografias. Disponível em: [biografias.netsaber.com.br/biografia-4360/biografia-de-armando-nogueira](http://biografias.netsaber.com.br/biografia-4360/biografia-de-armando-nogueira)

noção de biopolítica, de Foucault, a partir do fato de que os indivíduos são conclamados a cuidarem de si e esse cuidado se reflete em práticas disciplinares normativas: “o que está em pauta com o conceito de biopolítica é uma modalidade de controle e de regulação social dos corpos pela normalização das individualidades” (ZORZANELLI e CRUZ, 2018, p. 726).

Para o filósofo italiano Giorgio Agamben, a biopolítica é o governo da vida biológica dos indivíduos pelo Estado, o que de certa maneira a compreensão da normatização do estilo de vida ativo como forma de promoção da saúde reflete em nossa sociedade. “Ele [Agamben] sugere que o nascimento do biopoder na modernidade marca o ponto no qual a vida biológica dos sujeitos entra na política e pertence inteiramente ao Estado” (RABINOW e ROSE, 2006, p. 33). Foucault faz, ainda, uma correlação análoga envolvendo outros campos sociais para explicar seu conceito de biopolítica:

Se pudéssemos chamar “bio-história” as pressões por meio das quais os movimentos da vida e os processos da história interferem entre si, deveríamos falar de “bio-política” para designar o que faz com que a vida e seus mecanismos entrem no domínio os cálculos explícitos, e faz do poder-saber um agente de transformação da vida humana. (FOUCAULT, 1998, p. 155)

Ao incorporar tais discursos como forma de estratégia de promoção da saúde, o Estado também assume um papel importante na propagação desse entendimento e circulação de sentido positivista da adoção de exercícios físicos em favor da normalização das taxas fisiológicas como um resultado tácito de melhora de saúde da população, em uma perspectiva estritamente epidemiológica. Nessa concepção as ‘bioconvocações’ ao autocuidado parecem uma boa alternativa à ausência de políticas públicas de saúde adequadas à população. Aspecto que temos discutido e que tornaremos a abordar adiante. Outro conceito foucaultiano que se aplica a essa situação analisada é o de biopoder – o poder de fazer viver ou fazer morrer (FOUCAULT, 1979), conforme argumenta Sanches (2019) ao analisar a obra de Rose (2013):

O sociólogo britânico Nikolas Rose considera que, na contemporaneidade, o biopoder desenvolve diferentes modos dos sujeitos atuarem sobre si mesmos. Por meio dos discursos de autonomia e liberdade, cuja matriz é neoliberal, os sujeitos contemporâneos tomam para si a tarefa de cuidar do corpo e da saúde, produzindo assim posições de sujeito que eticamente “escolhem” adotar condutas *fitness*, por exemplo. Nesse sentido, o investimento em saúde é uma característica primordial do biopoder contemporâneo (SANCHES, 2019, p. 9)

Portanto, estudar a produção e circulação dessas narrativas visa, também, auxiliar na compreensão das práticas discursivas que emergem da combinação entre exercício físico e publicização da performance dos indivíduos em uma cultura de mídia – a partir dos jornais impressos tradicionais – nos anos 70. Evidencia-se, dessa forma, que não apenas as construções do sujeito ideal nos discursos da saúde pública e da promoção da saúde precisam ser

problematizadas por suas limitações, por seus julgamentos morais e pela sua tendência de apoiar e reproduzir as desigualdades sociais. É preciso também pôr em questão o foco muitas vezes míope da filosofia dos cuidados de si ao qual tais construções se ajustam. (LUPTON, 2000).

Ao transportar os conceitos teóricos que embasam nossa pesquisa para aplicação prática do que ocorria na sociedade, percebemos que a década de 1970 marca uma nova forma como o brasileiro passa a se relacionar com a atividade física e até mesmo como enxerga sua própria saúde. Reflexos daqueles anos perduram em nossa sociedade por décadas e hábitos hoje naturalizados advém daquele período. Por isso, a relevância em estudá-lo. Esse discurso dos exercícios enquanto práticas de autocuidado, entretanto, passa por reconfigurações ao longo desse tempo, acompanhando as próprias transformações sociais. Rose (2013), reflete acerca dessa herança e como o sentido de doença e saúde muda a partir de novas concepções e práticas discursivas e terapêuticas dos séculos XX e XXI acerca dos cuidados com a saúde, dantes centrada no coletivo e no ambiente, e na contemporaneidade focada nos indivíduos.

Ao longo da primeira metade do século XX, essa preocupação com a saúde da população e sua qualidade foi impregnada por uma compreensão particular da herança de uma constituição biológica e das consequências da reprodução discriminatória de diferentes subpopulações; isso pareceu obrigar os políticos de muitos países a tentar administrar a qualidade da população, muitas vezes coercitivamente e, às vezes, mortiferamente, em nome do futuro da raça. No entanto, a política da vida de nosso século parece bem diferente. Não está delimitada nem pelos polos de doença e saúde, nem focalizada em eliminar patologias para proteger o destino da nação. Ao contrário, está preocupada com nossas crescentes capacidades de controlar, administrar, projetar, remodelar e modular as próprias capacidades vitais dos seres humanos enquanto criaturas viventes. (ROSE, 2013, p. 16)

Portanto, retomando o *locus* empírico da análise proposta neste segundo capítulo, o movimento de recuperação de registros documentais do passado pode nos ajudar a entender o presente e compreender melhor o contexto em que tais práticas foram incentivadas e valorizadas. Por esse conjunto de ações, entendemos que explorar as colunas esportivas do ano em que a seleção brasileira utiliza o método Cooper e atribui-se a ele parte do sucesso obtido naquela ocasião, representa um caminho metodológico viável e coerente para suscitar as discussões que nos propomos a tecer nesse estudo.

Atualmente assistimos à produção de um discurso de conteúdo mais ou menos homogêneo sobre a importância da prática regular de atividade física, mas que tem inúmeras vozes para sua difusão, incluindo as revistas (pseudo) especializadas, as academias de ginástica e musculação, a reminiscência do conceito de ‘fazer Cooper’ e as inúmeras propagandas que difundem a ideia que ‘fazer atividade física faz bem à saúde’. Configura-se um quadro heteróclito de práticas corporais, realizadas em diversos espaços sociais, mas que se coadunam, na medida em que têm no conceito da aptidão física seu

horizonte e nas instituições sociais de caráter privado seu *locus* privilegiado. (PICH, GOMES E VAZ, 2007, p. 189)

Armando Nogueira era um dos disseminadores dessa crença moralista que – já nos anos 70 – condicionava a prática de atividade física e disciplinaridade com melhoras de desempenho e alcance de êxito, tanto no aspecto esportivo quanto na vida social. Tal entendimento era propagado por meio de sua produção textual, especialmente quando versava sobre a prática futebolística em seus artigos e reportagens. Contudo, de onde vem essa configuração sociocultural, construída a partir da segunda metade do século XX, que condiciona a melhora da qualidade de vida e obtenção de boas condições de saúde à adoção de atividades físicas regulares? Essa é uma das questões que norteiam a presente pesquisa. E cabe-nos investigar algumas das possibilidades capazes de nos auxiliarem na obtenção das respostas almejadas. Como já mencionado no tópico anterior, entre 1961 e 1973 a coluna *Na Grande Área* foi assinada por Armando Nogueira, como parte integrante da seção de esportes do *Jornal do Brasil*. Sendo ele, portanto, um desses atores sociais formadores de opinião, destacados anteriormente na citação de Pich, Gomes e Vaz (2007).

Assinados regularmente por Nogueira, naquele período, os textos opinativos eram veiculados normalmente seis vezes na semana – diariamente de terça a domingo e em uma edição especial que reunia os textos de domingo e segunda na publicação dominical –. Presente por mais de uma década na vida dos leitores, a coluna – bem como seu autor titular – ganhou forte apelo e tratava majoritariamente de temas esportivos, embora eventualmente reservasse espaço para notas sobre o cotidiano e comportamento do carioca. Assumido admirador e entusiasta do método Cooper, tido por ele como “o evangelho das verdades fisiológicas” (NOGUEIRA, 14/02/1971), abriu espaço em suas colunas tanto para disseminar o procedimento inovador, como para divulgar os livros do médico norte-americanos. Fez importantes menções e inferências ao próprio método e à preparação física de modo geral, como fatores indispensáveis à conquista do tricampeonato mundial. “É tão fácil identificar a receita da vitória brasileira no México: basta confrontar os principais valores das grandes equipes em competição. Fisicamente, o quadro do Brasil surpreendeu o mundo inteiro, aparecendo em Guadalajara [...] com os melhores índices biométricos da Copa”. (NOGUEIRA, 12/07/1970, p. 39). Para fins da presente pesquisa, tomamos como objeto de análise os textos publicados no recorte temporal da década de 70, de 1º de janeiro de 1970 a 29 de abril de 1973, data da última coluna assinado por Nogueira, que se despediu do *Jornal do Brasil* em transferência para o jornal concorrente, *O Globo* a partir daquela data:

Afasto-me hoje do JORNAL DO BRASIL levado por outros desafios da minha vida profissional. Continuarei, pois, fiel ao jornalismo que é minha querida vocação. Nunca, porém, vou esquecer o privilégio que tive de assinar durante 11 anos esta coluna, com a qual pretendi sempre ajudar o esporte a ser entendido como uma saudável manifestação cultural. (NOGUEIRA, 29/04/1973, p. 47)

A análise descrita neste subcapítulo foi feita por meio de uma leitura crítica em todas as colunas publicadas no primeiro semestre de 1970, da primeira até o término da Copa do Mundo do México, no dia 21 de junho daquele ano (1º de janeiro a 21 de junho de 1970, portanto). A partir dali, nas edições posteriores ao mundial de futebol, passamos a pesquisar os marcadores “Armando + Nogueira + Cooper”, via acervo eletrônico do *Jornal do Brasil*, com vistas a mapearmos e analisarmos as referências diretas ao método de Cooper realizadas do mês seguinte à Copa até abril de 1973, período em que Nogueira o divulgou amplamente aos brasileiros em sua coluna, pegando carona no sucesso daquela seleção nacional de futebol que marcou época.

Essa importância que o colunista conferia à preparação física é perceptível desde o primeiro texto publicado no ano da conquista do tricampeonato mundial. Logo, em 1º de janeiro de 1970 Nogueira já alertava para a necessidade de aprimorar o condicionamento físico dos atletas selecionados em função da possibilidade de realização de jogos na altitude mexicana, onde o ar rarefeito dificultaria a respiração dos jogadores e exigiria mais de seus pulmões. E para tal adaptação, reivindicava a derrubada de um veto da Federação Internacional de Futebol, de modo que o Brasil e outras seleções classificadas ao mundial pudessem realizar amistosos no país da Copa, visando ao aprimoramento de suas preparações. Ele advertia que “as circunstâncias adversas da atmosfera mexicana, que exigem dos concorrentes o sacrifício da adaptação fisiológica e psicológica à altitude, devem justificar compensações como a que pleiteia o Brasil”. (NOGUEIRA, 01/01/1970, p. 21). Dias depois, o colunista tornara a exaltar o aspecto físico e disciplinar nas páginas do jornal ao comentar a contratação do novo técnico que iria dirigir o time do Flamengo naquela temporada, o sul-mato-grossense Dorival Knippel, apelidado de Yustrich, em referência a sua semelhança com um ex-goleiro argentino, conhecido à época por seu temperamento turrão e que carregava em seu estilo de treinamentos o chamado ‘padrão europeu’ de organização e comprometimento:

A posse triunfal de Yustrich no Flamengo mal esconde uma dolorosa verdade: o futebol brasileiro deu marcha a ré, nos últimos anos; quando os técnicos na Europa assumem cada dia mais responsabilidades no processo de evolução física, técnica e tática do futebol, nós, por aqui, somos obrigados a festejar na volta de um técnico, não seus méritos de estrategista, mas a mão de ferro, que é capaz de arrancar no peito, da praia ou do tablado das escolas de samba, o jogador relapso. (NOGUEIRA, 07/01/1970, p. 21)

O discurso moralizante tornaria a ser utilizado no dia 16 do mesmo mês, quando o colunista advertira novamente os atletas acerca de seus hábitos considerados inadequados para a prática esportiva em nível profissional:

Por falta de aviso não foi: a imprensa mais responsável está alertando a rapaziada já há algum tempo. Os treinadores, por sua vez, viviam falando nas preleções: vocês precisam levar mais a sério a preparação; preparação não é só aparecer no clube, fazer ginástica de quatro às cinco e voltar correndo para a praia e da praia voar para o tablado da escola de samba ou para a pista do inferninho. (NOGUEIRA, 16/01/1970, p. 27)

O entusiasmo de Armando Nogueira com as práticas rigorosas de disciplina era explicitado em alguma de suas colocações. Para o colunista, fazia-se valer o caráter punitivo dos desvios e benefício dos centrados, o sujeito normatizado e disciplinado – dócil, novamente na perspectiva foucaultiana –, seria aquele destinado ao triunfo em sua concepção. A cobrança e os valores atribuídos eram bem claros. Não só por parte do comunicador analisado, mas no retrato de uma época. Período aquele em que Kenneth Cooper encontraria terreno fértil para o lançamento e disseminação do seu método como uma espécie de manual, capaz de transformar o sujeito sedentário – relapso – em indivíduo ativo – zeloso –.

A ênfase no autocuidado pela prática de exercícios começava a ganhar notoriedade na imprensa brasileira. E ainda em janeiro de 70, Nogueira apresentaria o principal difusor do método Cooper em solo brasileiro, o capitão Cláudio Coutinho, membro daquela comissão técnica. “Excelente a iniciativa de incluir no programa de treinamentos dos jogadores da seleção três professores de educação física (Paulo Azeredo, Carlos Alberto Parreira e capitão Coutinho)” (NOGUEIRA, 22/01/1970, p. 21). O texto dizia ainda que o trio auxiliaria o preparador físico principal da seleção, Admildo Chirol, em “um trabalho que já não é possível ser feito por uma só pessoa. Seja ela a mais disposta e competente do mundo” (NOGUEIRA, 22/01/1970, p. 21). Ao concluir a nota, o colunista expressa um sentimento de alívio e otimismo com a medida: “Agora, sim, o selecionado brasileiro vai trabalhar seriamente para neutralizar a superioridade física dos grandes rivais mundiais no México” (NOGUEIRA, 22/01/1970, p. 21). Ora, os leitores mais críticos e adeptos do futebol, entretanto, poderiam questionar se essa supervalorização do aporte físico seria realmente pertinente, dada a característica mais marcante do futebol brasileiro, já bicampeão mundial (1958 e 1962) e conhecido na época por sua técnica acima da média. Para esse questionamento, Nogueira também já tinha a resposta.

E antes que alguém argumente que em 58 e 62 a seleção brasileira ganhou de todo mundo, tendo apenas um instrutor físico, peço licença para explicar o seguinte: em comparação com os anos do bicampeonato brasileiro, o estado atlético dos europeus, hoje, melhorou no mínimo 80 por cento. A partir de 1966, os grandes centros esportivos da Europa conseguiram revolucionar a

preparação física e técnica de seus atletas, transformando-a em verdadeira ciência. Em boa hora, portanto, a comissão técnica da seleção está recorrendo ao melhor da estrutura europeia para apurar a forma física e técnica dos brasileiros. (NOGUEIRA, 22/01/1970, p. 21)

Embora o escritor Nelson Rodrigues já tivesse atenuado o ‘complexo de vira-latas’ do brasileiro com a conquista da Copa de 1958 – afinal, enfim éramos os melhores em algo –, para Armando Nogueira, era claro que em termos de preparação física ainda não tínhamos maturidade e condições de competir com os países do Hemisfério Norte do Globo Terrestre. Certo ou errado, meses adiante o Brasil se consagraria campeão mundial e o colunista faria questão de ressaltar o aspecto físico ao exaltar a conquista, justificando a insistência do assunto em sua coluna desde o primeiro mês daquele ano, como constatamos nesse levantamento. Dias antes, após o sorteio da fase de grupos, a definição do Brasil na mesma chave de três seleções europeias, sendo duas seleções do Leste do continente – Checoslováquia e Romênia – e a então campeão mundial, Inglaterra, bastou para que novamente a coluna destacasse a preocupação física como fator diferencial para classificar-se à próxima fase da competição entre os dois primeiros colocados do grupo: “ Não adianta contar apenas com o talento do jogador, que é, sem dúvida, um fator respeitável, mas não decisivo nos dias de hoje. A série de jogos que aguarda o time brasileiro indica, nitidamente, que o melhor caminho a seguir é o da rigorosa preparação física” (NOGUEIRA, 13/01/1970, p. 23).

Em fevereiro daquele ano, a coluna torna a exaltar a preocupação da delegação brasileira com a preparação para além da condição física de seus atletas, valorizando aspectos emocionais e fisiológicos em pelo menos seis publicações, que serão destacadas na sequência. Na primeira delas, Nogueira festeja o que trata como uma espécie de mentalidade europeia em tom de alívio ao afirmar que “em boa hora a comissão Técnica da Seleção Nacional está realizando um programa de trabalho da maior seriedade, procurando preparar os jogadores brasileiros dentro e fora de campo segundo métodos técnicos, táticos e psicológicos [...] ao longo de criteriosas idas e vindas de Saldanha, Russo, Lídio e Chirol” (NOGUEIRA, 04/02/1970, p. 21).

Na mesma semana, após três dias, a coluna se dispôs a detalhar os atributos físicos necessários para obtenção do êxito no futebol praticado àquela época. Nesse texto, a ênfase à preparação física é ainda mais explícita. Logo de início, o articulista comenta a desclassificação do que chama de “requintada escola de jogo” das seleções da Hungria e da Áustria da fase final da Copa do Mundo do México. Para ele, a consequência da eliminação claramente teria sido o descaso com o aspecto físico-tático das equipes, que teriam privilegiado apenas a técnica de seus jogadores. “[...] os dois foram desclassificados e continuarão a ser enquanto não aliarem o talento de seus jogadores à realidade físico-tática do futebol da moda” (NOGUEIRA,

07/02/1970, p. 20), sentenciou. Após seguir o texto elencando ‘pecados’ de ambas as seleções no decorrer das décadas de 1950 e 60, Nogueira volta a afirmar seu ideal de preparação como uma possibilidade infalível de redenção às duas equipes, como quem aconselha: “no entanto, a escola austro-húngara, tal qual a sul-americana tem todas as chances de reconquistar a liderança do futebol mundial: basta rever seus conceitos em matéria de preparação física e de procedimento tático” (NOGUEIRA, 07/02/1970, p. 20). A coluna se encerra com um tom de alívio por parte do autor ao revelar que enfim o Brasil voltava ao rumo das suas conquistas ao assimilar e compartilhar seu entendimento daquilo que seria necessário para voltar a vencer: aliar a arte da técnica com o esforço físico:

Felizmente o futebol brasileiro, pelo menos em nível de seleção, passou a pensar e agir com realismo, a partir dos últimos dois anos. No momento, a Comissão Técnica da CBD [Confederação Brasileira de Desportos] está de todo convencida de que aquele belo padrão que definiu ao longo dos anos a escola sul-americana já não nos leva aos títulos mundiais. Não adianta saber que Gérson é capaz de pôr a bola onde quer. É preciso que ele tenha capacidade física para estar, sem a bola, em qualquer lugar do campo, tantas vezes quanto as circunstâncias do jogo exigirem. E para isso é preciso que o jogador brasileiro reconheça que o futebol de nossos dias não é mais talento puro: é talento somado à força física. Alma de artista, sim, mas, alma de atleta em corpo de atleta (NOGUEIRA, 07/02/1970, p. 20)

Um time que naquele ano já tinha seu desempenho atlético destacado na coluna esportiva e seguia os preceitos destacados por Nogueira era o Flamengo de Yustrich, cujo trabalho de aprimoramento físico rendia resultados esportivos e elogios do colunista, como na edição do *Jornal do Brasil* que precedeu a conquista de um torneio amistoso de início de temporada: “e podem jogadores e o técnico do Flamengo tomar champanha na taça porque foram campeões de tudo: na exuberância física, na intensidade moral, na reabilitação tática e na lealdade com que jogaram as três partidas, sem perder a esportiva um só momento” (NOGUEIRA, 24/02/1970, p. 27). Quase que um pregador do culto ao corpo – utilizando a metáfora religiosa que o próprio teria feito do livro de Cooper como ‘evangelho da atividade física’ – Armando Nogueira, de tanto insistir no assunto, criava uma narrativa que podia ser notada não só em suas colunas, como também no próprio conteúdo esportivo do *Jornal do Brasil*, como observou-se em diversas edições durante a análise. Tal fato contribuía para a naturalização do entendimento de que a atividade física seria uma preocupação relevante e pertinente à sociedade daquela época, diretamente atrelada a desempenho, conquistas e, pouco tempo depois, à obtenção de saúde. Essa construção social evoluiu à medida em que os resultados do esforço físico foram se materializando, fornecendo subsídios para o que podemos considerar um ‘manual normativo de condutas desejáveis’, que vigorou na segunda metade do

século XX. O método de Cooper, propriamente dito, foi citado na coluna *Na Grande Área* pela primeira vez em 21 de fevereiro, ainda apenas como uma simples menção, sem mais explicações. “O técnico da Romênia está interessado em levar para seu país o teste de Cooper, introduzido no Brasil pela seleção nacional. Para entrar no assunto, Nicolescu terá um encontro com o capitão Coutinho e com o professor Chirol (...)” (NOGUEIRA, 21/02/1970, p. 19).

Essa relação construída pelos brasileiros entre método Cooper, Cláudio Coutinho e Copa de 1970, assim como sua influência na adoção do estilo de vida ativo por parte dos indivíduos, pode ser traduzido principalmente no hábito da corrida a pé – a corrida de rua como conhecemos hoje –, abordada no primeiro capítulo dessa dissertação e referenciada por citações como essa, de 21 de fevereiro de 1970. Os leitores da coluna, munidos de tais informações, faziam suas conexões e inferências a partir do conteúdo produzido e circulado pela imprensa, nas notas de Armando Nogueira, por exemplo, e de alguma forma tinham seus hábitos, concepções de saúde e aspirações de preparo físico mediadas, também, por esse ator social.

Um dos expoentes esportivos da época, Alfredo Di Stefano concordava com a opinião de Nogueira – ou a influenciava – acerca das mudanças no futebol em relação à preparação física e mental, que acreditava ser capaz de decidir o mundial no México. E em sua coluna do dia 26 de fevereiro de 1970, o brasileiro importa uma entrevista do treinador argentino para um jornal italiano a fim, novamente, de reforçar e demarcar sua tese constantemente presente na coluna a qual assinava no jornal. “Di Stefano entrevistado na Itália outro dia: ‘As táticas deverão ocupar plano secundário no México. A condição física dominará os combates’. É bom lembrar que em 66, meses antes da Taça do Mundo, Di Stefano disse em Buenos Aires coisas parecidas e ninguém lá, como cá, deu a mínima bola” (NOGUEIRA, 26/02/1970, p. 27). A mensagem da meritocracia era cada vez mais clara nos discursos produzidos e expostos: aquelas agremiações esportivas – bem como os sujeitos – que se exercitassem e esforçassem a ponto de obterem boas condições aeróbicas teriam mais sucesso, seja na disputa da Copa do Mundo, seja em suas performances cotidianas.

Moldava-se também, por meio daqueles textos publicados em jornais de grande circulação – mas não só por eles –, o entendimento do indivíduo empreendedor de si (EHRENBERG, 2010; SANCHES, 2019), que teria no seu empenho pessoal e individual com relação ao corpo a chave para o sucesso ou fracasso na sociedade. Logo, essa atribuição seria diretamente aplicada às condições de saúde, especialmente a partir do primeiro livro de Kenneth Cooper a chegar ao Brasil, o *Aptidão Física em qualquer idade* (1970), leitura propagadora de uma cultura que mudou o padrão de atividade física dos cariocas – e do brasileiro em geral – à medida que foi se disseminando no tecido social, convocando idosos, antes relegados à prática

de atividades de baixo impacto e intensidade, bem como os jovens, a exercitarem-se em busca de melhores condições fisiológicas (COOPER, 1970).

Em relação ao contexto sociopolítico da análise exploratória realizada, a coluna *Na Grande Área* eventualmente publicava elementos políticos relacionados à preparação e participação do Brasil na Copa do Mundo, transparecendo uma certa aproximação e até um grau de simpatia do colunista que a assinava pelo regime, à época liderado por Emílio Garrastazu Médici. Uma dessas inserções da política na coluna esportiva ocorreu na edição de 28 de fevereiro, quando ficou visível a aproximação entre o colunista e o ditador. “Foram cinco minutos de descontração na manhã atarefada do Presidente Médici, que se despediu reafirmando sua paixão pelo Grêmio e pelo Flamengo e uma grande confiança na Seleção Brasileira, apesar, frisou, de não ter sido convocado um jogador de área, tipo Dario do Atlético” (NOGUEIRA, 28/02/1970, p. 19). A capa daquela edição do *Jornal do Brasil* trazia a chamada da entrevista publicada na coluna, que aproximava Médici da seleção, palpitando na convocação da equipe. “O Presidente Garrastazu Médici concedeu uma entrevista exclusiva sobre futebol ao colunista Armando Nogueira, manifestando, entre outras coisas, o seu descontentamento pela não convocação do atacante Dario para a Seleção Brasileira” (*Jornal do Brasil*, 28/02/1970, p. 1). No dia seguinte à publicação daquela entrevista, na edição de 1º de março, Nogueira buscou esvaziar o pensamento crítico dos leitores ao induzi-los de que os protestos e lutas políticas deveriam ser deixados de lado, contribuindo com a corrente que entende o futebol como um elemento alienador da conscientização social. Em uma afirmação um tanto ufanista, o colunista conclamava os torcedores a abraçarem a seleção de futebol a despeito da crise democrática instaurada na sociedade:

É de registrar, ainda, que há muito tempo não se via o Brasil tão apaixonado por futebol como nos últimos anos de recesso político. O gosto do brasileiro pelo conflito, hoje, realiza-se exclusivamente no futebol. Daí, a meu ver, as grandes enchentes dos estádios, nas taças e campeonatos. Como a Seleção Brasileira deu um show no pré-mundial, todo mundo, agora, entrega-se de corpo e alma ao sonho da Copa do Mundo. (NOGUEIRA, 01/03/1970, p. 29)

O espírito de nação e de progresso tanto almejado e trabalhado pelas lideranças político-militares (PARADA, 2009), ganhavam eco e cores em manifestações como a de Nogueira, ao reforçar a paixão pelo futebol como um elo de identidade nacional do povo brasileiro. A ‘*Corrente pra frente*’ da marchinha popular ganhava as páginas dos jornais e endosso de um importante formador de opinião para aqueles que acompanhavam o noticiário esportivo. A menção a Médici ainda ocorreria algumas vezes na caminhada rumo ao tricampeonato mundial. Jornada aquela que começara de maneira árdua e questionável. Isso porque, apesar dos

primeiros deslumbres em relação à atenção dada à forma física e mental dos atletas – os tais fatores extracampos –, quando testada para valer a equipe até então comandada pelo treinador João Saldanha não gerou grandes esperanças nos torcedores por seu fraco desempenho justamente no elemento o qual o colunista tanto insistia: a forma física dos atletas. Foi essa a análise sobre um dos primeiros amistosos da equipe no ano da Copa, meses antes do início da competição. “Um defeito quase total da equipe brasileira: falta de condição física ou, se preferem, falta de ritmo” (NOGUEIRA, 05/03/1970, p. 23), queixou-se o colunista, após uma derrota para a seleção da Argentina em Porto Alegre (RS). A ressalva para o fraco desempenho, todavia, estava presente no mesmo texto, sendo a exibição aquém do esperado o resultado de uma possível estratégia para manutenção da força física, que seria usada no momento correto. A justificativa, na realidade, soava como uma mistura de resiliência e tentativa de autoconvencimento: “Deve estar nos planos da Comissão Técnica não forçar demais a forma física. Convém não esquecer que só por descuido alguém poderia esperar um bom rendimento físico da equipe nacional, a 90 dias da estreia no México” (NOGUEIRA, 05/03/1970, p. 23). No fim daquele mês, a crítica em relação a um novo desempenho abaixo do esperado tornou a recair na condição física dos jogadores. “O jogo com o Chile deu apenas para a gente sentir que há jogadores ainda abaixo do seu valor físico. Um deles é o extrema Paulo César, que está precisando de trabalhar os pulmões e os músculos para voltar ao rendimento de dois anos passados” (NOGUEIRA, 24/03/1970, p. 29). Nem mesmo o maior astro do futebol era poupado da cobrança por melhor desempenho atlético nas análises do colunista: “Pelé, por exemplo, é um problema dos preparadores físicos e dos dietistas, pois, pelo que vi, domingo, está com excesso de peso. No mínimo dois quilos a mais que lhe tiram muito da leveza” (NOGUEIRA, 24/03/1970, p. 29).

No mês de abril, os textos publicados foram mais otimistas e animadores em relação ao desempenho do chamado escrete canarinho<sup>14</sup>. Os resultados da preparação começavam a aparecer e a evolução da seleção era narrada pelo colunista. “Os jogadores nacionais começam a apresentar, nos campos de treino e de jogo, uma potência física respeitável. São os frutos de um trabalho criterioso que vêm realizando com maior discrição e eficiência os professores Admildo Chirol, Cláudio Coutinho e Carlos Alberto Parreira” (NOGUEIRA, 11/04/1970, p. 21). No decorrer do texto, o trio de preparadores físicos, tratados constantemente por professores, como forma de endosso da autoridade e competência que representavam, são referenciados ainda como “três dos mais competentes profissionais de educação física do país”,

---

<sup>14</sup> Neologismo utilizado para se referir à Seleção Brasileira de Futebol, em alusão à sua camisa amarela.

segundo Nogueira. Pelé, cuja forma física fora criticada no mês anterior, também se redimiu sob o olhar do colunista e teve seu desempenho elogiado na coluna publicada em 21 de abril: “Por falar em Pelé, minha gente, que show de forma física deu ele domingo! Correu de lado a lado, de alto a baixo, durante a partida inteira. E inteiro, acabou a partida” (NOGUEIRA, 21/04/1970, p. 29).

Após o elogio, uma análise mais embasada sobre os ganhos táticos e atributos técnicos que o aporte físico lhe concedera dão sequência à publicação: “Observei especialmente que Pelé está voltando a ganhar no jogo pelo alto bolas que já vinha perdendo há algum tempo para todos os beques. Desenvolveu, ainda, um trabalho de vai-e-vem alternando passe curto e passe longo que aliviou sobremaneira o trabalho dos apoiadores” (NOGUEIRA, 21/04/1970, p. 29). Apesar de assumido entusiasta dos métodos de treinamento aplicados pela seleção, Armando Nogueira questiona pela primeira vez, nesta mesma coluna de elogio à Pelé, a intensidade dos exercícios. Em contraponto à evolução apresentada pelo craque, o colunista relata a incidência de lesões em outros atletas de ponta da equipe e chega a sugerir uma revisão na programação do preparo físico, colocando-se, entretanto, em seu papel de especulador e devolvendo aos profissionais a competência técnica devida para análise real dos casos e procedimentos adequados a serem adotados:

A Pelé, sem a menor dúvida, está fazendo um bem enorme o regime de preparação física do Escrete. Gostaria de ter a certeza de que outros jogadores não estariam estranhando a parada dos professores Chirol, Coutinho e Parreira. O estiramento de Gérson, depois o de Rivelino e, recentemente, o de Rogério, levam a pensar que algumas estruturas musculares do Escrete podem estar sendo exigidas demais. Isto é apenas uma especulação, saibam todos, pois o conhecimento técnico e científico é dos instrutores. Mas, de qualquer maneira, a incidência de acidentes musculares ou, pelo menos sinais de fadiga muscular, talvez possa aconselhar um reexame no programa de preparação física. Certo, professor Chirol? (NOGUEIRA, 21/04/1970, p. 29)

Finalizando o mês de abril, no dia 30, Nogueira trouxe uma observação que ratificava o que vinha dizendo – e escrevendo – até então por conta e percepção próprias. Dessa vez a opinião compartilhada era expressada por um treinador estrangeiro. Os brasileiros estariam de fato evoluindo em termos físicos na visão de outros profissionais do meio futebolístico, embora supostamente continuassem displicentes no quesito comportamento. “O técnico Josef Marko, da seleção Tcheca, dizia ontem, antes do jogo Brasil – Áustria que pelas informações que lhe chegam a Praga, a Seleção Brasileira melhorou fisicamente, mas continua, como sempre, meio desobediente sob o plano da organização de jogo” (NOGUEIRA, 30/04/1970, p. 23). Avançando nas edições, novos textos valorizavam o esforço físico dos atletas como uma ponte sólida para o sucesso e alcance de metas. Não bastava ser um ídolo consagrado do esporte e

simplesmente desfrutar ou se valer de tal status. Seria preciso suar a camisa mais do que nunca para trazer o terceiro título mundial e admiração da plateia – e em especial do colunista sob análise –. Seria esse fator físico fundamental para potencialização das já conhecidas valências da seleção, em sua ótica: “E quando grandes jogadores como Gérson, Pelé, Rivelino, Tostão, Carlos Alberto, quando essa gente toda se dispõe a correr, a morrer no campo pelo ideal de uma vitória, qualquer esquema se engrandece”. (NOGUEIRA, 01/05/1970, p. 23). Morrer no campo seria um ideal romantizado construído com certa frequência em se tratando do futebol como um fenômeno passional em nossa sociedade. Uma Copa do Mundo era o ápice dessa *love story* e o brasileiro sabia bem disso. Carecia dessa alienação momentânea. Precisava sorrir para lembrar de quando fora de fato livre e para esquecer da opressão sob a qual era submetido, por mais que atores sociais, como Armando Nogueira, buscassem florear essa turva realidade com eufemismos e utopias.

O Brasil precisava trazer aquela Copa. Menos para reforçar um modelo idealizado de progresso e crescimento – ainda que Médici tenha capitalizado em cima da conquista –, mais para devolver a alegria genuína ao povo brasileiro. Nem que fosse a alegria de um instante. Em relato posterior à conquista, o jornalista Roberto Sander descreve o sentimento popular da época. “O governo estava mais forte do que nunca. Para a população, a ‘questão democrática’ era um detalhe que não fazia a menor diferença. Assim como não faziam diferença os sequestros que a esquerda armada ainda realizava” (SANDER, 2019, p. 138). O povo queria festejar. Armando Nogueira também queria. E como especialista do esporte, insistia na ênfase de que a técnica brasileira precisaria se alinhar ao que tivesse de mais evoluído em termos físicos, na única combinação capaz de trazer a Taça Jules Rimet em definitivo para o Brasil, em sua concepção. “Agora, mais do que nunca me inclino para a ideia de que o Mundial de 70 deve ser disputado sob o signo do futebol de resistência, isto é, da bola tocada, com sensível economia de oxigênio” (NOGUEIRA, 02/06/1970, p. 27), defendia o colunista em mais uma das tantas vezes que abordou a temática nessa perspectiva. Ainda no mês anterior à Copa, em maio daquele ano, Nogueira reforçava suas convicções, citando conversas com outros atores do meio futebolístico:

Conversando comigo, ontem, o velho russo Katchalin dizia: “acredito que conquistará a Copa do Mundo, aqui, o time que tiver uma grande condição física aliada a uma grande força moral”. Katchalin considera, e com toda razão, que o valor técnico não precise nem ser mencionado porque está implícito na bagagem dos grandes concorrentes. Ora, se para combater implacavelmente é essencial uma ótima condição física, então a seleção do Brasil está à vontade para enfrentar o desafio do futebol moderno. “É de entusiasmar o índice de assimilação de nossos jogadores” dizia-me hoje, à tarde, o capitão Coutinho, contando que a última prova de capacidade

demonstrou que 90 por cento da turma está em melhor forma cá em cima, a 2.150 metros, do que ao nível do mar. (NOGUEIRA, 22/05/1970, p. 23)

O caráter moralista de seus textos, aspecto comum na sociedade da década de 70, torna a ser expresso na coluna publicada em 29 de maio, intitulada *Eles preferem a liberdade*. A nota critica o estilo boêmio da seleção romena:

O médico da Seleção da Romênia anda preocupado com a baixa forma física de seus jogadores. Ele próprio contava ontem que, ao fim do último treino coletivo, a maioria dos rapazes acusava pulso de 180 batimentos por minuto, quando o normal seria que dois, três minutos depois do esforço, o pulso caísse a 100, cento e poucos. É o que os entendidos chamam de ‘pulso de aquecimento’. O que o médico dos romenos não contou é que, até o fim da semana passada, os jogadores dele vinham vivendo uma liberdade excessiva. Agora, não. Agora estão todos submetidos a um regime de convento (NOGUEIRA, 22/05/1970, p. 23).

O “regime de convento” exaltado pelo colunista denota mais uma vez o olhar disciplinar que marcava sua subjetividade ao atribuir valores morais a jogadores do Brasil e do restante do mundo. Esse olhar permeava seus textos e se fez presente em diversas de suas colunas, antes, durante e depois da Copa do México, no período abrangido por nosso recorte analítico. Representava, também, uma marca da sociedade brasileira conservadora da época. Para ele, a ciência traria as respostas necessárias para a conquista do objetivo principal, uma tendência que vinha sendo adotada por todas as dezesseis seleções finalistas. Entendimento esse que, segundo expunha, seria compartilhado por europeus e sul-americanos.

O talento individual dos brasileiros somado a rigoroso trabalho científico, ao qual não faltou sequer a assistência de um psicólogo, derrotou o tabu e abriu maiores perspectivas ao duelo. Mas a Europa, vendo o futebol brasileiro de corpo inteiro, nos campos da Suécia [1958], e mais tarde nos campos do Chile [1962], aplicou-se de modo excepcional, procurando nivelar-se aos latino-americanos através de uma revolução de métodos na preparação física, técnica, tática e psicológica (NOGUEIRA, 31/05/1970, p. 39)

Parecia até que Nogueira esquecera as máximas futebolísticas e o fascínio que o esporte desperta justamente pela total ausência de lógica em diversas ocasiões. De repente, para ele, não havia mais espaço para imprevistos na ‘ciência exata’ do futebol. Portanto, o caráter positivista da ciência faria justiça, a seu ver, na consagração do novo campeão em uma perspectiva carregada de sentidos meritocratas. Não era à toa que o colunista incentivava e valorizava a composição de uma equipe composta por três preparadores físicos e a adoção ao método Cooper. Era o sinal de que o comando técnico da seleção estava antenado aos acontecimentos então recentes do futebol e alinhava-se às percepções registradas frequentemente em seus artigos. Após longa espera, especulações e anseios, a Copa do México finalmente iria começar em junho daquele ano e todas as projeções de meses, analisadas nessas

páginas, logo se confirmariam ou se revelariam equivocadas. O tempo diria. E disse. Os registros jornalísticos são provas documentais e guardam a memória de tais feitos. Da história escrita e descrita no dia a dia, no cotidiano. E seguem disponíveis aos olhares e mentes curiosos dos pesquisadores em busca de fatos que vão além dos textos.

Os historiadores, hoje, admitem que o fato não é um elemento objetivo, observável através dos documentos, mas sim um produto de práticas significantes, entendida como práticas sociais. As mensagens midiáticas não são, assim, tratadas pelos pesquisadores como meros suportes de transmissão de informações ou como lugar de "revelação", de descrição de eventos que, supostamente, se encontrariam prontos em alguma parte do social. Os historiadores sabem que a apreensão do Real pela mídia pressupõe ação transformadora da linguagem. Nenhum discurso é puro reflexo de uma realidade exterior. (RIBEIRO, 2000, p. 38-39)

A Copa do Mundo começara para o Brasil no dia 3 de junho de 1970. E, naturalmente, a coluna dedicou-se exclusivamente aos jogos do mundial nesse período. Fossem eles do Brasil ou das outras quinze nações postulantes ao título, as seleções concorrentes. Logo nos primeiros dias, constatava-se que a aposta do colunista e da Comissão Técnica surtiria o efeito desejado. De cara, na estreia, o poderio físico brasileiro já se destacara, nas palavras de Nogueira, com um desempenho capaz de apontar as melhores perspectivas para a equipe brasileira no decorrer daquela competição. O primeiro jogo, diante da Checoslováquia, mostraria o Brasil em um patamar superior aos rivais: “a equipe da Theco-Eslováquia [SIC] perdeu, também, o duelo da forma física: no fim do primeiro tempo, era tão visível a fadiga dos tchecos que eu, sempre tão cauteloso nas minhas considerações de intervalo, senti-me absolutamente seguro para predizer uma goleada cômoda dos brasileiros” (NOGUEIRA, 04/06/1970, p. 25). A goleada de fato veio. Após o 1 a 1 na etapa inicial, o aspecto físico foi o diferencial no segundo tempo para que o Brasil saísse vencedor do primeiro duelo pelo placar de 4 a 1, na opinião do colunista. Logo, a causa do primeiro êxito estava clara na sequência do texto:

E aqui também o futebol brasileiro começa a colher os benefícios de uma programação física que as ciências esportivas põem ao alcance de todos. Foi, sem dúvida, graças a esse preparo físico que Pelé pôde viver uma tarde de esplendor, impondo-se como centro de uma circunferência cujo gracioso desenho de passes e dribles os tchecos não foram capazes de evitar (NOGUEIRA, 04/06/1970, p. 25)

Dias depois, a condição física do brasileiro – que seria destacada como um dos fatores primordiais para a conquista do título obtido ao fim daquela jornada, como já visto anteriormente – seria reconhecida como, de fato, superior à das demais seleções do torneio. E essa constatação ficou registrada na própria coluna assinada por Armando Nogueira, nos dias 7 e 8 de junho daquele ano. Nela, ele descrevera como o Brasil em poucos dias havia conquistado

da Organização Mundial de Saúde o primeiro título em terras mexicanas: o de melhor preparo físico do torneio. A taça Jules Rimet viria na sequência. Consequência determinante – ou não – do aspecto fisiológico, fato é que três fatores marcaram aquela Copa: a transmissão ao vivo na televisão, o talento individual e coletivo de um dos melhores times do século XX e da história do mundial e, claro, a condição física daquele escrete campeão.

Os brasileiros encaram o calor do Jalisco<sup>15</sup> animados por um título muito expressivo; imagine, leitor, que a Organização Mundial de Saúde acaba de apontar o elenco brasileiro como o mais bem-dotado, fisicamente, neste momento. Não se trata de especulação, trata-se de uma constatação científica feita por um grupo de fisiologistas que examinou as 16 seleções, realizando o chamado teste de banco, controle dos batimentos cardíacos antes e depois de várias subidas e descidas num banco e chegou à conclusão de que os brasileiros estão em excelentes condições físicas e atléticas para suportar o esforço de uma maratona de seis jogos em 20 dias (NOGUEIRA, 07/06/1970, p. 43)

Em termos de performance atlética, Pelé foi praticamente um capítulo à parte na coluna. Líder técnico da equipe, o principal jogador da Copa de 1958 também se destacava em aspectos fisiológicos no México, doze anos depois, segundo narram os textos analisados. “Os preparadores físicos da Seleção Brasileira estão absolutamente seguros de que Pelé vai poder jogar mais um mundial folgado. ‘A capacidade física dele – diziam-me, a duas vezes, o capitão Coutinho e seu colega Parreira – é excepcional’” (NOGUEIRA, 12/06/1970, p. 23). O colunista escreveu, ainda, que havia conseguido confirmar com o próprio jogador o quanto a preparação física estava sendo bem realizada e decisiva para seu desempenho naquela competição. “Conversei com Pelé depois e ele confessou que nunca, a não ser quando garoto, se sentiu tão bem preparado como neste Mundial” (NOGUEIRA, 12/06/1970, p. 23). Em seguida, declarou, ainda, que o padrão físico daquela seleção, traçado pelo trio Chirol-Coutinho-Parreira deveria ser seguido pelos clubes brasileiros. “Os nossos times podem ficar simplesmente invencíveis porque vão ter fôlego para defender e atacar, como manda o figurino do futebol moderno” (NOGUEIRA, 12/06/1970, p. 23).

A ênfase no aspecto corporal era tão grande naquele contexto que realmente devia ser difícil ao leitor permanecer indiferente a tal apelo por um estilo de vida mais ativo em prol de bons resultados. A ideia de disseminar os métodos, então revolucionários, da seleção para os clubes, voltou a pautar a coluna no dia 17 de junho: “os preparadores físicos da Seleção – Chirol, Coutinho e Parreira – admitem trabalhar juntos, depois do Mundial, para realizarem em nível de clube o excelente trabalho que realizam na Seleção Nacional” (NOGUEIRA, 17/06/1970, p.

---

<sup>15</sup> Jalisco é um dos 31 estados mexicanos cuja capital é Guadalajara, cidade onde o Brasil mandou seus primeiros jogos na Copa do Mundo do México, em 1970, em um estádio que levava o mesmo nome do estado.

23). De fato, a preparação física naquele mundial teve uma atenção especial e importância maior do que em edições anteriores, em especial pelo fato de que a grande final ocorreria em uma cidade cerca de dois mil metros acima do nível do mar, na altitude da capital mexicana. Isso posto, o próprio Armando Nogueira ao avaliar as condições físicas das seleções, sem saber, acabara prevendo os finalistas da competição ao ranquear os clubes aparentemente mais bem preparados após a fase de grupos. “Logo abaixo dos brasileiros, em matéria de capacidade física, está hoje o time da Itália. A Seleção Italiana cruzou as oitavas fazendo um futebol de grande economia de gestos, embora de profundo desgaste nervoso” (NOGUEIRA, 16/06/1970, p. 27). Cinco dias após a publicação do texto, Brasil e Itália – ambos bicampeões mundiais à época – decidiram o tricampeão mundial e a posse definitiva da Jules Rimet. Dias antes da grande decisão, logo após a partida semifinal contra o Uruguai, vencida por 3 a 1, Nogueira expressou mais uma vez toda sua admiração pelo condicionamento físico da seleção: “Francamente, não apareceu neste Mundial uma equipe mais bem-dotada fisicamente do que a do Brasil, que a partir do vigésimo minuto do segundo tempo, já impunha o esplendor de seus músculos a um rival que murchava a olhos vistos”. (NOGUEIRA, 18/06/1970, p. 25).

As edições seguintes do *Jornal do Brasil* seriam de claras e irrestritas exaltações ao método Cooper e a tudo aquilo que a forma física da seleção brasileira de futebol representaria na história narrada daquele título. A coluna *Na Grande Área* cobriu exclusivamente os bastidores do pré e do pós-jogo, trazendo as impressões, expectativas e resultados em relação aos acontecimentos do dia 21 de junho, na Cidade do México. Na véspera da grande final, o colunista homenageou o trabalho da comissão técnica ao reconhecer o feito daqueles profissionais, descrevendo-o como o “trabalho mais perfeito”, e cita especificamente o método norte-americano como um dos segredos da campanha irretocável até ali:

Sob o aspecto físico, a Seleção do Brasil chega à final da Taça do Mundo, não digo inteira, porque a parada de seis jogos em 20 dias é simplesmente brutal. Mas, chega com um índice de capacidade acima do adversário e de qualquer outro concorrente. Vendo correr o que estão correndo Jairzinho, Clodoaldo, Pelé e Paulo César, quando mobilizado, a gente se convence de que o trabalho mais perfeito sobre a seleção brasileira foi o da preparação física. Depois do jogo com o Uruguai, em que a equipe brasileira deixou o campo com claras sobras de fôlego, o professor Admildo Chirol não resistiu às próprias lágrimas. Chorava, desconfio, de orgulho – orgulho profissional. Afinal, ele e seus dois ilustres parceiros estão vencendo uma batalha de opinião pública que ameaçou leva-los ao ridículo, só porque fez-se, pela primeira vez na história do futebol brasileiro, um programa de trabalho baseado no melhor do que a ciência da educação física pode oferecer atualmente ao futebol. Métodos europeus? Métodos europeus sim, e daí? E se quiserem podem acrescentar uma contribuição norte-americana à preparação brasileira, pois o professor Coutinho não esconde a ninguém que adaptou à programação do *Scratch* o famoso processo de avaliação física do seu mestre, o coronel Cooper, da Força

Aérea dos Estados Unidos. E há de ser por essas, e não por outras que, até hoje, nenhum beque conseguiu deter a arrancada de Jairzinho. (NOGUEIRA, 20/06/1970, p. 23)

A admiração pelo teste de Cooper e por toda a metodologia de treinamento físico da seleção estava expressa naquele texto, que seria o mais emblemático de todos os que pautaram a temática do condicionamento físico no decorrer daquele ano, o ano em que o Brasil foi consagrado tricampeão mundial de futebol. Conquista que se confirmou no dia 21 de junho, com um 4 a 1 sobre a Itália e exibição de gala, avassaladora. A edição do dia seguinte do jornal trouxe uma mensagem do presidente Médici (*Jornal do Brasil*, 21/06/1970, p. 5). A coluna voltou no dia 23 daquele mês, contendo textos especiais sobre a conquista e naturalmente um espaço reservado à parte física, como o esperado, depois de Nogueira acertar suas previsões e análises ao longo do ano e da própria competição. Após versar sobre a mistura de arte e ciência, refletindo acerca da combinação entre a técnica e a força demonstradas pela equipe, o colunista que acompanhara tão intensamente aquela saga se ateu em especial ao trabalho do trio de preparadores:

O trabalho do capitão Coutinho e dos professores Chirol e Parreira derrubou o tabu maléfico segundo o qual o jogador brasileiro, por mil razões, jamais poderia nivelar-se ao europeu em capacidade atlética. Conversa fiada: a equipe do Brasil saiu de todas as partidas rigorosamente inteira, enquanto a elite do futebol da Europa chegou às quartas e às semifinais caindo pelas tabelas. Não estou dizendo que o brasileiro tem mais saúde que o europeu. Estou, apenas, destacando que, submetido a treinamento rigoroso e criterioso, o jogador brasileiro adquire um nível atlético que lhe permite realizar plenamente sua luminosa técnica [...] sob o plano físico, todos vocês viram que a Seleção Italiana estava esgotada mal começando o segundo tempo. E a brasileira? Mesmo consumida pelo campo pesado de três dias de chuva, a equipe atravessou os 90 minutos sem dar o menor sinal de fadiga. (NOGUEIRA, 23/06/1970, p. 35)

Após a Copa, Armando Nogueira entrou em férias no período compreendido entre 24 de junho e 6 de julho, retomando a atividade no dia 7, data em que nossa análise também recomeçou. Dois dias depois do seu regresso, já no dia 9 de julho, a preparação física da seleção já seria novamente o tema central de sua redação. Tratada mais uma vez por ele como protagonista da conquista, um elogio que veio também em forma de cobrança por uma sequência daquele modelo exitoso. “Os preparadores físicos Admildo Chirol e Cláudio Coutinho estão firmes na sua pregação: é preciso estender aos clubes a consciência de que o Brasil só levantou o título mundial porque se preparou física, técnica e taticamente como nenhuma outra equipe no México” (NOGUEIRA, 09/07/1970, p. 23). O texto prossegue com admiração e homenagens aos profissionais que aumentaram a capacidade aeróbica dos jogadores brasileiros:

Cláudio Coutinho, Admildo Chirol e Carlos Alberto Parreira podem e devem botar a boca no mundo, enfatizando os aspectos técnicos e científicos da grande vitória brasileira: eles conseguiram desmoralizar o tabu de que o sul-americano, porque come mal, não poderia jamais nivelar-se ao europeu em forma física. A hora é de vocês, honrados professores de Educação Física, que contribuíram de maneira total para que o futebol brasileiro conquistasse também a medalha de ouro da capacidade física no mundial do México. Quem tiver dúvida sobre a preparação física do Selecionado Brasileiro é só perguntar à Organização Mundial de Saúde ou ao técnico Zagalo, cujo plano de jogo repousou sempre no esplendor físico; ou, então, pergunte a Pelé que, ainda no México, fez uma confissão que deve ser inscrita no diploma dos professores Chirol, Coutinho e Parreira: “Esta foi a Seleção fisicamente mais bem preparada de que já participei em toda a minha vida” (NOGUEIRA, 09/07/1970, p. 23).

O endosso do Rei do futebol era o ingrediente que faltava para que Nogueira – e boa parte dos brasileiros – venerassem de vez os métodos empregados por Coutinho e companhia na preparação da seleção brasileira. Agora sim, no topo do mundo, acima dos badalados europeus. “Como os europeus talvez não tenham nada de novo a oferecer em preparação física, nem em organização de jogo, só lhes resta passar os próximos quatro anos tentando produzir em laboratório um sucedâneo do talento de inalienável de Tostão, Gerson e Pelé” (NOGUEIRA, 12/07/1970, p. 39). Os frutos, logo surgiriam e seriam noticiados na própria coluna: “o time do São Cristóvão começou ontem, na Escola de Educação Física, um rigoroso teste de avaliação física. A primeira prova da turma foi o teste de Cooper. É assim que se aproveita o exemplo da seleção nacional” (NOGUEIRA, 15/07/1970, p. 23). Por fim, ainda no mês de julho, e sobre aproveitar o que chamara de exemplo da seleção nacional, o colunista defendia a extensão do trabalho executado no futebol durante a Copa replicando seus métodos em outras modalidades esportivas, visando aos jogos olímpicos da Alemanha, em 1972, que se avizinhava.

A CBD podia muito bem aproveitar o embalo do Mundial e organizar um grupo de fé para cuidar do plano de treinamento dos atletas brasileiros que poderão chegar até os jogos Olímpicos de Munique-72. A primeira ideia a considerar foi dada pelo capitão Coutinho, da Seleção Brasileira de Futebol, que propõe o levantamento dos esportes mais desenvolvidos no país – e mãos à obra (NOGUEIRA, 29/07/1970, p. 23).

Pelo que já foi exposto e demonstrado até aqui, em discussões anteriores, impactos causados pelo sucesso da preparação física da seleção brasileira de futebol no México, principalmente do método Cooper, seriam sentidos na sociedade. E mesmo após a Copa do Mundo de 70, a pauta ainda seguiu sendo eventualmente citada e, portanto, fazendo parte da coluna *Na Grande Área*, do *Jornal do Brasil*, até 1973, quando a mesma deixou de ser assinada por Armando Nogueira e, portanto, interrompemos nossa análise. Porém, o que ainda poderia ser dito sobre os modelos de treinamentos inspirados na metodologia desenvolvida por Kenneth

Cooper, em uma coluna esportiva, mesmo depois daquele mundial? É o que veremos na sequência.

### 2.3. LEVANTANDO A BOLA NA GRANDE ÁREA: NOGUEIRA E COOPER APÓS A COPA DE 70

De 1º de janeiro a 31 de julho de 1970, analisamos minuciosamente todos os 164 textos da coluna *Na Grande Área* disponíveis na hemeroteca digital da Biblioteca Nacional e publicados com a assinatura de Armando Nogueira, conforme levantamento realizado. O intuito da leitura exploratória daquele primeiro recorte seria analisar, ao longo da preparação da seleção brasileira, como a narrativa envolta da preparação física e – mais especificamente – do método Cooper teria sido construída, a fim de acompanharmos essa evolução. Naquele momento não bastava apenas as buscas por palavras-chaves do período, mas, entender como conceitos e sentidos foram sendo construídos e posteriormente postos em circulação pelo colunista. Por isso, optamos por ler a íntegra de todos os textos da coluna produzidos naquele ano, de janeiro até o fim do mundial, incluindo as repercussões do mês posterior ao seu término, julho, para em seguida – sim – mapearmos apenas as citações diretas feitas a Cooper (o médico ou o método) até a saída de Nogueira da coluna, em 29 de abril de 1973. Assim sendo, nossa pesquisa exploratória dividiu-se em duas etapas: a já relatada, com leitura sistematizada e classificação de todos os textos entre janeiro e julho de 1970 e, a partir de agosto daquele ano, uma busca pelos descritores: Armando + Nogueira + Cooper, na hemeroteca da Biblioteca Nacional, método pelo qual destacamos para discussão outras 27 citações, das mais de 200 filtradas, algumas dezenas delas não relacionadas com o objeto de nossa pesquisa e tantas outras irrelevantes para a análise.

Nessa nova busca foi localizado, ainda em 1970, um texto no dia 6 de dezembro no qual Armando Nogueira utilizou o espaço de sua coluna para fazer propaganda franca e aberta do primeiro livro de Cooper publicado no Brasil. Despertando em seus leitores a curiosidade e o desejo por se apropriarem dos conceitos daquele tão bem afamado modelo de testes para aferição e identificação do tipo ideal de exercício para cada indivíduo, com vistas ao fortalecimento de corações e pulmões (COOPER, 1970).

Recebi e de saída recomendo aos meus leitores o livro *Aptidão Física em Qualquer Idade*, de autoria do professor K. Cooper, um dos mais respeitados fisiologistas dos Estados Unidos e cujo nome já está ligado ao título de campeão mundial de futebol que o Brasil conquistou no México. O programa de condicionamento físico do professor Cooper foi integralmente aplicado aos jogadores brasileiros através dos preparadores Admildo Chirol, Cláudio

Coutinho e Carlos Alberto Parreira. O livro organizado pelo capitão Coutinho [...] pode ser considerado um evangelho da forma física, vale dizer, da saúde. (NOGUEIRA, 06/12/1970, p. 59)

A recomendação da leitura por parte de uma figura popular como Armando Nogueira, nos anos 70, já é algo a se destacar. Mais do que isso, porém, chama a atenção a dedicação com a qual ele divulga a obra norte-americana, novamente tratando-a como “o evangelho da forma física”, e na mesma sentença correlaciona diretamente essa forma física ao conceito estrito de saúde. Destacamos desse trecho elementos relevantes para nossa análise, a partir do momento em que buscamos historicizar culturalmente a adesão a atividades físicas e estilos de vida ativos pelos indivíduos como fator condicionante de saúde e como essa prática se demonstrava a partir da mídia impressa. Portanto, esse trecho em especial vai diretamente ao encontro dos nossos objetivos de identificar a construção de narrativas e formas de subjetivações no decorrer do século XX.

A partir dos próximos anos, Cooper seguiu presente nos textos assinados por Nogueira. Em janeiro de 1971, ao escrever sobre as preparações de início de temporada dos times brasileiros, o colunista fez questão de mencionar o ilustre norte-americano para uma simples conclusão de raciocínio, enfatizando mais uma vez sua afeição pelo método e pelo seu idealizador. “(...) é justo avisar que os times brasileiros estão todos fora de forma física. Se me permite o leitor, lanço aqui uma palavra extraída da proveitosa leitura do professor K. Cooper: os jogadores recém-chegados das férias estão todos ainda pessimamente oxigenados” (NOGUEIRA, 27/01/1971, p. 27). Ao prosseguir no texto da coluna, novos elogios e menções honrosas foram dedicados ao trabalho de preparação física no Brasil, fruto ainda do mundial do ano anterior: “a agenda dos preparadores físicos (respeitável classe da qual o futebol brasileiro está afinal muito bem servido) prevê justamente isso: condicionamento físico dentro de um programa sem precipitações” (NOGUEIRA, 27/01/1971, p. 27). Sempre que tinha – ou criava – a oportunidade de incluir a pauta do preparo físico em suas colunas, Armando Nogueira expunha toda a devoção que passara a ter pelo método Cooper e seus preceitos. Afeição essa expressa novamente na coluna dos dias 14 e 15 de fevereiro de 71:

Outro dia, um amigo já madurão foi assistir a uma pelada de futebol de que participamos semanalmente. Somos um grupo de 30 quarentões vidrados numa bola, todos os sábados. O tal madurão, horrorizado com a nossa loucura, passou a dar conselhos: depois dos 40, o homem não deve exigir seu coração. O coração balzaquiano, sustentava o nosso conselheiro, precisa de repouso e não de esforço. Como não seria possível convencê-lo naquele bate-papo, mandei-lhe de presente, no dia seguinte, o livro do professor Cooper (Aptidão Física em Qualquer Idade), que considero o evangelho das verdades fisiológicas. Assinalei o seguinte trecho justamente para mostrar ao meu amigo que o coração dele, em repouso, corre muito mais risco do que o nosso,

em regime de esforço dosado: “Ironicamente – escreve o professor Cooper – o coração trabalha mais rápido e com menos eficiência quando você o poupa do que quando você exige mais dele. O coração é uma máquina extraordinária. Um homem condicionado, que praticar exercícios regulares, terá uma pulsação em repouso de umas 60 batidas por minutos ou menos. Um homem não condicionado, que não faz exercícios, pode ter uma pulsação em repouso de 80 ou mais” (NOGUEIRA, 14/02/1971, p. 39)

A citação destacada, além de trazer fundamentos básicos defendidos por Cooper em relação ao funcionamento do organismo humano, demonstra como a propagação daquelas verdades fisiológicas pregadas por ele – o dito “evangelho” – ganhava cada vez mais aderência no Brasil. Seus preceitos passariam a circular mais na sociedade, influenciando padrões de comportamento em relação a populações jovens e até mesmo da terceira idade, que como os próprios registros jornalísticos ressaltam, teriam passado a praticar atividades aeróbicas – especialmente caminhada e corrida a pé – como formas de obtenção de qualidade de vida e melhores condições de saúde, conforme as descobertas de Cooper. É como se, por meio do seu livro e das demais produções discursivas midiáticas e científicas da época, os idosos também estivessem autorizados à prática esportiva, libertando-se dos jogos de tabuleiros e cartas em bancos de praças como o único lazer possível e até então imaginável para aquela faixa etária, estando aptos a ocuparem outros espaços sociais.

Era o caso das mulheres e dos homens com mais de 40 anos. A recomendação médica de práticas regulares de atividades físicas já não estava confinada apenas aos homens jovens e saudáveis. Até portadores de doenças cardíacas passaram a ser incentivados a realiza-los. Assim, ampliou-se muitíssimo o universo potencial de adeptos da corrida de rua e de outras formas de exercício. (DIAS, 2016, p.1)

Em paralelo, também a partir da década de 1970, a distribuição demográfica acentuava-se, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), e o processo de industrialização do Brasil acelerava-se, mudando seu perfil de país rural para urbano. Com isso, as atividades agrícolas, que demandavam um alto nível de esforço ocupacional, foram sendo substituídas pelas atividades de comércio, que requerem menos queimas calóricas e esforço físico, fato que contribuiu para o aumento de índice geral de obesidade na população brasileira entre os censos de 1975 a 1989 (ANJOS, 2006). Esses dados reforçavam as narrativas de incentivo à prática de atividades físicas como ação de autocuidado e prevenção de doenças e agravos causados pela obesidade.

Veza ou outra Cooper voltava a figurar na coluna esportiva comandada por Armando Nogueira como sinônimo de evolução de clubes e agremiações esportivas. Segundo o raciocínio que o colunista expunha, a adoção do método significaria estar em dia com aquilo que existia

de mais moderno em termos de preparação física. “O novo diretor-geral de futebol rubro-negro, coronel Luís Neves, anuncia, oficialmente, o empenho do Flamengo pela volta de Doval [...] e anuncia também a realização do teste de Cooper para avaliar as condições físicas do elenco ‘pois soube que os índices da rapaziada são fracos’” (NOGUEIRA, 20/05/1971, p. 27). “No último número da revista *Times*, há um excelente artigo sobre a figura e a obra do professor Cooper, o tal do teste e do milagre da oxigenação” (NOGUEIRA, 04/03/1971, p. 27). Aqui vai uma observação sobre algumas das escolhas de palavras utilizadas pelo colunista para referir-se ao método ou a seu criador. Terminologias do campo lexical religioso – como evangelho, bíblia e milagre – sinalizam a forma como de fato Nogueira havia aderido aos ensinamentos sobre exercícios aeróbicos e utilizava seu espaço quase diário para propaga-lo sempre que possível. Por essa razão, utilizamos a expressão ‘devoção’ para identificarmos sua relação com Cooper e ambos seguiriam juntos em algumas outras edições de *Na Grande Área*, ao passo em que, inclusive, o colunista relacionava o método a aspectos sociais.

Ainda em termos esportivos, assunto que tende a cativar os leitores pela passionalidade que envolve a torcida por seus clubes de futebol, Nogueira voltaria a exaltar o método Cooper como desdobramento do trabalho realizado pela seleção brasileira no ano anterior. Usualmente, quando algum clube ou atleta anunciava a utilização dos testes em sua preparação, o colunista fazia a correlação com a seleção de 70, reforçando o legado que aquela Comissão Técnica havia deixado ao futebol brasileiro e indexando na mente dos torcedores o perfil vencedor daquela equipe. “A lição da Seleção dá frutos: chegou para o Vasco nos últimos dias, o jogador Alan, ponta-direita da Ponte Preta. E chegou com a ficha médica e biométrica absolutamente em dia: Teste de Cooper, teste de Avaliação Física, exame de sangue, tudo, enfim” (NOGUEIRA, 14/08/1971, p. 23). O texto prossegue com uma congratulação à Ponte Preta, pelo “exemplo de consciência profissional, mantendo seus atletas rigorosamente sob controle” (NOGUEIRA, 14/08/1971, p. 23). Afinal, controle e disciplina – como já visto – eram valores bastante positivados pelo colunista. A prescrição da corrida, como símbolo do que preconizava Cooper em termos de boa forma física logo surgiria como citação indireta, feita por um adepto que o colunista endossara. Sua condição de formador de opinião, especialmente no campo esportivo, o credenciava a tal e já lhe permitia ser reconhecido dessa forma por outros autores, que naturalmente passaram a lhe presentear com suas obras:

Recebi com os cumprimentos do autor, [o livro] *Ginástica para preguiçosos*, de Stephen Huffaker, instrutor de Educação Física da Força Aérea dos Estados Unidos. A doutrina de Huffaker é rigorosamente a mesma do professor Kenneth Cooper, oxigenação. O segredo da boa saúde está em ter pulmões bem ventilados e coração bem trabalhado. Trocando em miúdos, diz o livro a certa altura: “Correr é o ideal. A corrida é um dos melhores exercícios que

podemos praticar. Provavelmente é o melhor dos exercícios simples”. Voltarei ao assunto oportunamente. (NOGUEIRA, 26/08/1971, p. 31)

A começar pelo título da obra, infere-se que a narrativa na qual os indivíduos que não praticam atividade física – os chamados sedentários – não o fazem exclusivamente por preguiça já vinha sendo construída culturalmente. Essa classificação logo passa a fazer parte do cotidiano das pessoas e se naturaliza como verdade, uma espécie de classificação identitária: a do desleixo com a própria saúde (BAGRICHESKY *et. al.*, 2007; CASTIEL, 2003), estigmatizando tais sujeitos na sociedade (GOFFMAN, 2013). Afirmações acusatórias, do tipo: não faz exercício quem não quer; não se cuida quem é preguiçoso; não tem boa saúde quem é negligente; adoce quem quer, ainda que sejam doenças hereditárias ou crônicas, são disseminadas e indicam o valor moral atrelado ao conceito de saúde, atribuindo aos chamados fatores de risco um caráter moralista. “As notícias sobre fatores de risco parecem ser regras morais, pois identificam sofrimento e castigo” (VAZ, 2009). Notamos que um simples – porém não casual – título de livro, com práticas comportamentais, diz muito e evoca várias vozes e essa produção discursiva auxiliou a estratégia da promoção da saúde que ganharia forma e corpo na mesma época, como veremos melhor adiante. Outrossim, após Cooper classificar como preferencial a corrida pedestre como prática aeróbica mais adequada, o autor apresentado por Nogueira milita claramente em favor da corrida.

Logo, entendemos que os textos produzidos por Armando Nogueira em sua coluna corroboravam com as concepções de atividade física, saúde e performance vigentes à época e contribuía para um raciocínio expresso por Sacramento e Cruz (2014) de que “a moralidade corporal contemporânea constrói o ‘bom corpo’, o ‘corpo saudável’ ou ‘perfeito’ como aquele que está livre de marcas aparentes de falta de cuidado e de excessos alimentares” (p. 204). Ainda nessa lógica neoliberal, outros pesquisadores aprofundam a diferenciação moralista entre o sedentário tido como sem-vergonha e o saudável como alguém responsável (BAGRICHESKY *et. al.*, 2007). Já para Luciana Caliman (2015), “o corpo saudável passa a ser a marca da distinção, aquilo que separa os perdedores dos vencedores; os termos saudável e não saudável assumem o lugar de uma identidade normal e anormal” (p. 309). Castiel, Guilam e Ferreira chegam à conclusão similar:

A existência de juízos de valor favoráveis às rotinas de vida padronizadas como saudáveis mostra como o sedentarismo e o estilo de vida irregular (ou vida desregrada) podem ser quantificados e associados a riscos mais elevados de doenças. Estudos epidemiológicos, ao mesmo tempo que se preocupam em estudar os riscos à saúde, tendem a reforçar a pertinência desse conceito. (CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010, p. 46-47)

Nessa racionalidade positivista, quem corre é saudável e, portanto, esse seria um bom hábito, além de prático e pretensamente acessível a todos. Por fim, o próprio colunista ratifica o entendimento que expusera e se compromete a voltar a tratar o tema, como um entusiasta assumido da causa e potencial especialista no assunto. A próxima menção direta a Cooper na coluna do *Jornal do Brasil* ocorreria apenas em 1972, ano em que a citação é realizada em 19 ocasiões, que serão descritas e analisadas.

A primeira delas, em 22 de fevereiro, expressou o estarrecimento do colunista em relação ao fato de Alemanha e Inglaterra terem ignorado os métodos apresentados por Cooper em suas preparações, citação já feita no primeiro capítulo dessa dissertação. Nogueira explica seu estranhamento principalmente pela falta de integração entre as entidades desportivas inglesas. “Isso é tanto mais incrível quando posso recordar uma conversa em que o capitão-tenente Lamartine Pereira da Costa, há mais de um ano, me revelara que muito antes de 70 as ideias do norte-americano Kenneth Cooper já eram aplicadas por fisiologistas ingleses na preparação de seus atletas” (NOGUEIRA, 22/02/1972, p. 35). Fora do âmbito esportivo, o colunista também enxergava influência de Cooper em hábitos comportamentais da sociedade, como também foi abordado no capítulo anterior. Nogueira compreendia as novas práticas de exercícios ao ar livre como um desdobramento de todo o movimento iniciado por Cláudio Coutinho e seus parceiros de comissão técnica na seleção brasileira, que popularizaram o nome e ensinamentos de Kenneth Cooper. E, portanto, a seu ver, o método ganhava ruas, avenidas, calçadas e areias pelo Rio e Brasil afora. “A visita do professor Cooper ao Rio deixou frutos: tenho visto muita gente nas praias da cidade, de manhã bem cedo, caminhando ou correndo a ventilar os pulmões. Isso é bom” (NOGUEIRA, 12/03/1972, p. 55).

No mesmo mês, a coluna noticiou ainda outro ‘flagrante’ relacionado ao método desenvolvido pelo fisiologista norte-americano: “na praia de Copacabana, de manhãzinha, caminhando na cadência Cooper, o ex-presidente Juscelino Kubitschek” (NOGUEIRA, 23/03/1972, p. 25). Ao classificar o hábito que observara como ‘bom’, na citação do dia 12 de março, Nogueira mais uma vez chancelava a prática da atividade física e incentivava seus leitores a fazerem o mesmo. Em seguida, ao publicar que até mesmo um ex-presidente da República adotara tal conduta, ele reforçaria ainda mais o entendimento de que aquele comportamento seria o recomendado e mais adequado ao indivíduo que busca longevidade e qualidade de vida no intuito de ser uma pessoa ‘mais saudável’. Ainda em março daquele ano, o colunista mais uma vez utilizava o espaço no jornal para disseminar um novo livro de Cooper, “o homem que revolucionou os métodos de preparação física” e reforçar alguns dos seus conceitos:

Estou lendo o novo livro do professor Kenneth Cooper, o homem que revolucionou os métodos de preparação física com os seus exercícios aeróbicos. O livro, que se chama *Capacidade Aeróbica*, vem a ser o desdobramento do primeiro, *Aptidão Física em Qualquer Idade*, que os fisiologistas da melhor escola consideram, justamente, a bíblia do condicionamento físico. Capacidade Aeróbica acrescenta ao livro anterior o depoimento de muita gente que se filiou ao clube do professor Cooper e que recolheu milagrosamente resultados do hábito de caminhar, de nadar ou pedalar, cumprindo o programa de condicionamento físico. Quem já esqueceu ou quem não sabe ainda, por favor, tome nota desta definição: aeróbicos são exercícios que estimulam a atividade do coração e dos pulmões durante um período de tempo suficientemente longo, de forma a produzir modificações benéficas no organismo. Correr, nadar, pedalar e corrida estacionária (correr sem sair do lugar) nada mais são que exercícios aeróbicos (NOGUEIRA, 18/03/1972, p. 23)

Como pôde-se observar na citação anterior, mais uma vez foram utilizados termos religiosos e sacros em relação aos benefícios do uso do método de Cooper. Por outro lado, o colunista defendia que ao negligenciar a importância da preparação física, um clube de futebol, por exemplo, ficaria abandonado à própria sorte e precisaria, então, recorrer de igual modo a entidades e divindades do campo espiritual. Essa foi a solução apontada por ele, em maio de 72, ao Corinthians, cujo treinador não havia sido cooptado pelas ideias da moda.

[...] o técnico Luizinho é contra os métodos modernos de avaliação e condicionamento físico. Acha o teste de Cooper, por exemplo, uma conversa fiada. No tempo dele, Luizinho, ninguém fazia ginástica pelo método Cooper e todo mundo corria uma barbaridade. Portanto, o time deve fazer ginástica sueca mesmo... por aí, a gente vê como e porque um clube da envergadura do Corinthians, com um elenco extraordinário, acaba recorrendo à macumba para tentar ser campeão paulista (NOGUEIRA, 03/05/1972, p. 25)

Ao insinuar que o Corinthians deveria recorrer à “macumba” pelo fato de sua comissão técnica ignorar o método Cooper, mais uma vez o colunista demonstra seu total afeto e fidelidade ao método, relegando ao fracasso – ou ao cuidado de seres espirituais – aqueles que ousavam não os seguir. Em abril, Nogueira voltou a citar o hábito da corrida e caminhada nas praias da Zona Sul carioca, mencionando a grande procura pelos livros do médico norte-americano nas prateleiras das livrarias, novamente despertando a curiosidade dos leitores da coluna acerca daqueles estudos e técnicas (NOGUEIRA, 20/04/1972, p. 39). O colunista também fez questão de registrar mais um famoso adepto do método Cooper na publicação de 18 de maio. Tratava-se do piloto de automobilismo Emerson Fittipaldi, ao reproduzir em sua coluna o texto de uma entrevista estrangeira, onde lia-se: “Emerson leva uma vida muito higiênica – diz a revista. Em sua casa de Lausanne, na Suíça, ele se prepara permanentemente: está sempre fazendo o programa de condicionamento físico denominado método de Cooper, correndo (a pé, é claro) no quarteirão de sua casa” (NOGUEIRA, 18/05/1972, p. 31).

Outro dado importante levantado em uma das colunas assinadas por Armando Nogueira, foi de que o novo hábito de correr e caminhar pelas ruas não estava se restringindo apenas a cariocas ou ao chamado eixo Rio-São Paulo. Em uma de suas publicações, em junho de 72, ele divulga um clube de corredores de Fortaleza – CE, a partir de uma carta que recebera de seu fundador. O fato de o idealizador da iniciativa ter escrito para a coluna indica o grau de interação e de influência que Nogueira pode ter desempenhado na adesão ao método Cooper e, conseqüentemente, à prática da corrida de rua no Brasil. Essa seria uma das hipóteses com a qual trabalhamos nessa pesquisa acerca do papel da imprensa, em especial a esportiva, na difusão desse hábito que passou a ser tratado como uma ação de prevenção de doenças crônicas e estratégia de promoção de saúde, como será demonstrado adiante. A coluna que publicou a carta demonstrava esse crescimento da corrida no Brasil:

Atenção, gente do Cooper: em Fortaleza funciona, a plenos pulmões, um clube chamado Clube dos Aeróbicos, com quadro de sócios, cadastro etc. O fundador escreve-me: “fundi o clube dos aeróbicos em 6 de junho de 71 e durante nove meses pratiquei corrida sozinho, sob vaias e indiferença geral. Felizmente, agora, já contamos com mais de 200 participantes, médicos, advogados, engenheiros, mestre de obras, operários etc”. Quem quiser anotar o endereço do Clube dos Aeróbicos, em Fortaleza é: Estádio General Eudoro Correia (Praça do Colégio Militar). Falando em aeróbicos, a praia de Ipanema, a exemplo de Copacabana, também está demarcada, começando no Jardim de Alá e acabando na Francisco Otaviano: são dois quilômetros – pela calçada (NOGUEIRA, 11/06/1972, p. 55)

Dessa última citação destacam-se alguns elementos. O primeiro deles é que ainda que o hábito da corrida tenha se democratizado, esse processo foi gradativo. Diferentemente do Rio de Janeiro, pelo que vínhamos acompanhando em publicações anteriores, onde rapidamente o efeito pós-Copa do Mundo refletiu na adoção de atividades de esforço físico como hábitos do carioca pelas praias e avenidas, em outras partes do Brasil esse processo foi mais lento. Outro fato a se destacar é a legitimidade e pluralidade que o criador do grupo supostamente procura imprimir ao classificar os adeptos por suas profissões ou formações, começando por aquelas cuja autoridade é socialmente reconhecida, como médicos, advogados e engenheiros, e depois vai ao outro extremo dessa cadeia social, elencando também mestres de obras e operários para se dizer popular, porém chancelado. Ainda analisando a redação do próprio colunista, ele nomeia os corredores como “gente do Cooper”, em sua convocação inicial da nota, conferindo-lhes uma identidade própria, uma sensação de pertencimento e, por fim, ainda que traga luz ao que acontece no Nordeste brasileiro, Nogueira volta a seu quintal e torna a citar o movimento em favor da atividade física já existente na Zona Sul carioca, com a demarcação do local nas imediações entre Copacabana e Ipanema, por cerca de dois quilômetros, possibilitando e

incentivando ainda mais corridas e caminhadas matinais e vespertinas na região. A narrativa desenvolvida por Nogueira ia, portanto, ao encontro de acontecimentos marcantes da época, como a emergência das ações individuais de autocuidado, incentivadas pelos discursos da promoção da saúde, e a construção identitária do brasileiro a partir da disciplinarização proposta pelo esporte. Aspectos discutidos nos capítulos 1 e 3 dessa dissertação.

Como visto antes, o contexto sociopolítico daquela época favorecia esse tipo de iniciativa por parte dos órgãos públicos, de fomento à prática esportiva ao ar livre, como forma de canaliza o vigor da população jovem em prol da realização de atividades físicas e desenvolvimento do próprio corpo de maneira disciplinar (PARADA, 2009) e também como forma de autocuidado e promoção da própria saúde à população de maneira geral (CRAWFORD, 1980). Ainda em junho, Nogueira volta a mencionar toda a sociabilidade que a corrida e outros exercícios aeróbicos nas ruas teriam despertado nos bairros litorâneos da Zona Sul do Rio de Janeiro, novamente exaltando método Cooper e seu difusor em solo brasileiro, evidenciando como – a seu ver – tal cultura do estilo de vida ativo estaria mudando comportamentos:

Impressionante o número de pessoas (dezenas realmente) fazendo condicionamento físico nas praias de Ipanema, Leblon e Copacabana todo santo dia, bem cedinho: moças de macacão, senhoras de shorts, garotos e garotas de bicicletas, todo mundo oxigenando os pulmões na melhor cadência do professor Cooper, cujo livro, aliás, é um dos mais vendidos no Brasil. O professor Cláudio Coutinho, supervisor da Seleção e o homem que implantou no Brasil a mentalidade Cooper, dizia-me ontem que seu sonho é, terminada a Minicopa, poder sair pelo país inteiro a fazer palestras sobre o condicionamento do professor Cooper. Aí está uma boa ideia que as autoridades esportivas brasileiras deviam patrocinar imediatamente. (NOGUEIRA, 22/06/1972, p. 35)

Enquanto Nogueira, em sua coluna, destacava apenas aspectos positivos relacionados ao método, outros veículos de imprensa começavam a difundir notícias e questionamentos acerca da eficácia e até mesmo da segurança e dos riscos relacionados ao método de treinamento – até então entendido como democrático, partindo-se do cumprimento das tabelas de procedimentos e treinamentos –. Após muito se esquivar, facilitado em parte pelo caráter generalista de seu espaço, o colunista acabou abordando o contraditório que envolvia o programa de atividades físicas, porém, mais uma vez em defesa do método e fazendo contraponto à narrativa que outras publicações começavam a tecer naquele momento. Valendo-se da condição de articulista de opinião, o escritor ficava mais livre para assumir explicitamente posição e lado e nem tentava esconder-se sob o escudo da ‘isenção’ e ‘imparcialidade’ que tanto se cobra dos profissionais de imprensa. Suas defesas eram evidentes e buscavam unir diferentes

argumentos, inclusive do próprio campo científico. O silêncio foi, enfim, rompido e a coluna *Na Grande Área* reconheceu que Cooper e seu método poderiam ser levados à marca do pênalti – metaforicamente falando –, pela primeira vez, em 29/07/1972, quando em nota intitulada *O mal dos maníacos* Nogueira questionou se realmente as declarações publicadas pela imprensa do também médico-cardiologista Alberto Benchimol condenando as prescrições de Cooper seriam reais ou estariam sendo mal interpretadas ou incompreendidas. E deu sua versão sobre as controvérsias então expostas e que abordaremos de forma mais detalhada no próximo capítulo:

Não é o caso de defender o professor Cooper. Ele é um médico fisiologista dos mais conceituados em todo o mundo. Mas, há gente por aí interpretando caolhamente recente entrevista em que o cardiologista Benchimol adverte contra os riscos da prática indiscriminada do chamado método de Cooper, hoje uma saudável mania nas praias do Rio. O que diz o médico brasileiro casa perfeitamente com as orientações do coronel Kenneth Cooper: ninguém, moço ou velho, deve iniciar um programa de condicionamento físico sem fazer um rigoroso *check up* para saber se a pessoa apresenta qualquer problema de coração, pulmão e circulação. De tal maneira o professor Cooper enfatiza essa necessidade em seu último livro [...] como se vê, o Dr. Benchimol não está senão engrossando, com a sua autoridade, as recomendações essenciais do professor Cooper. O que o cardiologista brasileiro condena é a leviandade dos que se metem a correr e andar quilômetros e quilômetros diariamente sem saber, antes, se o coração aguenta a batida. O mal, portanto, não está na mania e sim nos maníacos. (NOGUEIRA, 29/07/1972, p. 29).

Percebe-se na citação anterior que Nogueira busca uma resposta às críticas e suspeitas que surgiam na imprensa, como dito, procurando alinhar as falas do médico brasileiro com as premissas do norte-americano, em vez de conflitá-las. Seu intuito foi justamente não demonstrar o contraditório e sim que havia ali um consenso, quando não seria exatamente isso, pelo que se pode observar das próprias declarações atribuídas a Benchimol em outros jornais impressos no mesmo período (*O Globo*, 21/07/1972, p. 12; *Jornal dos Sports*, 27/07/1972, p. 8). Outro fato a se destacar é como mais uma vez Nogueira define e classifica o ‘cooper’ como uma prática benéfica e promotora de saúde, ao descrevê-lo como “saudável mania das praias do Rio”. Em sequência, no início de agosto, a coluna volta a defender o método Cooper publicando uma carta de leitores e manifestações do próprio Cláudio Coutinho:

O leitor Condorcet Rezende, praticante do método de Cooper, escreve para solidarizar-se com a nota em que defendi os exercícios aeróbicos do professor Cooper sobre os quais começa a se levantar suspeitas tolas, infundadas. Também se manifestou com o mesmo propósito o capitão Coutinho que foi um dos primeiros discípulos do professor Cooper. (NOGUEIRA, 02/08/1972, p. 25)

Termos como “suspeitas tolas e infundadas” voltavam a desqualificar quaisquer questionamentos acerca do método ou posicionamentos contrários a ele. No dia seguinte, a pauta voltaria à coluna: “O capitão Coutinho recebeu do próprio professor Cooper um documentário de 20 minutos sobre o método de Cooper alinhando depoimentos de coopermaníacos e de médicos norte-americanos sobre a maravilha dos exercícios aeróbicos. Até cosmonautas [...] falam com entusiasmo” (NOGUEIRA, 03/08/1972, p. 35). A campanha em defesa ao Cooper seguiria em futuras edições da coluna. No dia 24, uma nova carta – dessa vez tendo como remetente o clube de corredores do Ceará – trazia inclusive testemunhos de superação e de conquistas atribuídas a Cooper.

Recebi carta do leitor cearense Antônio Luis de Assis Filho, em papel timbrado do Clube dos Aeróbicos de Fortaleza. Eis um trecho “ O signatário é testemunha viva das maravilhas do Método Cooper. Poderia passar o dia inteiro falando do meu caso pessoal: tenho 45 anos, cheguei a ficar quase inutilizado pelo reumatismo (espondilite reumatoide) e não era capaz de subir três degraus de escada. Hoje, posso correr – e corro – 15.200 metros e sou capaz de subir correndo um edifício de sete andares!” Revela Antônio Luis, ainda, que antes de praticar o método Cooper de condicionamento físico tinha pulso de 93 batidas por minuto e, hoje, tem 60 batidas. (NOGUEIRA, 24/08/1972, p. 39)

O colunista finaliza o texto informando ainda que o signatário da carta teria se revelado, também, entusiasmado e maravilhado com o método Cooper. Pelo que temos percebido, desde a Copa de 70, entusiasmo e surpresa também seriam sentimentos nutridos pelo próprio Nogueira em seus textos, exaltando sempre que possível os ensinamentos e técnicas norte-americanas de condicionamento físico de Cooper. Em outubro, a temática ‘condicionamento físico e saúde’ voltou a marcar presença na coluna, quando Nogueira anunciou ter recebido quatro cópias da revista científica da *American Heart Association Inc*, contendo, segundo relata, uma série de artigos sobre o estado cardiovascular e a atividade física. “A série, que vem assinada por professores da Faculdade de Medicina da Universidade de George Washington, encerra verdadeiro aval ao método Cooper” (NOGUEIRA, 04/10/1972, p. 27). Mais uma vez, Armando Nogueira utilizava seu espaço no jornal para legitimar o método por meio de outros cientistas. “A falta de atividade física é um dos possíveis fatores que contribuem para a maior frequência da cardiopatia coronária em muitos países desenvolvidos [...]” (NOGUEIRA, 04/10/1972, p. 27). A nota segue ressaltando a importância de exercícios regulares e, por fim, Nogueira aproveita a circunstância e mais uma vez enfatiza a preocupação de Cooper em salientar a importância do acompanhamento médico e recomendação de exercícios orientados:

E tal como recomenda enfaticamente o professor Kenneth Cooper, os médicos da Universidade George Washington aconselham: - As pessoas interessadas em aumentar sua atividade física devem receber autorização de seus médicos e, com o conhecimento dos médicos, obterem uma avaliação de especialistas dedicados à tarefa de julgar a capacidade ou limitação para o esforço. É conveniente que a prova de exercícios se faça por controle eletrocardiográfico (NOGUEIRA, 04/10/1972, p. 27)

A análise da comunidade científica em relação aos estudos de Cooper voltariam à coluna esportiva de Armando Nogueira no dia 13 de outubro, quando mais uma vez o colunista enfatizou o alinhamento entre os pares: aquilo que Cooper e a academia convergem em relação à importância do exercício orientado, com uma ênfase na preocupação com pessoas de meia idade. Nessa edição, ele publicou um trecho de um desses artigos científicos:

O exercício regular, sobretudo o exercício de resistência e duração (aqui se enquadra perfeitamente o método de condicionamento de Kenneth Cooper) que potencia a boa saúde e a capacidade cardiovascular pode ter importância na prevenção das doenças arterioscleróticas. Contudo, é importante ressaltar que o exercício pode ser perigoso tanto para o sistema cardiovascular quanto para o músculo esquelético. Isso é particularmente válido para as pessoas de meia idade, especialmente aquelas mais propensas a problemas coronarianos e que sempre levaram uma vida de mínima atividade física e que começam PRECIPITADA E REPENTINAMENTE fazendo exercícios demasiado energéticos” A observação final coincide integralmente com escrúpulos do professor Kenneth Cooper: - Os médicos e outros profissionais precisam ajudar a orientar o público interessado para evitar possíveis problemas. A investigação sobre a importância que tem o exercício físico e sua adequada programação para prevenção das doenças cardiovasculares deve prosseguir de forma intensa para chegar-se a uma informação mais útil e definitiva (NOGUEIRA, 13/10/1972, p. 31)

A polêmica entre benefício e riscos da prática, até então vista sem grandes ressalvas, renderia, ainda, outras menções em defesa de Cooper e seu método na coluna até o fim do ano de 1972. Carregados de adjetivos, valoração de sentidos e subjetividades, os textos de Nogueira por vezes mais pareciam de assessoria do que de um comunicador pretensamente isento. A impressão, analisando as colunas que citam o método ou o próprio Cooper, é que de fato o colunista estivera convencido daqueles benefícios a ponto de levantar uma bandeira única de incentivo ao método sem sequer cogitar entendimentos contrários aos propagados pelo norte-americano, como novamente voltara a fazer em 21 de outubro daquele ano ao anunciar nova visita do criador do método ao Brasil com uma nota intitulada *Bons ventos o tragam*: “No fim de novembro, outra vez no Rio, o médico e professor Kenneth Cooper, o criador do maravilhoso método de condicionamento físico hoje adotado no mundo inteiro” (NOGUEIRA, 21/10/1972, p. 23). Após essa saudação extremamente positiva e carregada de afeto, Nogueira mais uma vez seguiu advogando em favor de Cooper:

Por falar em Cooper, o próprio recebeu lá nos Estados Unidos recortes de jornais brasileiros com a polêmica provocada pelo médico Alberto Benchimol. Vocês se lembram que o médico Alberto Benchimol chegou a levantar dúvidas em torno da eficácia do método, falando inclusive, aí com justa razão, sobre o perigo que é praticar o esporte sem *check up*. Agora, o professor Cooper escreveu a um amigo no Brasil autorizando-o a convidar o médico Alberto Benchimol a visitar sua clínica, nos Estados Unidos, para inteirar-se sobre os fundamentos científicos dos exercícios aeróbicos (NOGUEIRA, 21/10/1972, p. 23).

Finalizando nossa análise, as últimas citações a Cooper na coluna *Na Grande Área* ocorrerem nos dias 1º/11 e 10/12 de 1972. Na primeira, Nogueira volta a citar o clube dos aeróbicos de Fortaleza e mais vez atrela as trajetórias de Cooper no Brasil a de Cláudio Coutinho. Na segunda, ele novamente une as duas personas ao mencionar um convite especial do criador do método ao então supervisor da seleção brasileira de futebol e faz também uma ressalva importante sobre os cuidados que os corredores de meia idade deveriam adotar:

Ao leitor que me pediu detalhes sobre o Clube dos Aeróbicos de Fortaleza: é um núcleo que se reúne diariamente entre cinco e sete da tarde para correr, andar e fazer exercícios no estádio do Colégio Militar. A inscrição é simples: basta o sujeito chegar lá com um exemplar do livro do professor Cooper. Daí ele passa aos exames e, aprovados, começa a fazer força. São 600 sócios fichados dos quais cerca de 100 comparecem, religiosamente. Por falar em Cooper, está de volta, depois de alguns meses no exterior, fazendo palestras, o capitão Coutinho, um dos grandes animadores do método de condicionamento físico do médico Kenneth Cooper (NOGUEIRA, 01/11/1972, p. 23).

O professor Cooper oficializou convite ao capitão Coutinho para novo estágio nos Estados Unidos. O supervisor da Seleção Brasileira deverá embarcar para Dallas logo depois do programa de preparação física que vai implantar no futebol peruano por recomendação do presidente Havelange. Antes de viajar para reassumir o comando de sua clínica de aptidão física, o professor Cooper deixou, por intermédio do professor Coutinho, o seguinte recado para as pessoas acima de 50 anos que NÃO TENHAM PASSADO ATLÉTICO: “Não corram! Caminhem! Caminhem de acordo com as tabelas do método. Vocês poderão atingir elevados níveis de aptidão física apenas caminhando (NOGUEIRA, 10/11/1972, p. 79)

Outra observação a ser feita é que na primeira citação a resposta ao suposto leitor que perguntara sobre o clube aeróbico poderia ter sido feita diretamente ao próprio requisitante, mas entendemos que o responder no próprio jornal seria mais uma oportunidade para voltar a tratar um dos assuntos mais recorrentes da coluna e também para mais uma vez divulgar o livro do fisiologista norte-americano. Já em relação à Cláudio Coutinho, o representante de Cooper no Brasil, Nogueira voltara a afirmar seu papel de multiplicador da filosofia dos exercícios aeróbicos e, na segunda citação, revela um convite para que Coutinho realizasse novo estágio nos Estados Unidos, trazendo, ainda, uma ressalva importantíssima com clara restrição à corrida

pela primeira – e única – vez na coluna. Ele reproduz uma proibição para que as pessoas maiores de 50 anos que não estivessem acostumados a uma vida ativa não corressem e sim caminhassem. Mais uma vez, em meio ao contraditório que começava a se avolumar, o autor do estudo buscava precaver-se. Em suas convocações anteriores, Nogueira mostrava-se mais otimista em relação ao seu entusiasmo acerca do método.

Como já relatado, no ano seguinte, em 1973, a coluna foi publicada com sua autoria até o fim de abril, quando Armando Nogueira deixa o *Jornal do Brasil*. Contudo, a pesquisa pelos descritores Cooper + Armando + Nogueira não trouxe resultados nesse último ano que seria analisado. Sendo, portanto, a publicação de dezembro de 1972, com a orientação para que adultos com mais de 50 anos e sedentários caminhassem em vez de correr, a última menção de Nogueira a Cooper, enquanto colunista de *Na Grande Área*.

### 3. SIGA OU PARE? SENTIDOS DE SAÚDE, DISCURSOS DE RISCO, VIDA ATIVA E CULTO AO CORPO

#### 3.1. CORRE QUE PASSA: A CORRIDA DE RUA COMO ESTRATÉGIA DE PREVENÇÃO DE DOENÇAS E PROMOÇÃO DA SAÚDE

Veamos, doravante, como a prática dos exercícios físicos e da corrida de rua se desdobrou na sociedade dos anos 70 e 80 em aspectos como estratégia de prevenção de doenças e promoção da saúde, as controvérsias que envolveram a prescrição do método e as noções de risco articuladas como possíveis justificativas para sua prática. Conforme expresso já na introdução dessa pesquisa, é no contexto de incentivo à prática de atividade física para prevenção de doenças – e depois de promoção da saúde – que a corrida de rua começa a se popularizar no Brasil nos idos de 1970, um efeito chamado *jogging boom*. Este fato se dá porque a noção de risco começa a receber uma importância maior nos discursos promocionais da saúde. “Em meados do século XX, a epidemiologia dos modos de transmissão começa a dar lugar à epidemiologia dos fatores de risco”. (CASTIEL, XAVIER e MORAES, 2016, p. 207). Essa preocupação é atestada por autores que trabalham com essa corrente teórica:

Naquela época [década de 1970] a preocupação estava no aprimoramento da aptidão física, especialmente da resistência aeróbia, como forma de melhoria da ‘saúde cardiovascular’, o que exigia adaptações fisiológicas só possíveis com a prática de exercícios em intensidades mais elevadas. Ao longo dos anos 80, porém, a ênfase no exercício desloca-se paulatinamente para a atividade física [...]. A ideia é a incorporação da atividade física às tarefas do cotidiano como melhoria da saúde (CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010, p. 56-57).

Os anos 70 marcam não somente a evolução da corrida de rua no Brasil como também o início de uma nova perspectiva sanitária no país, na qual a convocação ao hábito de exercitar-se publicamente estaria contemplada. Porém, muito antes dessa nova concepção, os modelos teóricos de saúde e estratégias para obtê-la passaram por um longo percurso desde o misticismo miasmático<sup>16</sup> à biomedicina – baseada na teoria microbiana<sup>17</sup> –. No decorrer da história da

---

<sup>16</sup> Uma das correntes mais antigas da medicina associava as epidemias a certas impurezas existentes no ar, denominadas miasmas. Supunha-se que os miasmas se originavam a partir de exalações de pessoas e animais doentes, emanações dos pântanos, de dejetos e substâncias em decomposição. Sua presença era detectada através do mau cheiro. Acreditava-se que ao impedir a propagação dos maus odores, seria possível prevenir ou evitar as epidemias. Curiosamente, essa teoria “não-científica”, que se tornou especialmente popular no século XVIII e início do século XIX, foi responsável pelo surgimento do movimento higienista desse período, que salvou milhões de vidas (MARTINS e MARTINS, 2015).

<sup>17</sup>A teoria microbiana das doenças é uma teoria científica formulada no século XIX, pelo francês Louis Pasteur, que auxilia na compreensão de que os microrganismos são a causa de inúmeras doenças.

humanidade, diversas foram as correntes de pensamentos que buscaram explicar a essência da saúde e da doença e os sentidos produzidos por essa associação. Seja como meros antagonistas ou desdobramentos de indicadores sociais, ambas caminham juntas e embasaram a medicina moderna, cujo um dos marcos é o surgimento da saúde pública. “Entre os séculos XVI e XVIII iniciou-se o período moderno, no qual a Saúde Pública se desenvolveu como se conhece atualmente. [...] É um período marcado pelo conhecimento em bases científicas, onde a filosofia se desenvolveu dentro de um caráter empirista” (PALMA, ESTEVÃO E BAGRICHEVSKY, 2003, p. 23). Dois modelos emergentes nesse novo conceito predominante de saúde, discursos de prevenção e promoção, também buscavam agregar a prática da atividade física no rol de suas ‘bioconvocações’. Para os prevenicionistas, no entanto, saúde seria basicamente a ausência de doença, já no entendimento dos promocionistas, a saúde consistiria em um conjunto mais amplo de aspectos e fatores socioeconômicos, de modo que a doença seria consequência da carência de um ou mais elementos que compõem seu aspecto ampliado. “A definição de saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não meramente a ausência de doença ou enfermidade, inserida na Constituição da OMS no momento de sua fundação, em 1948, é uma clara expressão de uma concepção bastante ampla da saúde” (BUSS e PELLEGRINI-FILHO, 2007, p. 80). Em relação à relevância da biomedicina na sociedade ocidental, Martins e Martins (2015) tecem uma possível e breve explicação:

Costuma-se afirmar que a medicina só se tornou “científica” após o desenvolvimento da teoria microbiana das doenças, na segunda metade do século XIX. Antes disso, não eram conhecidas as causas das doenças e não era possível preveni-las de forma adequada. No entanto, alguns dos resultados atribuídos à teoria microbiana, como muitas práticas de higiene, saneamento e o uso de antissépticos, vieram de uma fase anterior. (MARTINS e MARTINS, 2015, p. 1)

Centrando nossa discussão e análise no século XX, as duas estratégias de intervenção que de fato hegemonizaram os discursos sanitaristas nesse período foram as da prevenção de doenças e da promoção da saúde. “Ainda que de uma forma restrita e mediada por conceitos de bacteriologia, o movimento da medicina preventiva recuperou a ligação entre saúde e condições de vida” (CZRESNIA, MACIEL e OVIEDO, 2009, p. 62). Ao focar sua atenção basicamente em campanhas sanitárias pontuais, a abordagem prevenicionista lança mão de ações de enfrentamento aos efeitos – que se reduziam à moléstia em si e seus sintomas – mas não combatiam diretamente a causa, que na maioria das vezes tem origem externa ao homem e está em outras esferas sociais, como nas condições de saneamento, alimentação, transporte, moradia, segurança e lazer, numa ótica promocionista. “Deve-se ressaltar que, no entanto, as interações do indivíduo no mundo foram apreendidas predominantemente na forma de um

determinismo causal e a elaboração sobre os modos de vida e a ocorrência de doenças foi limitada a uma abordagem baseada na visão positivista da doença” (CZRESNIA, MACIEL e OVIEDO, 2009, p. 62-3).

Alexandre Palma, Adriana Estevão e Marcos Bagrichevsky (2003) recorrem a outros autores do campo da saúde para embasarem as diferenciações entre promoção e prevenção, das quais uma das que mais se destaca é a dimensão coletiva e individual que cada uma aborda em sua essência. “Restrepo (2001) difere Promoção da Saúde de prevenção de doença, assinalando que para a primeira o foco direciona-se na consideração do saudável e destina-se mais à população, enquanto para a segunda, o escopo central está na doença e nos riscos que levam à doença e se dirige principalmente ao indivíduo” (PALMA, ESTEVÃO e BAGRICHEVSKY, 2003, p. 28).

Em um primeiro momento, o incentivo à corrida enquanto prática de saúde atenderia à corrente prevencionista – pela ênfase nas doenças cardíacas e agravos que poderiam ser evitados ou no mínimo adiados com o cumprimento de regras estabelecidas –. A promoção da saúde, em seguida, entende que além da fisiologia humana há todo um ecossistema social que influencia diretamente no bem-estar da população, ainda que se utilize desse discurso para responsabilizar o indivíduo. “Partindo de uma concepção ampla do processo saúde-doença e de seus determinantes, [a promoção] propõe a articulação de saberes técnicos e populares, e a mobilização de recursos institucionais e comunitários, públicos e privados, para seu enfrentamento e solução” (BUSS, 2000, p. 165). Ainda acerca da epidemiologia, outro fator crucial para o desenvolvimento da medicina moderna, Sérgio Arouca (1975) discute o papel da cientificação biológica da saúde nas construções dos parâmetros estabelecidos entre o dito normal e o patológico (AROUCA, 1975; CANGUILHEM, 1995 e CZERESNIA, MACIEL E OVIEDO, 2013).

A medicina preventiva, ao assumir os valores biológicos da fisiologia e operacionalizá-las em exames de massa, na Clínica Preventivista, aceita que saúde e doença são estados idênticos, que se diferenciam na quantidade. Nesta linha, propõe a determinação de parâmetros de normalidade para valores biológicos, nas populações que servissem de padrões para diferenciar os estados normais dos patológicos. (AROUCA, 1975, p.115),

Uma das críticas ao modelo de saúde em voga à época seria justamente a parametrização fisiológica baseada em um grupo de indivíduos de forma homogênea, uma vez que o ser humano é extremamente complexo e heterogêneo. Seria necessário, então, pensar saúde a partir desses fatores variáveis, como as condições sociais, políticas e econômicas dos indivíduos, uma noção mais próxima da visão promocionista. Anterior à ideia de promoção da saúde, a

prevenção origina-se entre 1920 e 1950 na Inglaterra, Estados Unidos e Canadá (CZERESNIA, MACIEL E OVIEDO, 2013). Posteriormente, Henry Ernest Sigerist, em 1946, foi um dos primeiros autores a fazer referência ao termo promoção da saúde quando definiu as quatro tarefas essenciais da medicina: “a promoção da saúde; a prevenção das doenças; a recuperação dos enfermos e a reabilitação” (BUSS, 2009, p. 21). Na sequência, uma série de mudanças políticas e socioeconômicas ao redor do mundo – como a transição epidemiológica, com aumento das doenças crônicas não transmissíveis proporcional à queda das mortes por doenças infectocontagiosas – motivaram o aprofundamento das discussões sobre proteção social e saúde pública. Ainda no decorrer do século XX, com o avanço da medicina e disponibilização de novas drogas para tratamentos terapêuticos, como os antibióticos, as epidemias e doenças infecciosas começaram a ser controladas e a expectativa de vida da população de uma forma geral aumentou. Tal fato desnudou um outro problema decorrente desse prolongamento etário da população: o surgimento das doenças crônicas, como hipertensão, diabetes e câncer, por exemplo, que passaram a acometer a população. “Nas últimas décadas, tem se observado várias mudanças no processo saúde doença na sociedade brasileira. A nova característica demográfica, como o crescimento da população e da expectativa de vida, vem aumentando a morbidade e a mortalidade causadas por DCNTs” (GOMES et. al., 2014, p. 20).

Como dito anteriormente, essa mudança de perfil de morbimortalidade recebeu o nome de transição epidemiológica e acentuou-se a partir da segunda metade do século XX, após a descoberta da penicilina, por Alexander Fleming<sup>18</sup>, utilizada na década de 1940.

O desenvolvimento da perspectiva de prevenção de doenças, a partir da década de 1950, direcionou-se aos estudos clínicos e epidemiológicos das chamadas doenças não transmissíveis ou crônico-degenerativas. Isso ocorreu em virtude de um processo de mudanças nos padrões de doenças reconhecidas nessa época nos países europeus e EUA, a chamada transição epidemiológica. Esta é definida como a ocorrência de mudanças progressivas nos perfis de morbimortalidade, passando do predomínio de transmissíveis para um quadro de doenças crônicas não transmissíveis. (CZERESNIA; MACIEL e OVIEDO, 2013, p. 63 e 64)

Em tese, consolidava-se, a partir dessa transição, um entendimento de que o Estado deveria participar mais ativamente das ações de saúde da população de maneira equânime, promovendo a implementação de políticas públicas capazes de assistir às populações nos novos

---

<sup>18</sup> Oficial médico inglês responsável pelos estudos que descobriram o primeiro antibiótico da história da humanidade – a penicilina – que é para tantos cientistas uma das mais vitais descobertas da história humana. Para eles, a medicina só se tornou ciência verdadeira a partir dos antibióticos. Antes deles, era um bom exercício para o diagnóstico das enfermidades infecciosas. A penicilina só foi verdadeiramente isolada em 1938 e utilizada no primeiro paciente humano em 1940.

(JORNAL BRASILEIRO DE PATOLOGIA E MEDICINA LABORATORIAL, 2009 – disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jbpm/v45n5/v45n5a01.pdf> ).

contextos sociais que se apresentavam, levando em conta aspectos como acréscimo na estimativa de vida dos indivíduos e o conseqüente aumento da população idosa no país, superando as intervenções estanque que eram mais comuns com a estratégia preventivista. É com um discurso baseado nessa premissa de atuação mais ampla dos conceitos de saúde que o método Cooper emerge no Brasil nos anos 70, embora tenha se valido originalmente da promessa de prevenção às DCNTs, como visto. Todavia, a partir da década de 1980 o movimento pela promoção da saúde acaba se valendo parcialmente desse entendimento e algumas de suas ações contribuem para o desmantelamento das políticas de saúde e bem-estar, o que reduz a potência de sua expansão e a nosso ver se desvirtua da origem na qual fora pensado:

Assim, lamentavelmente, a maior atenção foi e é dada às intervenções para mudanças de comportamento individual e pouco à estratégia política populacional, indicando a opção de modificação dos hábitos considerados de risco, tais como, fumar, sedentarismo, dieta etc. Assim, passou a assumir, muitas vezes, um papel “fascista” ao impor certos estilos de vida, além de se converter num “imperialismo da saúde”, uma vez que se apodera do que é considerado positivo da vida. Outro argumento crítico refere-se à “comercialização da saúde”, reconhecida em alguns trabalhos ditos de promoção, que, em última instância, buscam vender “saúde” e podem ser verificados nas ofertas de academias de ginástica, produtos alimentícios, seguros-saúde etc. (PALMA, ESTEVÃO e BAGRICHEVSKY, 2003, p. 27)

Até então, as principais contribuições sanitárias coletivas do poder público focavam em ações higienistas, praticadas no fim do século XIX e início do século XX, normalmente motivadas por epidemias específicas. Ainda que restritiva, a medida já consistia em um entendimento de que o ambiente externo ao indivíduo exercia influência na sua condição de saúde. Com o passar do tempo, novas práticas e entendimentos surgiram. “Nos países do primeiro mundo, os sistemas de saúde começam, na metade dos anos 70, a serem fortemente questionados, tendo como pano de fundo novas concepções do processo saúde-enfermidade-cuidado [...], que procuram articular quatro dimensões explicativas: biologia humana; estilos de vida; ambiente e serviços de saúde” (BUSS, 2009, p. 25). A junção de todos esses elementos resulta no conceito ampliado de saúde, no qual o modo de vida é a vertente que enfatizamos nessa pesquisa, em especial por meio do estilo de vida ativo com a prática da caminhada e corrida de rua, incentivada também a partir da década de 1970, período em que emerge a produção discursiva da promoção da saúde e do autocuidado como forma de prolongamento da vida. A concepção de saúde limitada à ausência de doença e, portanto, focada em um único aspecto, motivou pouco avanço em relação a pautas estruturantes na sociedade. Sobre esse tipo de raciocínio:

É possível entendê-lo de modo reducionista, tão somente, à luz dos pressupostos biológicos e das associações estatísticas presentes nos estudos epidemiológicos. Os problemas que daí decorrem são: a) o foco centra-se na doença; b) a culpabilização do indivíduo frente a sua própria doença; c) a crença na possibilidade de resolução do problema encerrando-se uma suposta causa, a qual recai no processo de medicalização; d) a naturalização da doença; e) e o ceticismo em relação a contribuição de diferentes saberes para auxiliar na compreensão dos fenômenos relacionados à saúde. (PALMA, ESTEVÃO e BAGRICHEVSKY, 2003, p. 20)

Nessa mesma linha, outros autores fornecem importantes contribuições teóricas para nossa análise ao criticarem o positivismo em saúde, centralizado no saber biomédico. Trazemos citações diretas de algumas dessas contribuições para auxiliar na reflexão proposta:

O reducionismo biológico da biomedicina (precisamente o que autoriza esta denominação), também apontado por diversos autores, é destacado por Arouca, em sua análise dos conceitos básicos da medicina preventiva. Essa redução exclui do escopo de considerações sobre o processo saúde/doença fatores sociais ou individuais, ditos “subjetivos”, com implicações para todas as intervenções da saúde. (CAMARGO JUNIOR, 2007, p. 65)

Embora tais pressupostos tenham respaldo científico, não estamos convencidos de que a visão estritamente biológica seja suficiente para esgotar o assunto. ‘Saúde’ não pode ser reduzida a uma relação biológica de causa e efeito. O homem é um ser histórico e, como tal, as questões que lhe dizem respeito devem considerar tal situação. Nesta perspectiva ampliada, a questão da saúde ganha novos contornos. (ASSUMPCÃO, MORAIS e FONTOURA, 2002, p. 7)

Entretanto, consideramos igualmente prejudicial e limitadora a noção de causa-efeito construída entre vida ativa e promoção da saúde no discurso promocionista. A narrativa gerada e difundida a partir dessa simbiose praticamente exclui a ação e participação de outros atores e fatores socioeconômicos nesse processo de obtenção da saúde ao destacar o protagonismo do indivíduo no cuidado de si. Sob essa argumentação, a biopolítica pensada a partir de Foucault cresce, uma vez que as medidas individuais passam a ser as principais estratégias de governo para a prevenção de doenças e promoção da saúde. “Esclareça-se, contudo, que o problema maior não é assinalar essa presença [do sujeito], mas perceber uma ausência: a de políticas públicas capazes de alterar concretamente os determinantes socioeconômicos de grande parte dos problemas de saúde” (CARDOSO, 2001, p. 28). Nossa crítica quanto à responsabilização do indivíduo é justamente nesse sentido exposto, conforme corroboram outros autores. “A partir da identificação do sedentarismo como um dos principais fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis, a mudança individual de comportamento – ou seja, de estilo de vida – é colocada como foco prioritário de políticas públicas de saúde”. (CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010, p. 59).

Dando sequência à narrativa histórica acerca da evolução dos conceitos de promoção da saúde calcados em novas concepções acerca da interseção entre saúde e doença, o discurso da vida ativa e das práticas comportamentais compõem uma nova cultura sobre atenção à saúde, concebida a partir de um movimento global de reformas, incluindo a sanitária – RSB –, que não por acaso também ocorre nos anos 70. Em nível mundial, a Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde, reunida em Alma-Ata, no Cazaquistão, em setembro de 1978, expressou necessidade de atuação urgente de todos os governos, trabalhadores dos campos da saúde e do desenvolvimento e da comunidade mundial para promover a saúde de todos os povos do mundo até o ano 2000. A Conferência, realizada pela Organização Mundial da Saúde, resultou na formulação da declaração de Alma-Ata<sup>19</sup>, contendo dez premissas em favor do desenvolvimento da atenção primária em saúde, cujos esforços deveriam concentrar-se especialmente nos países em desenvolvimento. A Conferência de Alma-Ata fincava as bases da promoção da saúde que seria propagada no Brasil, desdobrando inclusive na criação do SUS brasileiro.

A reforma sanitária no Brasil é conhecida como o projeto e a trajetória de constituição e reformulação de um campo de saber, uma estratégia política e um processo de transformação institucional. Emergindo como parte da luta pela democracia, a reforma sanitária já ultrapassa três décadas, tendo alcançado a garantia constitucional do direito universal à saúde e a construção institucional do Sistema Único de Saúde (SUS) (FLEURY, 2009, p. 746).

O movimento da Reforma Sanitária também teve seu marco na década de 1970, acompanhando as discussões que ocorriam no contexto global. No período, ocorreram e foram registrados os seguintes fatos históricos no Brasil: críticas ao modelo assistencial vigente, centrado na assistência médico-hospitalar; ascensão da medicina social e das ciências sociais em saúde; publicação da tese de Sérgio Arouca: o dilema preventivista (1975), criticando o modelo focado na prevenção; o surgimento dos primeiros projetos de atenção primária/medicina comunitária (Montes Claros/MG, Papucaia/RJ e Niterói/RJ); surgimento do ‘movimento sanitário’ e a própria Conferência Internacional sobre Atenção Primária e Declaração de Alma-Ata, em 1978 (BUSS, 2000). Tudo isso em um regime político de exceção, como já visto. Jairnilsom Paim (2008) demarca importantes aspectos políticos e culturais que corroboraram para a promulgação das ideias promocionais de saúde no Brasil, dividindo o movimento da reforma em determinados passos cronológicos, os quais – apesar da formulação e criação do Sistema Único de Saúde – nem todos teriam sido concluídos.

---

<sup>19</sup> A Declaração de Alma-Ata está acessível em:

[http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/declaracao\\_alma\\_ata.pdf](http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/declaracao_alma_ata.pdf)

Concebemos a RSB como uma ‘reforma social’ que articula proposições de mudanças, sob diversas dimensões (Arouca, 1988), mobilizando um bloco de forças políticas no âmbito do movimento sanitário. Nessa perspectiva, podemos analisá-la a partir de momentos distintos: ideia-proposta-projeto-movimento-processo. O momento ‘ideia’ pode ser demarcado pela tese O Dilema Preventivista, defendida em 1975 (Arouca, 2003), e pela criação do Centro Brasileiro de Estudos de Saúde (Cebes), em 1976, e da Associação Brasileira de Pós-Graduação em Saúde Coletiva (Abrasco), em 1979, expresso por uma percepção, uma representação, um pensamento ou reflexão inicial. (PAIM, 2008, p. 92)

Pela linha temporal traçada por Paim, a década de 1970 representa de fato um período de mudança cultural, da concepção de um novo paradigma da saúde coletiva, e de entendimento acerca da influência direta de condições socioeconômicas na condição de vida e bem-estar dos indivíduos. A nova proposta claramente representava um passo além em relação aos cuidados da prevenção, focados em ações pontuais e campanhas sanitárias. As reflexões e críticas de Sérgio Arouca ao modelo prevencionista em sua tese de doutoramento apresentada à Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas foi outro fator que influenciou na reformulação desse pensamento. “O movimento prevencionista, em síntese, possui uma baixa densidade política ao não realizar modificações nas relações sociais concretas e uma alta densidade ideológica ao constituir, através do seu discurso, uma construção teórico-ideológica daquelas relações”. (AROUCA, 1975, p. 179). O sanitarista almejava, ainda, contribuir com a teorização da medicina social de modo que as limitações do modelo prevencionista elencadas em seu estudo – como a privatização e medicalização da saúde – fossem discutidas. Essas seriam algumas das formas como a nova estratégia estaria atendendo ao capitalismo (AROUCA, 1975). Como o próprio Paim (2008) atesta, a tese de Sérgio Arouca e seus desdobramentos de fato constitui-se em um marco desse processo de crítica ao modelo prevencionista e ascensão do modelo promocionista. Um caso clássico de manifestação política no interior da academia, no sentido de produzir conhecimentos que possam repercutir socialmente em outras esferas públicas.

Retomando as diferenças entre a prevenção e promoção, destacamos na literatura científica algumas características que demonstram enfoques distintos que também simbolizam as preocupações sociais de diferentes épocas. Enquanto o conceito de saúde cultivado pela promoção se pauta nos macrodeterminantes do processo saúde-doença, o da prevenção geralmente os exclui de suas ações, focando apenas na própria doença e, quando mais, em seus agentes etiológicos – como os vetores. “Para a prevenção, evitar a enfermidade é o objetivo final, portanto, a ausência de doenças seria um objetivo suficiente. Para a promoção da saúde, o objetivo contínuo é um nível ótimo de vida e de saúde; portanto, a ausência de doença não é

suficiente [...]” (BUSS, 2009, p. 37). Diná Czeresnia (2009) também contribui com a reflexão sobre as diferenças entre promoção e prevenção, dialogando com outros autores do campo da saúde coletiva e busca na etimologia da própria palavra a definição da ideia de prevenção como iniciativas capazes de preparar, antecipar, impedir e evitar o dano ou mal [específico] – enquanto a promoção foca em ações gerais que não são relacionadas estritamente a doenças.

A base do discurso preventivo é o conhecimento epidemiológico moderno; seu objetivo é o controle da transmissão das doenças infecciosas e a redução do risco de doenças degenerativas ou outros agravos específicos. Os projetos de prevenção e de educação em saúde estruturam-se mediante a divulgação de informação científica e de recomendações normativas de mudanças de hábitos [...] Promoção da saúde define-se, tradicionalmente, de maneira bem mais ampla que prevenção. (CZERESNIA, 2009, p.49)

Ainda no embate ideológico entre prevenção *versus* promoção, Paulo Buss aprofunda as diferenças conceituais entre as duas estratégias de saúde ao tecer a seguinte afirmação: “A promoção da saúde busca modificar condições de vida, para que sejam dignas e adequadas [...] Já a prevenção, diferente da promoção, se orienta mais às ações de detecção, controle e enfraquecimento dos fatores de risco” (BUSS, 2009, p. 37). Em suma, o discurso da promoção da saúde evidencia a preocupação com os Determinantes Sociais da Saúde<sup>20</sup> (DSS) para além do tratamento epidemiológico das doenças. Tal entendimento foi expresso no relatório final da VIII Conferência Nacional de Saúde:

Saúde é o resultante das condições de alimentação, habitação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse de terra e acesso aos serviços de saúde. É, assim, antes de tudo, o resultado das formas de organização social da produção, as quais podem gerar grandes desigualdades nos níveis de vida (MINAYO, 1992, p. 10).

Apesar da ênfase aos DSS, a importância da epidemiologia não deve ser descartada, inclusive nas bases do discurso da promoção da saúde. “O conhecimento epidemiológico é nuclear na conformação das práticas de saúde pública” (CZERESNIA, 2009, p. 54). O modelo biomédico, contudo, ainda que reconhecidamente fundamental no mapeamento de situações de doença, não dá conta, por si só, da complexidade e do conjunto de circunstâncias que envolvem a obtenção de um pleno estado de saúde.

<sup>20</sup> “As diversas definições de determinantes sociais de saúde (DSS) expressam, com maior ou menor nível de detalhe, o conceito atualmente bastante generalizado de que as condições de vida e trabalho dos indivíduos e de grupos da população estão relacionadas com sua situação de saúde. Para a Comissão Nacional sobre os Determinantes Sociais da Saúde (CNDSS), os DSS são os fatores sociais, econômicos, culturais, étnicos/raciais, psicológicos e comportamentais que influenciam a ocorrência de problemas de saúde e seus fatores de risco na população. A comissão homônima da Organização Mundial da Saúde (OMS) adota uma definição mais curta, segundo a qual os DSS são as condições sociais em que as pessoas vivem e trabalham”. (BUSS e PELLEGRINI FILHO, 2007, p. 78)

Embora com concepções epistemológicas diferentes, em uma época marcada pelo positivismo, tanto a promoção como a prevenção baseiam-se em premissas científicas para formularem suas bases, o que eleva o acirramento entre as propostas “porque as práticas em promoção, da mesma forma que as de prevenção, fazem uso do conhecimento científico [...] A ideia de promoção envolve a de fortalecimento da capacidade individual e coletiva para lidar com a multiplicidade dos condicionantes da saúde” (CZRESNIA, 2009, p. 51). É a partir dessa perspectiva da participação ativa do próprio indivíduo no cuidado com a saúde que as divergências entre prevenção e promoção se acentuam. Dentre as medidas de autocuidado propostas desde aquela época, hoje, o exercício físico é uma das principais atribuições, o que ajuda a compor a motivação “saúde”, expressa por parte dos corredores de rua que declaram aderir à prática em razão da busca por melhoria na qualidade de vida (ALBUQUERQUE *et al*, 2018).

Como reforço ao entendimento baseado na noção ampliada de saúde que vem sendo discutida neste tópico, Buss (2000) torna a lembrar que o conceito de promoção da saúde tem sido entendido desde meados da década de 1970 como “uma estratégia promissora para enfrentar múltiplos problemas de saúde que afetam as populações humanas e seus entornos no fim do século XX” (BUSS, 2000, p. 165). Em seu artigo publicado no início do novo milênio, o pesquisador amplia o entendimento sobre o termo promoção da saúde, aspecto fundamental para o surgimento do princípio do estilo de vida ativo, cujo aumento da prática da corrida de rua na perspectiva do autocuidado é uma consequência direta.

A promoção da saúde consiste nas atividades dirigidas à transformação dos comportamentos dos indivíduos, focando nos seus estilos de vida e localizando-os no seio das famílias e, no máximo, no ambiente das culturas da comunidade em que se encontram. Neste caso, os programas ou atividades de promoção da saúde tendem a concentrar-se em componentes educativos, primariamente relacionados com riscos comportamentais passíveis de mudanças, que estariam, pelo menos em parte, sob o controle dos próprios indivíduos. Por exemplo, o hábito de fumar, a dieta, as atividades físicas, a direção perigosa no trânsito. Nessa abordagem, fugiriam do âmbito da promoção da saúde todos os fatores que estivessem fora do controle dos indivíduos. (BUSS, 2000, p. 166)

Tais prescrições comportamentais listadas por Paulo Buss também são descritas por Oliveira (2009) como formas de exercício de poder exercido por determinadas instâncias sociais que ditam as regras de conduta prudentes por parte da população. “Se pensarmos nos dias de hoje, é um pouco como esse discurso tão incisivo nos meios de comunicação, do governo e de certas corporações profissionais para que você ande, faça exercícios, não beba, não fume, participe das atividades comunitárias (como voluntariado) etc” (OLIVEIRA, 2009, p. 393).

Acrescento: ‘desça do ônibus dois pontos antes do seu e ande 200 metros diariamente’, ‘prefira a escada ao elevador’, etc. O exercício do poder como fator legitimador de verdades discursivas que interessem ao ente dominante socialmente também é uma problematização levantada e longamente debatida por Foucault em sua trajetória. Devemos, portanto, observar essas características em nosso exercício analítico.

A partir de então, com base nesses discursos circulantes, a adesão à atividade física passou a ser uma das principais orientações para o fortalecimento de músculos, órgãos e sistemas fisiológicos. E a tal promessa de extensão da vida tornou-se uma prática prescritiva quase que de ordem médica, entendendo o poder simbólico exercido pelo discurso e papel da medicina na sociedade ao longo do século XX. “Com o avanço da idade, outras complicações ligadas ao coração podem ocorrer, como hipertensão e doenças coronarianas que afetam as artérias. [...] Para ambos os casos a atividade física é muito recomendada. Sobretudo a aeróbica, que condiciona o coração a trabalhar bem” (ATALLA, 2012, p. 64).

Em seu livro, o educador físico e consultor nutricional Márcio Atalla, criador do quadro Medida Certa<sup>21</sup>, no Fantástico, da TV Globo, lista ainda a caminhada, a corrida, a natação e o ciclismo como opções de atividades para o fortalecimento cardíaco – a exemplo do que Cooper já preconizara nos anos 70 –. Outros autores partilham da mesma concepção positivista de saúde: “a literatura especializada demonstra claramente os efeitos positivos do exercício físico em diversos parâmetros que afetam a saúde, a qualidade de vida e a longevidade” (PAULA, LOVISI e REBOREDO, 2014, p. 229). Todavia, embora acriticamente possa parecer mais vantajosa do que as ênfases prevencionistas, as estratégias de promoção, conforme temos debatido nesse tópico, ao delegar ao indivíduo a responsabilidade pelo cuidado de si tende a moralizar posturas e hábitos entre maus e bons, classificando os indivíduos com o potencial de culpabilizá-los. Luis David Castiel discorre sobre esse dilema em sua produção científica:

A ideia de promoção de saúde apresenta a potencialidade de veicular, mesmo implicitamente, posturas moralizantes de busca/manutenção de retidão, pureza, de evitação de máculas que corrompam o estado perfeito de saúde e o conceito de risco tal como produzido em parte considerável dos estudos epidemiológicos assume, notavelmente, esta função. (CASTIEL, 2003, p. 81)

Esse entendimento dos fatores epidemiológicos e do risco trazidos pelo conceito de promoção da saúde é fundamental para a compreensão do aspecto moral que passa a permear

---

<sup>21</sup> O Medida Certa é um show de realidade (*Reality Show*) criado em 2011 e veiculado no Fantástico, no qual o educador físico e orientador nutricional Márcio Atalla desafiava celebridades e anônimos a participarem de dinâmicas que envolviam mudança de hábitos alimentares e adoção de atividades físicas, objetivando perda de peso e melhoras de taxas fisiológicas em um determinado tempo, tendo geralmente como objetivo o alcance de metas pré-estabelecidas.

as práticas individuais de saúde a partir da segunda metade do século XX, classificando os sujeitos em normais e anormais, ativos e sedentários, responsáveis e desleixados, com e sem vergonha. Ou seja, naqueles que ‘mereciam’ ser acometidos por doenças ou males oriundos do chamado sedentarismo, por exemplo, e aqueles vítimas do acaso infortúnio, por serem indivíduos disciplinados e ainda assim sofrerem males e agravos entendíveis como evitáveis, com base nos discursos positivistas dos comportamentos seguros. “A forma como a epidemiologia dos fatores de risco aparece nos meios de comunicação é um tema relevante para a saúde pública” (VAZ, 2016, p. 1).

Na imprensa, também é no fim da década de 1960 – e especialmente durante os anos 70 e 80 – que a atividade física ganha forte relevância terapêutica em sua narrativa, como na análise que realizamos anteriormente, com as publicações do jornalista Armando Nogueira, em sua coluna, *Na grande área*. As publicações que destacamos a seguir, como citações diretas, foram realizadas em 1969 e 1972 e auxiliam na divulgação de descobertas científicas importantes sobre benefícios à saúde atrelados ao exercício físico e em seguida ao próprio método desenvolvido por Cooper. Segundo o colunista, no fim da década de sessenta, “os médicos perceberam a ligação entre inatividade física e doenças. O sangue em circulação tem de levar o oxigênio e elementos nutritivos às células do organismo, mas quando algo perturba esse fluxo – como a vida sedentária – o bem-estar diminui” (NOGUEIRA, 30/03/1969, p. 43).

A disseminação dessa informação na imprensa tenderia a projetar as recentes descobertas a um público maior e mais variado do que quando os estudos se limitavam à literatura científica. Em outras palavras, ao ganhar as páginas de jornais, bancas e praças públicas, o discurso de que atividade física e saúde poderiam caminhar juntas teve sua voz amplificada. Esse fato auxiliaria pouco depois a fortalecer o discurso da promoção da saúde e do autocuidado baseado em fatores de risco, utilizando-se inclusive de carga moral e subjetiva para tratar os indivíduos sedentários, como visto há pouco. Todavia, o discurso circulante da vida ativa como qualidade de vida, de fato, ia ganhando apelo e força no seio da sociedade. E a coluna de Armando Nogueira teve seu papel na popularização desse novo entendimento de saúde que emergia na segunda metade do século XX:

A falta de atividade física é um dos possíveis fatores que contribuem para a maior frequência da cardiopatia coronária em muitos países desenvolvidos... O exercício regular, sobretudo o exercício de resistência e duração que produz boa saúde e aumenta a capacidade cardiovascular, pode ter importância na prevenção de doenças arterioscleróticas (NOGUEIRA, 04/10/1972, p. 27)

Finalizando esse tópico de discussão, entendemos que as políticas públicas de saúde, a produção discursiva e atuação dos (e nos) meios de comunicação dessas estratégias nos anos

70 contribuíram para uma mudança de cultura e atenção de fatores de saúde, transferindo-os do estritamente biológico para aspectos sociais (PAIM, 2008). Ratificando o raciocínio que temos desenvolvido ao longo da pesquisa, essa mudança de paradigma, todavia, se por um lado amplia o entendimento de que a saúde possui uma série de determinantes sociais, por outro evidencia o aspecto individualizado do autocuidado. Logo, alguns pesquisadores debatem a eficácia da proposta no que tange a essa transferência de responsabilização do poder público ao indivíduo. A narrativa da promoção da saúde, na realidade, não exime totalmente os governantes de suas obrigações, mas de certa forma as atenuam ao redistribuir as responsabilidades de cada ator social, como advertem Castiel, Guilam e Ferreira:

A teoria do estilo de vida é extremamente compatível com a política econômica predominante, fundada no rígido ajuste fiscal. Assim sendo, políticas de saúde ‘pública’ que consistem em exortar os indivíduos a mudar seus comportamentos está muito mais para uma estratégia de proteção das instituições do que transformações nas condições de saúde da população. (CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010, p.70)

Na realidade, embora tenhamos tratado basicamente os dois movimentos de maneira dicotômica neste subcapítulo, a fim de debater conceitos, em nossa concepção a promoção e a prevenção podem – e devem – convergir e atuarem de forma conjunta, como ainda ocorre atualmente no cenário social e político. Afinal, apesar de a promoção da saúde ter se ampliado, o poder público não extinguiu ações preventivistas reconhecidamente importantes para a sociedade, como as campanhas de vacinação, para ser sucinto, como um exemplo emblemático. Portanto, o Estado, especialmente na figura do Ministério da Saúde, deve protagonizar iniciativas e gerar políticas públicas que aliem ações de prevenção e promoção no incentivo à prática de atividades físicas:

O papel da Atenção Básica diante das Doenças Crônicas Não Transmissíveis, por exemplo, é a prevenção e a promoção de um cuidado adequado capaz de resultar em diminuição das atuais taxas de morbidade e mortalidade decorrentes dessas doenças. Ações de incentivo a hábitos saudáveis são uma das estratégias do Ministério da Saúde para promover a saúde. Dentre essas as que têm indicações de serem prioridades dentro da Atenção Básica são: atividade física, alimentação saudável, controle do tabagismo e do alcoolismo (BRASIL, 2006). Nesse sentido, ações de prevenção envolvendo atividade física devem ser aplicadas neste contexto. (GOMES et. al., 2014, p. 22)

Mais uma vez notamos, entretanto, claramente o teor moralista com que os chamados desvios de condutas são abarcados no discurso do autocuidado. De toda forma, nesse movimento, a corrida de rua – ou o *jogging* – cresce como possibilidade de autocuidado nos principais centros do Brasil. As décadas seguintes à adoção do método de Cooper desdobram em outras reconfigurações, mas a produção discursiva do estilo de vida ativo segue presente no

cotidiano do brasileiro, sob a chancela da promoção da saúde. Ainda assim, a corrida de pedestres sofre questionamentos em termos de benefícios reais à saúde e passa por oscilações e disputas de sentido nas décadas seguintes, conforme abordaremos na sequência.

### 3.2. PARA O BEM OU PARA O MAL? A CONTROVÉRSIA DO MÉTODO COOPER NA MÍDIA E NA CIÊNCIA

“O mais importante de tudo é que a corrida pode ser praticada por pessoas de todas as idades, desde que tenham boas condições físicas, é claro” (*Jornal do Brasil*, 13/03/1988, p. 16). Seria a adoção da corrida e de outras atividades aeróbicas realmente uma prescrição tão clara e simples como o *Jornal do Brasil* e outros atores sociais pregavam nos idos de 1980? Essa naturalização da corrida de rua como uma prática acessível a todos com pequenas ressalvas – afinal, o que se considera ‘boas condições físicas’? –, deve ser problematizada, também, com relação à integridade física das pessoas que aderem ao hábito da corrida pretensamente como prática de saúde sem a orientação e preparação adequada, uma vez que o discurso acrítico sobre ela, via de regra, desconsidera os cuidados e preparações necessárias para sua realização. Recomendação essa feita pelo próprio Cooper, já em seu primeiro livro publicado no Brasil. Atualmente, autores contemporâneos também destacam as precauções necessárias à prática da atividade física – como acompanhamento profissional, evolução gradativa e regularidade –, apontando riscos e perigos da prática descontinuada:

Ser um atleta de fim de semana pode ser perigoso. Muitos acidentes cardíacos acontecem no sábado de manhã, no primeiro pique atrás da bola de futebol. Fazer um pouco de exercício é melhor que não fazer nada, claro. Mas é preciso tomar certas precauções. Começar devagar e tirar o corpo da inércia aos poucos é primordial. Respeitar os limites e não exagerar é igualmente importante. Fazer horas de atividade física em apenas um dia pode provocar lesões, processos inflamatórios nas articulações, dores musculares, torções ou complicações maiores (ATALLA, 2012, p. 37).

Apesar dessas ressalvas expostas, a adoção do método Cooper como uma alternativa individual de autocuidado foi expressa em diversas publicações na imprensa brasileira – e na sociedade – a partir da década de 1970. A edição de 2 de dezembro de 1971 do *Jornal do Brasil*, por exemplo, é emblemática para auxiliar na compreensão dessa concepção vigorante naquele período. A capa do Caderno B daquele exemplar é composta por duas manchetes que traduziam bem as expectativas em relação ao método Cooper. São elas: “A luta da vida mais longa” e “A busca da forma melhor”; na mesma página, há, ainda, uma outra nota com o título: “Saúde aos 94 anos”, contendo o seguinte trecho, baseado no relato de um praticante dos exercícios

prescritos como receita de saúde: “Seguindo o método de Cooper, as pessoas aumentam sua resistência física, trazendo benefícios para a própria saúde. Como explicou um dos adeptos. Durante os últimos seis meses tenho feito uma média de 30 pontos caminhando a pé. Durmo melhor, sinto-me melhor [...] e estou chegando aos 94 anos” (*Jornal do Brasil*, 02/12/1971, p. 1).

Logo, constata-se que a imprensa já relacionava a realização regular de exercícios físicos como componente para obtenção de saúde, juntamente com o crescimento do movimento sociopolítico da Reforma Sanitária Brasileira. A abordagem midiática já se pautava muito no sucesso do método desenvolvido por Kenneth Cooper, como demonstramos em citações e discussões anteriores. Na já mencionada edição do *Jornal do Brasil* daquele de 2 de dezembro de 71, a página inteira de capa do Caderno B incentivava a atividade física como uma medida para o prolongamento da vida. “Diminuir a curva da barriga e aumentar a reta da vida: nas mais diversas faixas de idade, homens e mulheres começam a perceber a importância da aptidão física, não só por questões estéticas, mas também, e, principalmente, por motivos de saúde” (*Jornal do Brasil*, 02/12/1971, p. 1). Outro exemplo dessa ocorrência se deu na edição de 24 de junho de 1972, quando mais uma vez o aspecto da corrida como elemento terapêutico foi destacado. A matéria intitulada “Adeptos do teste de Cooper sentem-se outros em 38 dias” continha as seguintes declarações:

Ninguém se queixa mais de fadiga nem dor muscular ou de cansaço ao subir escada; todos estão comendo e dormindo bem; muitos fizeram novas amizades nos breves intervalos de descanso, e não há um só que não se sinta fisicamente melhor 38 dias depois de iniciar, na praia de Copacabana, os exercícios pelo método Cooper [...] (*Jornal do Brasil*, 24/06/1972, p.5)

Em relação à maneira como o método desenvolvido pelo médico norte-americano se insere nas novas estratégias sanitárias nos anos 70, é importante ressaltar que embora houvesse o incentivo à prática de atividades físicas para melhoria da qualidade de vida, havia, também, a precaução, os cuidados e a enunciação do risco em relação à adesão à corrida ou caminhada nos casos em que não houvesse uma preparação e orientação adequadas. Ressalva que se faz presente nas obras do próprio criador do Cooper: “um dos mais sérios riscos, especialmente se esteve parado por muito tempo, é precipitar-se impetuosamente num programa de exercícios, convencido que pode acelerar o processo de condicionamento” (COOPER, 1970, p. 50).

Os perigos que a prática desassistida poderia representar até então estavam ocultos na imprensa e começariam a surgir ainda em 1972, curiosamente, na seção de carta dos leitores da edição matutina de 1º de julho – ou seja – um alerta emitido por um cidadão comum e que precede a produção desse enunciado de risco pelos próprios órgãos de imprensa em outras

publicações, como veremos nas citações a seguir. A imprensa e a sociedade brasileira intensificariam, a partir de então, o debate sobre a controvérsia em relação à eficácia e segurança do método até então superestimado. O longo relato, com advertências e ponderações, foi feito no jornal *O Globo* por parte de um leitor que assinou o texto-denúncia como Lauro Lemos. Primeiramente, ele põe em xeque a real influência de Cooper na adesão à corrida e à caminhada no Rio de Janeiro. Depois, vai muito além e questiona o incentivo aos exercícios sem que se evidencie a necessidade de preparo e orientação adequada para que as atividades possam ser realizadas de forma segura, destacando reais perigos que a prática poderia representar. Na sequência, destacamos alguns trechos da longa e contundente carta publicada pelo jornal.

Tenho lido na imprensa as mais elogiosas referências à “recente” prática do método Cooper em Copacabana, salientando-se num dos artigos os seus inegáveis benefícios à saúde corporal, tais como: desaparecimento de dores musculares, do cansaço, da fadiga [...] em primeiro lugar aquela prática não é recente e sim bem antiga, como podem atestar os que frequentam aquela praia geralmente das 6 às 7 horas da manhã. Há muitos anos, aficionados do exercício físico à beira-mar costumam fazer suas caminhadas ou corridas, conforme o caso, sendo de salientar, como exemplo, um grupo de quatro senhores que, há cerca de 18 anos, sob a liderança de um General-Médico com mais de 70 anos caminha diariamente do posto 6 ao 0 e volta na mesma marcha. [...] Há outro aspecto muito sério a ser salientado a propósito. Muitos correm e outros andam. Ambos os exercícios são de fato recomendáveis, inclusive pelo Cooper. Entretanto, é preciso saber quando é recomendado o exercício correndo e quando é recomendável o exercício andando [...] creio que ninguém deveria se aventurar a tais exercícios pelo simples entusiasmo. (*O Globo*, 01/07/1972, p. 2)

O leitor em questão encerra a carta relatando o caso trágico de um amigo que falecera praticando a corrida, supostamente incentivado pelo método Cooper. Em tom denunciativo, ele narra o fato de que o atestado de óbito apontou uma cardiopatia segundo a qual o portador deveria apenas caminhar, sendo impossibilitado de correr, caso tivesse ciência de tal diagnóstico.

[...] exemplifico: recentemente perdi um compadre e amigo dileto que praticava o Cooper corrido, da praia do Flamengo em direção à Cinelândia. Caiu fulminado por um colapso cardíaco. Depois, ao ler o atestado do óbito, verifiquei na causa mortis: arteriosclerose e coronaroesclerose. Ora, na sua idade (68 anos) e sofrendo de tão graves doenças, só poderia praticar o Cooper andando, e assim mesmo, só a conselho médico (*O Globo*, 01/07/1972, p. 2)

A denúncia feita nas páginas de *O Globo* no dia 1º de julho daquele ano parece ter gerado uma espécie de efeito catalisador no jornal e na sequência uma série de matérias negativas sobre o método, outrora um aliado certo na prevenção de doenças crônicas e na promoção da saúde, passaram a ser veiculadas em suas edições. No *Jornal do Brasil*, entretanto, no mesmo período o método volta a ser mencionado ainda como uma prática acima de qualquer

controvérsia ou suspeita. E em 9 de julho o cuidado com a preparação física como hábito de saúde tornou a ser enfatizado em suas páginas.

A forma física é hoje uma preocupação inegável em certa parcela da população carioca. Basta ver as praias de manhã bem cedo, transformadas em ginásios abertos onde se pratica do Método Cooper à ginástica localizada. É como se de repente homens e mulheres, entre 25 e 70 anos, que jamais se dedicaram a uma atividade esportiva, descobrissem o valor dos exercícios físicos. (*Jornal do Brasil*, 09/07/1972, p.9)

Novamente em *O Globo*, na edição do dia 19 de julho de 1972, uma nova matéria publicada na página 10 da seção geral do jornal questionava o método de forma mais estruturada, em uma entrevista com um especialista, o cardiologista Alberto Benchimol, diretor do Instituto de Diagnósticos e Pesquisas Cardiológicas do *Good Samaritan Hospital* em um texto com a chamada: “Método de Cooper aos 40 anos pode causar enfarte, diz médico”. (*O Globo*, 19/07/1972, p. 10):

Impressionado com o que viu na Praia de Copacabana, onde pessoas maduras correm ofegantes, praticando o Método de Cooper, o cardiologista brasileiro Alberto Benchimol [...] disse que “da maneira como está sendo exercitado não serve para nada, pois requer um esforço exagerado. Tornando-o sumariamente perigoso para pessoas de meia idade e pode provocar um enfarte [...] O dr. Alberto Benchimol, que vive há 10 anos nos Estados Unidos [...] se mostrava mais surpreso ainda com a popularidade do Método de Cooper no Brasil, que ele diz ser desconhecido nos Estados Unidos (*O Globo*, 19/07/1972, p. 10).

O jornal volta a oferecer uma visão contraditória ao método de Cooper em sua edição do dia 20 de julho de 1972, ao publicar a matéria “Os ‘Coopermaníacos’ continuam correndo de manhã em Copacabana” (*O Globo*, 20/07/1972, p. 13). A reportagem torna a dar voz ao Dr. Benchimol e suas contraindicações ao método, todavia, vocaliza também outros depoimentos favoráveis e contrários à prática. E traz esses testemunhos, os quais destacamos alguns trechos para a discussão.

O General da Reserva Oswaldo Friederich, 65 anos, afirma que pratica o método de Cooper há um ano e como professor de ginástica atesta sua validade científica: - O Dr. Alberto não deve conhecer o teste. Pessoas de qualquer idade podem fazê-lo sem risco algum desde que antes tenham feito um “*check up*” completo. [...] – Realmente até agora eu só conhecia o teste pela divulgação da imprensa. Mas fui motivada pela necessidade de melhorar meu estado físico – já que ainda não tenho tempo para procurar uma academia de ginástica [Maria Cândido Galvão dos Santos, psicóloga] [...] – Comecei há três anos e naquela época isso não estava em moda como agora. Nunca sentiu nada, pelo contrário, sinto-me cada vez melhor. É a opinião do sargento reformado “Leão”, de 55 anos[...] Já o Sr. José Stig, 56 anos, aposentado, lembra que há pouco tempo morreram dois senhores na Barra da Tijuca, ao praticarem Cooper. – Acho que o médico tem razão: o teste é perigoso para pessoas idosas, mas se for feito dentro das tabelas e com observação médica, traz benefícios. O Sr. David Cheniao, 78 anos faz caminhadas e exercícios há um ano, agora de acordo com as tabelas “Cooper” para sua idade, e considera

essa ginástica responsável pelo fato de sua tremedeira ter desaparecido. Para ele, a orientação médica é desnecessária (*O Globo*, 20/07/1972, p. 13).

Logo no dia seguinte à publicação polifônica, no conceito bakhtiniano<sup>22</sup>, *O Globo* volta a dar grande destaque para o Método Cooper ao destiná-lo uma página inteira, na edição de 21 de julho daquele ano. O consenso, assim como nos dias anteriores, passou longe das páginas do jornal. As chamadas da edição foram: “Para mineiro quem corre cansa e assim Cooper está errado” (*O Globo* 21/07/1972, p. 12) e “Entre o enfarte e o bom senso e Cooper: risco não é o método, mas o exagero” (*O Globo* 21/07/1972, p. 12). Na primeira delas, o médico norte-americano é novamente posto em xeque. “O especialista mineiro em Bioquímica da Nutrição, José Roiz, autor de três livros sobre dietas, prejuízos do cigarro e gorduras e exercício físico está condenando o Método Cooper pelo fato dele se basear principalmente na corrida, considerada pelo especialista um excesso que provoca o envelhecimento” (*O Globo*, 21/07/1972, p. 12). Já a nota intitulada “Entre o enfarte e o bom senso” reforça o alerta para a incerteza de momento sobre benefícios ou prejuízos da corrida.

A matéria está sob controvérsia, mas tenha ou não tenha toda a razão, o recém-chegado cardiologista, há pelo menos um ponto que escapa a qualquer dúvida: entre o método de Cooper aplicado a atletas e gente jovem e o acessível a quem não cultiva sequer o hábito de andar a pé, ou já passou dos verdes anos, impõe-se uma grande diferença de dosagem. (*O Globo*, 21/07/1972, p. 12)

Por fim, a matéria que divide a página com as outras duas é a maior em termos de caracteres, ocupa duas colunas e também enfatiza a noção de risco em sua composição textual. Nela, uma série de profissionais da saúde e da educação física debatem sobre conceitos, condições, riscos e benefícios do método. Um dos principais interlocutores na matéria é justamente Cláudio Coutinho, que defende o método de seu amigo particular, adotado por ele na Copa do Mundo do México dois anos antes, mas reproduz o discurso moderado da cautela ao fazê-lo.

Cardiologistas e preparadores físicos cariocas e o supervisor da Comissão Técnica da Seleção Brasileira acham que o professor Alberto Benchimol [...] tem certa razão ao afirmar que o Método de Cooper oferece perigo para as pessoas mais maduras. Mas defendem sua prática, desde que dentro do programa preconizado pelo professor Kenneth Cooper, o que, segundo lhes parece, não está acontecendo. Segunda-feira o Capitão Claudio Coutinho fará uma palestra sobre o assunto, na Escola de Educação Física do Exército e está convidando todos os cardiologistas, inclusive Dr. Alberto Benchimol, se ainda

<sup>22</sup> Em linguística, polifonia é, segundo Mikhail Bakhtin, a presença de outros textos dentro de um texto, causada pela inserção do autor num contexto que já inclui previamente textos anteriores que lhe inspiram ou influenciam. “Assim, para Bakhtin, a polifonia é parte essencial de toda enunciação, já que em um mesmo texto ocorrem diferentes vozes que se expressam, e que todo discurso é formado por diversos discursos” (PIRES e TAMANINI-ADAMES, 2010, p.1). “Ou seja, a polifonia é o elemento que harmoniza a diversidade de vozes independentes produzindo diferentes efeitos de sentidos repercutindo múltiplas ideologias” (SOERENSEN, 2005, p. 3)

estiver no Brasil, para assisti-la. Vai ser 10h30, com projeção de filmes e slides feitos nos Estados Unidos. (*O Globo*, 21/07/1972, p. 12)

A polêmica perdura nas próximas edições. Manchetes como “Médico acha perigoso o ‘Cooper’ sem orientação” (*O Globo*, 22/07/1972, p. 3). “Teste de Cooper é uma coisa, método é outra” (*O Globo*, 25/07/1972, p.12) e “Cooper é bom, mas tem de ser feito com orientação” (*O Globo*, 02/08/1972, p. 12) foram outras abordagens realizadas em intervalos próximos. Entre essas datas, no dia 27, a manchete da página 25 do jornal com sede no Rio de Janeiro e de veiculação nacional estampava a frase: “Médicos apoiam a campanha do Governo contra o enfarte”. À época, por ocasião do anúncio de uma campanha de prevenção ao enfarte, promovida pelo governo federal, o jornal aproveitou-se da realização do *VIII Congresso Internacional de Angiologia* e ouviu alguns especialistas. Ao abordar o método Cooper na reportagem, o próprio desenvolvedor falou ao jornal.

[Cooper] acha recomendável e benéfica a prática de exercícios físicos para pessoas de qualquer idade como meio de evitar os males de uma vida sedentária, mas condena o uso sem critério do método de Cooper. Segundo afirmou, esteve em Copacabana e constatou que a prática do exercício vem sendo feita sem os cuidados de dosagem do esforço físico, notadamente para pessoas acima de 50 anos de idade. (*O Globo*, 27/07/1972, p. 25)

No mesmo dia dessa reportagem do *O Globo*, o *Jornal dos Sports* também deu voz ao doutor Benchimol, em sua edição diária. A matéria intitulada “Uma opinião médica: calma com Cooper” (*Jornal dos Sports*, 27/07/1972, p. 8) contém um alerta do cardiologista brasileiro radicado nos Estados Unidos em relação aos cuidados prévios necessários para adoção da atividade física, como testes específicos e avançados capazes de detectarem eventuais problemas cardíacos. “Acontece que aqui no Brasil nenhum exame médico está sendo feito pelos adeptos do Método de Cooper. E daí a preocupação do Dr. Alberto Benchimol, que desaconselha exercícios muito puxados para pessoas que não tenham condições físicas necessárias” (*Jornal dos Sports*, 27/07/1972, p. 8).

Evidências do risco também permeiam a narrativa, como observamos em diversas ocasiões, muitas já descritas anteriormente, como na página 1 da edição de 4 de agosto de 1972, cujo título já denota o tom alarmista: “Quem faz o Cooper não fez eletro”. A reportagem relata que ao entrevistar corredores na praia, apenas um em 20 havia feito exames adequados. Ainda na esteira das controvérsias, destacamos uma nova matéria de *O Globo* publicada no dia 8 de agosto que a despeito de todo o conteúdo negativo publicado dias antes sobre o método, tem a seguinte chamada: “Médico: teste de Cooper também é bom para o pulmão”. E prossegue: “O Método de Cooper é bom não apenas para o coração, mas também para os pulmões – disse

ontem o professor Aloisio de Paula, catedrático da Faculdade de Ciências Médicas da UEG, acrescentando que, de um modo geral, todo exercício físico moderado faz bem à saúde” (*O Globo*, 08/08/1972, p. 12).

Tal discussão extrapola a década de 1970 e adentra os anos 80, também com a publicação de reportagens favoráveis e contrárias ao método enquanto instrumento benéfico ou de risco para a saúde. As contradições acerca de sua recomendação ou veto refletiam o grau de incerteza que pautava a imprensa em relação à segurança da prática, a partir da ocorrência e divulgação de maus súbitos e óbitos durante exercícios aeróbicos, como a corrida, ou logo após seu término, situação que posteriormente foi tratada até mesmo pelo próprio Cooper. A imprensa dos anos 70/80, por sua vez, enquanto formadora de opinião, ainda não conseguia entrar em um consenso acerca dessa temática, pelas razões explicitadas, como pode-se perceber nos trechos de reportagens já destacados e como os exemplos listados a seguir: “Enquanto a alta classe média nutre a crença mística de que a capacidade de correr (cooper, *jogging*, etc) ou realizar longas caminhadas protege as artérias coronárias, a grande maioria da classe média intermediária acredita que severos esforços físicos são prejudiciais” (*Manchete*, 27/06/1981, p. 78). Embora a reportagem da *Manchete* tenha dividido os crentes e os céticos em relação aos exercícios aeróbicos pela classe social, outros jornais aprofundam os contrapontos existentes para outras esferas.

A qualquer hora do dia ou da noite, a gente cruza com um corredor ou grupos de corredores pelas ruas da Ilha. A corrida de rua se tornou realmente a grande mania em todos os bairros. Mas os registros de alguns problemas cardíacos com os nossos corredores já começaram a aparecer. O professor Geraldo César Barbosa, coordenador de Educação Física do Colégio Brigadeiro Newton Braga e responsável pelo Projeto de Condicionamento Físico da Associação Cristã de Moços, está assustado com o grande número de pessoas correndo sem qualquer orientação médica. Para Geraldo correr exige alguns cuidados básicos para que não se torne uma atividade prejudicial. E segundo o professor da ACM e do Newton Braga, a maioria não está tendo nenhum cuidado. Quer apenas correr (*O Globo*, 05/09/1982, p. 5).

A fonte consultada pelo jornal *O Globo*, o professor Geraldo César Barbosa, seria mais incisiva em sua crítica relatada ao mesmo jornal apenas 14 dias após a reportagem que citara seu nome pela primeira vez e na nova entrevista indicou dez passos seguros para os adeptos da corrida em uma matéria intitulada “Corra, mas não morra. É o conselho do professor Geraldo”. A chamada, que também inspira o título dessa dissertação, foi encontrada outras duas vezes além dessa durante a leitura exploratória da pesquisa. Ambas as outras na revista *Manchete*, também na década de 1980. Curiosidade à parte, vejamos o que aquela edição de *O Globo* preconizava acerca dos riscos da corrida:

Atenção, adultos com mais de 30 anos. Não corram sem orientação médica, ou de alguém especializado no assunto. Pode ser arriscado. A corrida desorientada pode causar infarte, derrame ou síncope. A recomendação é do professor Geraldo César Barbosa, formado há 22 anos em Educação Física e atualmente o coordenador do setor aquático e do condicionamento físico de adultos da Associação Cristão de Moços (ACM) da Ilha. [...] – Aqui na Ilha cresceu muito o número de adeptos da corrida – diz o professor César – mas tem muita gente correndo sem qualquer orientação, isto é, corre porque ouviu alguém falar que é bom para a saúde. De qualquer forma, segundo o professor César, o leigo pode correr, desde que siga algumas regras (*O Globo*, 19/09/1982, p. 9).

Anos depois, o mesmo jornal tornaria a alternar em diversas de suas reportagens aspectos positivos em relação à corrida e em outros momentos adotava novamente um tom moderado, conforme a fonte consultada ou direcionamento da matéria o guiasse. Exemplo disso, a edição de 18 de maio de 1984 do *O Globo* (p.1) apresenta a chamada: “Para manter a forma a saudável corrida pelas ruas da Penha”. Observemos que nesse caso a corrida é diretamente atribuída como prática saudável, descolando-se de outros discursos mais conservadores já evocados pelo veículo de comunicação. Ainda no fim da década de 1970, em 79, o jornal abordou uma problematização que excedia a preocupação com aspectos fisiológicos: “Correr pode ser um exercício muito saudável. Ou então um vício” (*O Globo*, 10/03/1979, p. 37). A matéria alertava para o perigo da obsessão gerada pela corrida que poderia atrapalhar a vida e compromisso social dos adeptos que exagerassem no entusiasmo: “Para esses *joggers* a corrida torna-se uma verdadeira obsessão e isso acarreta consequências profundamente negativas. Eles acabam por colocar em segundo plano suas atividades profissionais e por esquecer-se de suas famílias, deixando com que seu programa de exercícios se torne um fim em si mesmo” (*O Globo*, 10/03/1979, p. 37).

No *Jornal do Brasil*, analisando o mesmo período, observamos a mesma tendência de contradição entre as narrativas investigadas. Em uma edição de 1980, a coluna *Campo Neutro*, assinada por José Ignácio Werneck, revelou uma importante quebra de paradigma que o método de Cooper trouxera à sociedade brasileira – e mundial – em relação à prescrição de atividade física. Na ocasião, o colunista respondeu uma carta do leitor Aluísio Trindade Afonso, que não havia se saído bem no teste de Cooper e apresentava dúvida se deveria de fato aderir aos exercícios como prática terapêutica ou se deveria poupar-se do esforço físico, tendo em vista que até pouco tempo as orientações eram outras.

A preocupação de Aluísio é lógica, refletindo um fenômeno não apenas brasileiro como mundial, a partir do momento em que as autoridades médicas começaram a alertar para a correlação entre vida sedentária e mortalidade por problemas cardíacos. Há 20 ou 30 anos, ao menor sinal de problema cardíaco,

os médicos recomendavam ao paciente repouso absoluto (WERNECK, 22/6/1980, p. 41)

Em uma publicação veiculada no ano de 1983, o fisioterapeuta e humorista Paulo Cintura, escreveu ao jornal com críticas e ponderações ao método Cooper, que chamou de modismo:

Mas o modismo mais prejudicial quando mal praticado é o Cooper. Cintura aconselha que, antes de correr, a pessoa se submeta a um exame clínico e a uma prova de esforço, dando atenção especial também ao tipo de tênis escolhido, ao solo aonde vai correr, ao método de corrida. Para isto, a melhor alternativa é procurar um professor de ginástica. Uma corrida mal feita pode, em muitos casos, acelerar um processo de artrose ou forçar demais o coração, não trazendo nenhum benefício ao organismo (*Jornal do Brasil*, 27/03/1983, p. 9).

Essa advertência em relação à corrida, como espécie de receituário de práticas de saúde, passou a ser comum nas reportagens dos jornais. Muitas quando mencionavam a atividade aeróbica realizavam uma série de observações e direcionamentos do que fazer, assemelhando-se a um tutorial. Basicamente, as orientações eram consultar um especialista, aquecer previamente e parar a atividade física de forma gradativa, além de não sobrecarregar o organismo. Ao longo da década, era comum encontrar notícias, notas e matérias que prescreviam a corrida ou que listavam as condições em que ela poderia ser feita. “Não corra sem checar o coração”, advertia reportagem da revista *Manchete* de 15 de janeiro de 1983, repleta de conceitos médicos e análises fisiológicas.

No Aterro do Flamengo um homem de 60 anos morreu subitamente quando praticava Cooper. Em São Paulo, Adélio Caracik, 22 anos foi vítima de uma parada cardíaca fatal quando corria no Parque do Ibirapuera. “São casos conhecidos por terem ocorrido em locais públicos”, diz o Dr. Célio Cotechia. “Muitas pessoas morrem ao voltar para casa, após um teste de Cooper. Deviam antes ter se submetido a um exame clínico para saberem se, correndo, ganhariam a morte em lugar da saúde” [...] “Correr é uma inesgotável fonte de saúde”, esclarece o Tenente-Coronel Carmerino, da Escola de Educação Física do Exército. Ele, ao lado de Cláudio Coutinho, participou do condicionamento físico dos craques brasileiros na Copa de 70, no México. Na época, o teste de Cooper também ganhou seu quinhão de glórias na vitória nacional. Carmerino afirma que “os riscos no teste de Cooper só começam naqueles que ultrapassam a barreira dos 35 anos. Mas em quem tiver idade menor e for portador de qualquer lesão cardíaca, a corrida predispõe a graves problemas médicos. Mesmo os menores de 30 anos, adeptos dos exercícios aeróbicos (corridas), devem fazer exames médicos minuciosos que incluem o teste de esteira”. Esta também é a opinião do Dr. Lídio Toledo, ex-médico da Seleção Brasileira. No momento, de cada 200 brasileiros, um está praticando o teste de Cooper. Apenas dois por cento desse total tomam providências cautelosas antes de se lançarem às carreiras pelos calçadões as Zona Sul do Rio, pelas alamedas do Parque do Ibirapuera, em São Paulo, ou as da Pampulha em Belo Horizonte. (*Manchete*, 15/01/1983, p. 121)

A denúncia feita pela revista ocorreu enquanto a reportagem também comprovava a popularização do hábito de correr na rua em diversas capitais brasileiras e alertava para o fato de que pouquíssimos adeptos estariam de fato cuidando de suas respectivas saúdes, prevenindo-se de lesões e maus súbitos na prática do exercício. O que temos chamado de receituário prescritivo da corrida aparece em outras edições da mesma revista, além de outros veículos de comunicação. “ – Antes de correr é preciso saber correr –, ensina Cooper, impressionado com a quantidade de praticantes do método que leva o seu nome, em todas as áreas disponíveis no Rio e em São Paulo onde esteve” (*Manchete*, 09/10/1982, p. 143). O inventor do método que expandiu a corrida de rua no Brasil e em várias partes do mundo prosseguiu com sua avaliação na revista, destacando inclusive os limites do exercício. “ Tem muita gente que pensa que basta correr para adquirir uma boa forma física. Alguns cuidados são necessários. Por exemplo, quem já ultrapassou a casa dos 40 anos não deve tentar nunca ser um atleta. Deve correr para estar bem” (*Manchete*, 09/10/1982, p. 143). Na sequência, prossegue ainda aconselhando executivos submetidos a grandes pressões em suas rotinas a correrem à noite e desmitifica o uso de roupas sobressalentes para maior transpiração como conduta útil para acelerar a queima de calorias: “vivendo num país de clima tropical na grande maioria de sua região, Cooper desaconselha a utilização de trajes de lã ou plástico para correr. O traje ideal é um calção poroso, uma camiseta e um bom tênis que não prejudique os pés, antes sirva de base para um bom desempenho na corrida” (*Manchete*, 09/10/1982, p. 143).

A consulta a especialistas – geralmente médicos ou educadores físicos –, é uma prática constante nas matérias jornalísticas que abordam a corrida como prática de vida ativa relacionada à saúde. E os especialistas consultados como fontes nos jornais colaboravam para os discursos contraditórios e ajudavam a refletir a incerteza que pairava na sociedade sobre a balança entre benefícios e malefícios da corrida de rua enquanto exercício físico. Em uma dessas reportagens, em 1983, a revista *Manchete* alerta para os atletas que estariam retomando as atividades físicas “Para quem recomeça, os cuidados devem ser ainda mais redobrados” (*Manchete*, 23/04/1983, p. 70). A advertência referia-se ao fato de que muitos ex-praticantes intencionavam voltar aos exercícios no mesmo ritmo que o haviam interrompido, o que era desaconselhado pelos especialistas. “Quem já praticou ginástica e interrompeu suas atividades esportivas deve voltar devagar” (*Manchete*, 23/04/1983, p. 70), aconselha o Dr. Hélio Blanco Torres, o médico da vez procurado pelo veículo de imprensa para debater o assunto naquela ocasião. Na base do receituário há de tudo, inclusive, manuais normatizadores que beiravam as cartilhas de autoajuda, na imprensa brasileira, em publicações contendo chamadas do tipo: “Em sete meses a boa forma para a Maratona” (*Jornal do Brasil*, 28/12/1980, p.7); “Uma receita do

Dr. Cooper” (*O Globo*, 22/09/1982, p. 21) “Nas livrarias ‘best-sellers’ ensinam a ficar saudáveis em poucas lições” (*O Globo*, 21/02/1982, p. 18).

Em fevereiro de 1980, José Werneck tornou a pautar o método de Cooper em sua coluna no *Jornal do Brasil* e transcreveu trechos de uma entrevista do médico norte-americano, defendendo sua metodologia de treinos e exercícios, apesar dos reveses que já eram registrados na imprensa em relação à corrida. Para tal, Cooper utilizara argumentos contundentes, sugerindo que o número de óbitos seria maior se todos permanecessem sedentários e indiferentes a suas descobertas científicas:

Mas no momento em que alguns discutem a conveniência ou não da corrida e a possível relação das mesmas com os ataques cardíacos, é oportuno citar alguns dados que recolho de uma entrevista de Kenneth Cooper à revista norte-americana *Runner's World*. O repórter convidara-o a analisar os dados relativos à morte de 18 corredores nos últimos anos, em consequências de ataque de coração. Cooper contudo salienta, com propriedade que a verdadeira indagação deveria ser: quantas pessoas não estariam vivas hoje se não tivessem começado a correr? Pois a verdade é que a estatística mostra um decréscimo de 27% nas mortes por ataque cardíaco nos Estados Unidos a partir de 1968. E não se pode ignorar a relação com o fato de que, naquele ano, cem mil pessoas praticavam o jogging no país, enquanto o número de hoje [1980] se eleva a mais de 25 milhões. Então, como diz Cooper, há hoje nos Estados Unidos 164 mil pessoas que deveriam ter morrido do coração no ano passado e não morreram. (WERNECK, 26/2/1980, p. 33)

Ainda nos anos 80, o *Jornal do Brasil* passou a publicar uma coluna denominada *Esporte e Saúde*, assinada pelo médico cardiologista do Exército Brasileiro, Paulo Pegado. A seção em si já sinalizava a consolidação da junção entre os dois campos das palavras que compõem seu título. Durante a pesquisa, identificamos uma edição em que a coluna repercutiu uma carta de leitor em contraponto a uma crítica que havia sido publicada naquela semana pelo Estado de Minas (08/08/1985, p.5) e em dezembro de 1986 vocaliza ponderações e orientações sobre condições mais favoráveis à corrida ou caminhada. A forma com que a corrida e demais exercícios eram tratados na coluna, por um médico cardiologista, mantinha de fato um tom de consultoria, um tipo de ambulatório coletivo nas páginas dos jornais, sacramentando, na percepção social da época, o casamento entre atividade física e saúde. Essa conduta no estilo ‘balcão médico’ era explicitada, também, em outras abordagens feitas pela imprensa. E, dessa forma, o caráter disciplinar-normativo se materializava de forma cada vez mais clara no discurso meritocrata da boa saúde como consequência da boa forma física:

Arnon [personagem da matéria], hoje, sente-se fisicamente melhor do que em anos anteriores. Tem mais consciência da importância da saúde e se cuida. Evita refeições pesadas, gordurosas (“Se me convidam para uma feijoada, vou pelos amigos e não pela comida”) e faz cooper nas ruas tranquilas de São Conrado, onde vive há 10 anos (“ainda nem se falava nessa palavra quando

comecei a correr”). Acorda todos os dias às sete horas. Corre em jejum cinco quilômetros e depois toma um suco de frutas. Troca os cigarros pelo chiclete e a batida por um vinho branco. Assim, mantém a saúde e o peso (*Jornal do Brasil*, 07/03/1982, p.4)

Como já dito e visto em diversas amostras coletadas em revistas e jornais analisados, a corrida ainda poderia ser preconizada como prática de saúde, desde que regrada e cumprindo-se determinados protocolos, mas ainda nota-se um certo conflito entre os discursos circulantes. Portanto, não havia mais um consenso na imprensa daquela época e após um predomínio da aceitação acrítica de seus benefícios para melhora no que passou a se chamar qualidade de vida, ainda no início da década de 1970, os questionamentos surgiram e foram ganhando consistência com o passar dos anos. As primeiras disputas de sentido originavam-se nesse debate dicotômico, do ‘bem’ contra o ‘mal’. Afinal, a corrida e o hábito de exercitar-se regularmente poderia prejudicar a saúde ao invés de revigorá-la? Fato é que não só a imprensa, mas também a comunidade científica, passara a questionar a fórmula desenvolvida por Cooper. “Mas apesar da noção bastante divulgada de que os exercícios físicos acrescentam mais alguns anos à sua vida, não há provas seguras disso. O envelhecimento biológico é uma realidade [...]” (SOLOMON, 1991, p. 43). E dessa forma, desdobraremos as discussões acerca das controvérsias e do contraditório do Cooper, por meio de seus principais opositores científicos.

### **3.2.1. Henry Solomon *versus* Kenneth Cooper: o método em xeque na literatura científica**

O aspecto científico que embasava as alegações de Cooper – sobre a exaustão física ser convertida em fortalecimento do sistema circulatório, prevenindo doenças crônicas não transmissíveis, e, por consequência, acarretando promessas de prolongamento da vida –, também foi evocado por outros médicos e cientistas que se opunham a seu método. Assim como o também médico cardiologista Alberto Benchimol ganhou destaque na imprensa ao contrapor-se aos estudos de Kenneth Cooper, na década de 1970, no campo da literatura científica o mentor de Cláudio Coutinho também ganhava oposições consistentes de outros colegas de profissão. Henry A. Solomon foi um dos autores que publicou obras com o intuito de desmitificar as benesses atribuídas aos exercícios aeróbicos e fez com que Cooper precisasse rever e reforçar a defesa de seus argumentos. A obra *O mito do Exercício*, lançada em solo norte-americano em 1984 e que chegou ao Brasil no início dos anos 90 (1991) é uma das principais publicações que contrapõem os estudos de Cooper, sobre a qual nos debruçaremos nas próximas páginas.

Já na década de oitenta, a força persuasiva da pregação aeróbica começa a declinar. Lesões, traumas, estresse, uso de drogas para aliviar a dor ou aumentar o rendimento, mortes súbitas deram visibilidades aos ‘efeitos colaterais’ desse movimento físico-sanitário e se tornaram alvo preferencial das críticas provenientes de certos setores do campo médico. (FRAGA, 2006, p. 106-107)

Em meados da década de 1980, antes mesmo de seu livro ser traduzido para português e passar a circular no Brasil, o nome do professor de Cardiologia da Universidade de Medicina de Cornell, nos Estados Unidos, começara a ser veiculado e conhecido pelas páginas da imprensa brasileira. A edição do jornal *O Globo* de 2 de março de 1986 sentenciou em uma de suas manchetes o que até então tratava-se sem consenso: “Ciência conclui que o exercício melhor é andar” (*O Globo*, 02/03/1986, p. 26). A matéria discutia a melhor forma aeróbica de obtenção de saúde e ouviu Henry Solomon como única fonte ao descrever as vantagens da caminhada em relação a outras modalidades de exercício aeróbico. “Correr pode não ser bom para os pés. Andar de bicicleta pode fazer mal aos joelhos. Nadar é ótimo, mas nem todos podem praticar esse esporte o tempo necessário para ficar em boa forma. Então o que sobra? Caminhar” (*O Globo*, 02/03/1986, p. 26). O médico cardiologista utilizou o próprio exemplo pessoal para afirmar que apenas caminhar cerca de 2,5 quilômetros por dia seria o ideal para manutenção da forma física, alegando ainda que alguém pode ser capaz de correr uma maratona mesmo com artérias entupidas e que ninguém precisaria se sacrificar ao extremo para ficar em forma, em clara alusão aos preceitos de Cooper, ainda que o mesmo não seja citado na reportagem.

Solomon expressa esse raciocínio em seu livro, ao afirmar que aqueles que praticam a corrida de rua sob a prescrição da prática de exercícios vigorosos para preservação da saúde seriam “os representantes de todos aqueles que compraram a ideia errada de que o esforço extenuante promove a saúde e a longevidade. Buscam um objetivo inatingível. São as vítimas do mito do exercício”. (SOLOMON, 1991, p. 9). Esse embate científico-sanitário oitentista foi observado, descrito e analisado pelo pesquisador da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Alex Branco Fraga. Segundo ele, o livro publicado pelo cardiologista nova-iorquino desvinculava a exclusividade da prática de exercícios físicos predominantemente aeróbicos como a precaução suficiente para garantir proteção contra as enfermidades cardíacas. (FRAGA, 2006). O educador físico descreve ainda outros fatores que corroboraram com o desgaste do método perante a opinião pública, dentre eles, um dos principais, a morte de James Fixx, um grande entusiasta dos exercícios aeróbicos – especialmente da corrida – ocorrida durante a prática de sua rotina de exercícios:

Além destas e outras críticas oriundas do campo médico, um episódio ocorrido no mesmo ano em que Solomon publica seu livro, desestabilizou ainda mais a imagem positiva construída em torno da relação exercício físico e saúde. Em 20 de julho de 1984, James Fixx (popularmente conhecido como Jim Fixx), autor do livro ‘Guia completo de corridas’ *best seller* que ficou entre 1977 e 1981 no topo da lista dos mais vendidos nos EUA, morreu fulminado por um ataque cardíaco durante uma de suas habituais corridas. A notícia ‘correu o mundo’, as manchetes da época davam conta da dimensão do impacto no imaginário popular americano: Como pôde um homem jovem, que se exercitava regularmente e que pregava os benefícios de uma vida sã sair para uma corrida de fim de tarde, por uma estrada rural em Vermont, e cair morto? (FRAGA, 2006, p. 107)

Solomon foi taxativo em buscar a desvinculação entre condicionamento físico e saúde em sua obra, visando especialmente reverter os efeitos dos estudos de Cooper na década anterior. “Você pode apreciar os exercícios. Eles podem ser úteis socialmente, talvez façam você se sentir e parecer melhor. Mas o resto é mito. Os exercícios físicos não vão torna-lo mais saudável. Não vão prolongar sua vida. Preparo físico e saúde não são a mesma coisa” (SOLOMON, 1991, p. 17). Diante de tais narrativas, Kenneth Cooper viu-se obrigado a contra argumentar os ataques em defesa de sua pesquisa e para tal lançou, em 1985, a obra *Correndo sem medo*. O próprio título já dava indícios de que o objetivo da publicação era recuperar a credibilidade abalada diante das fatalidades ocorridas e dos questionamentos em relação a seu método, ou seja, diminuir o estrago perante a opinião pública (FRAGA, 2006). “Eu estava convencido que alguém numa posição de saber teria que dissipar a preocupação reinante e responder a essas indagações – ou todo o movimento pelo exercício físico dos últimos quinze anos estaria em perigo” (COOPER, 1987, p.11). A imprensa brasileira repercutiu o lançamento do novo livro que ocorreu junto com a participação de Cooper em conferências científicas:

O professor Kenneth Cooper, criador do método Cooper de condicionamento físico, chega ao Rio domingo para participar como conferencista do VIII Congresso Brasileiro de Medicina Desportiva e do II Simpósio Internacional de Medicina Desportiva, de 6 a 9 de maio no Copacabana Palace. Cooper fará também duas palestras no Canecão, dia 4, sobre o tema *correr ou caminhar* e no Copacabana Palace, dia 7, *Aptidão Física é um bom negócio*, além de lançar o livro *Correndo sem medo*, no dia 6, no Centro Aeróbico do Brasil. (*O Globo*, 01/05/1987, p. 22)

A morte de Jim Fixx, o autor do *Guia Completo de Corrida*, funcionou como um balde de água fria para os adeptos do jogging. Ele, que parecia saber das coisas, foi vítima de um fulminante ataque cardíaco. Mas Kenneth Cooper, o pai do método que transformou a corrida num hábito mundial, prova o contrário. No Brasil pela 14ª vez – veio participar do VIII Congresso Brasileiro e do II Simpósio Internacional de Medicina Desportiva –, lança o livro *Correndo sem medo* e esclarece de uma vez por todas: “Corrida é um dos itens do programa de exercícios aeróbicos; caminhar, esquiar e andar de bicicleta também são ótimos” diz e sai correndo. Sem medo. (*Manchete*, 23/05/1987, p. 63)

A nova tentativa de retomada do exercício intenso como prática de saúde, por parte de Cooper, se fazia realmente necessária ao passo em que ideias opostas às suas se fundamentavam com embasamentos sólidos, capazes de convencer quem estava na dúvida sobre o ritmo em que deveria conduzir suas rotinas de exercícios:

Se o preparo físico fosse sinônimo de saúde em geral, só um acidente prostraria indivíduos em boa forma. Certamente, se a boa condição cardiovascular fosse um produto ou pré-condição para o treinamento físico, um bom preparo evitaria a morte por ataque cardíaco. O fato é que não só as pessoas que praticam exercícios sofrem dos mesmos flagelos que atingem a todos nós, como a principal causa de mortes relacionadas com essa prática entre indivíduos bem treinados é a cardiopatia coronariana. (SOLOMON, 1991, p. 26)

Cooper ao defender suas convicções científicas na nova obra provoca os médicos que questionam o método e insinua que tais profissionais seriam desqualificados: “o papel do exercício em um programa completo de manutenção da saúde tornou-se tão óbvio que poucos médicos ou cientistas de reputação questionariam sua importância” (COOPER, 1987, p. 3). O médico segue creditando a longevidade e produtividade dos indivíduos à prática regular de exercícios físicos, apesar dos reveses que surgiam, como a morte de Jim Fixx em plena atividade física. Em *Correndo sem medo*, Cooper busca analisar e explicar os fatores que acarretaram no famigerado óbito, de modo a garantir a retomada da confiança e segurança na corrida entre indivíduos que não tenham pré-disposição a doenças cardíacas, colocando-se no papel de educador de seus leitores ao mesmo passo em que, todavia, adota um tom mais cauteloso em suas prescrições de atividades física.

De qualquer forma, o que enfrentamos hoje é uma confusão e uma ignorância generalizada sobre o que, exatamente, o exercício pode ou não conseguir. Por isso, pretendo mostrar nas próximas páginas como você pode continuar a correr, nadar, andar de bicicleta ou dançar obtendo o máximo de benefícios desta atividade aeróbica – Sem medo. Ao mesmo tempo, você será capaz de reduzir o risco de um ataque cardíaco, ou de morte súbita, ao se exercitar ou ao desempenhar qualquer outra de suas atividades diárias menos cansativas. (COOPER, 1987, p. 14)

Há de se considerar, contudo, que as ponderações e cuidados em relação à prática da corrida não eram exclusividade do novo livro. Desde suas primeiras obras e depoimentos à imprensa, Cooper já ressaltava essa preocupação em relação aos limites que deveriam ser impostos pelos próprios adeptos dos exercícios, exemplificada novamente em uma entrevista concedida ao *Jornal dos Sports* em defesa dos seus estudos, em 1982. Embora cauteloso, seus pronunciamentos e publicações jamais visavam desestimular ou tampouco vetar a prática:

É claro que as pessoas devem começar a correr ou fazer exercícios lentamente, progredindo gradativamente. Mesmo quem tem problemas coronários não diagnosticados, se começar de forma adequada pode atingir altos níveis de aptidão física. Mas ao contrário se começar rápido demais a pessoa poderá ter a sua situação agravada ou até sofrer um problema sério. Os próprios críticos, principalmente do campo de Medicina, estão começando a ver que são verdadeiras as afirmações que faço a respeito do método. (*Jornal dos Sports*, 21/09/1982, p. 11)

Em seu livro-tentativa de salvar a prática dos exercícios aeróbicos como fator promotor de saúde, Cooper estipula o que chamou de quatro mitos que podem prejudicar o desempenho dos corredores e colocar de fato suas vidas em risco. Mais do que em outras obras de sua autoria, o cardiologista frisa a importância do teste de esforço e de acompanhamento médico aos postulantes da corrida. Os mitos, segundo ele, seriam os seguintes: 1 - eu não poderia ter doença cardíaca e correr da maneira que corro sem ter sintomas; 2 - pessoas que correm maratona não morrem de ataque cardíaco; 3 - os testes de esforço são inúteis porque produzem em demasia leituras falsas (positivas ou negativas). Os médicos também não sabem como interpretar um eletrocardiograma em esforço de um atleta e 4 - se você é um corredor de longa distância altamente treinado pode esquecer sua hereditariedade (COOPER, 1987). O fator hereditário, inclusive, foi um dos mais destacados por Cooper em sua obra, especialmente na tentativa de explicar a morte súbita sofrida por Jim Fixx, em 20 de julho de 1984. Em vários momentos do novo livro, o autor apela para que as pessoas não deixem de praticar exercícios e que o façam com a motivação e orientações adequadas. Ele adverte que

Torna-se cada vez mais claro que um histórico familiar ruim é um dos fatores de risco mais decisivo e perigoso no desenvolvimento de doença cardíaca. Se os seus pais ou seus avós paternos ou maternos morreram antes dos 60 anos e principalmente dos 50, de causas relacionadas com o coração, as suas possibilidades de morrer pelo mesmo problema aumentam consideravelmente. (COOPER, 1987, p. 23)

O discurso dos fatores de risco para a ocorrência de doenças crônicas, que impulsionaram inicialmente a adesão ao método Cooper, continuou sendo utilizado como justificativa para a adoção de tais hábitos, todavia, a própria corrida passou a ser vista por alguns dos praticantes como um possível elemento de risco para morte súbita após as ocorrências registradas pela imprensa e pela literatura entre as décadas de 1970 e 1980.

Segundo Fraga (2006), entretanto, os esforços com a publicação do novo livro seriam praticamente vãos. A sentença dos exercícios aeróbicos naquele momento parecia dada. “Apesar dos esforços de Cooper para tentar dar novo ânimo à pregação aeróbica, ‘Correndo sem medo’ acabou se tornando uma espécie de ‘epitáfio’ deste movimento midiático que marcou o campo da atividade física na década de setenta do século XX” (FRAGA, 2006, p.

107-108). A partir de então – mas não apenas por isso –, o papel e as dosagens da atividade física no cotidiano da sociedade passaram a ser rediscutidos. “Para recuperar o terreno perdido e inverter o foco do medo foi preciso moderar as exigências físicas, refazer relações conceituais e, fundamentalmente, estabelecer novas recomendações sobre a quantidade de atividade física ideal para manutenção da saúde” (FRAGA, 2006, p. 108). Na contramão de Cooper, outros profissionais e pesquisadores seguiriam investindo contra suas afirmações e estudos. A edição do *O Globo*, de 19 de julho de 1987 tem um anúncio intrigante com os seguintes dizeres: “O esporte faz mal (não ao método de Cooper)”. A publicação trazia um endereço e o custo de Cz\$ 200,00 por reembolso postal a um livro de 128 páginas atribuído ao “Dr. José Roiz” (p. 53). Aparentemente o mesmo médico entrevistado pelo *jornal O Globo* como fonte em uma matéria sobre malefícios de dietas e exercícios sem acompanhamento, 15 anos antes. (*O Globo*, 21/07/1972, p. 12). A publicação ofertada nas páginas de um jornal de circulação nacional ilustra o quanto a narrativa contrária ao método também emergia e disputava espaço com as prescrições médicas da atividade física atribuída pioneiramente à Cooper.

A partir das controvérsias do método Cooper e da emergência de narrativas concorrentes, o Canadá sediou duas Conferências Internacionais de Consenso sobre Exercício Físico – Toronto: 1988 e 1992 –. Outras métricas e pactuações em relação à prática eficaz e segura de atividades físicas surgiriam com as novas discussões em relação à díade exercícios-saúde. Os relatórios, entretanto, mostravam-se inconclusivos, como relata Claude Bouchard, um dos organizadores do documento de referência da segunda Conferência (FRAGA, 2006). “Ainda não temos conhecimento suficiente sobre a melhor combinação entre modo, intensidade, frequência e duração da atividade relativa à saúde e bem-estar ou a objetivos de saúde específicos” (BOUCHARD, 1994, p. 13).

Os novos debates e reflexões acerca da prática da atividade física convergiram em concepções comportamentais mais próximas ao cotidiano das pessoas. O importante para o bem-estar do organismo seria o indivíduo exercitar-se moderadamente todos os dias, sem grandes esforços, mas o suficiente para um gasto energético diário de no mínimo 2.000 calorias (FRAGA, 2006). O fundamental já não seria mais a prática estritamente esportiva ou sessões de exercícios físicos sistematizados. Como já dito, subir escadas, ir a pé ao supermercado e padaria ou descer alguns pontos de ônibus antes do destino para completa-lo caminhando eram algumas das novas prescrições para se obter saúde. Nada que a princípio representasse grande perigo à integridade física dos indivíduos. “Esta nova forma de significar a atividade física está diretamente relacionada à proeminência da noção de risco na promoção da saúde, de um modo geral” (FRAGA, 2006, p. 110).

Outra reflexão que essa discussão torna a lançar luz é a evidência do poder e senso de autoridade exercido pela medicina e pelas narrativas biomédicas em nossa sociedade. Afinal, devemos nos atentar ao fato de que a rixa entre Cooper – Solomon – Benchimol e tantas outras é corporativa. Todos são médicos, disputando uma centralidade discursiva de como os indivíduos deveriam conduzir suas vidas, cotejando novamente com os pensamentos e produção científica de Foucault acerca da medicina social:

De modo mais geral, pode-se afirmar que a saúde se converteu em um objeto de intervenção médica. Tudo o que garante a saúde do indivíduo, seja a salubridade da água, as condições da moradia ou o regime urbanístico, é hoje um campo de intervenção médica que, conseqüentemente, já não está vinculado exclusivamente às doenças. (FOUCAULT, 2010, p. 181)

A partir do momento em que a noção e o discurso dos fatores de risco centralizados nos critérios epidemiológicos e biomédicos passam a orientar o comportamento humano em relação a práticas e escolhas de vidas saudáveis ou nocivas, a responsabilização do indivíduo acerca do cuidado de si cresce e discursos dessa natureza passam a circular com mais fluidez e naturalidade no tecido social. Dessa forma, o papel que seria do Estado – de prover a saúde, conforme rege a própria Constituição Federal (BRASIL, 1988) – vai sendo posto nas mãos dos cidadãos, personificando o cuidado (VAZ, 2019). “De acordo com Foucault a modernidade trouxe duas novidades fortemente interligadas: poder disciplinar, no âmbito dos indivíduos; e sociedade estatal, no âmbito do coletivo” (FERREIRINHA e RAITZ, 2010, p. 372). Seja pelas estratégias e políticas públicas de saúde ou pelo discurso da mídia, esse entendimento moralista vai ganhando status de verdade e passa-se a acreditar que cada qual responde pelas suas atitudes. Seríamos todos, portanto, merecedores do bom ou mau destino que cultivamos.

Cada vez mais os sujeitos são responsabilizados/culpabilizados pelos contratempos que lhes advêm. Sedentário, gordo, bêbado, fumante, estressado, promíscuo, drogado, passam a fazer parte da longa lista de ‘novos marginais’ que assombram o bem-viver coletivo, seres degradantes constituídos por um discurso mais fluido em sua sanha moralizante e menos solidário com quem ele se desvia: “não faz exercício porque é preguiçoso”; “é gordo de relaxado”; “não larga o cigarro porque não tem força de vontade”; “bebe de sem-vergonha”... (FRAGA, 2006, p. 110)

Essa concepção cultural de segregar indivíduos desviantes, entretanto, desloca-se para outras esferas na sociedade neoliberal, como o ambiente corporativo, uma vez que o autocuidado é tido como um valor moral e, portanto, um atributo almejado. “O *Runners Handbook* relatou que os funcionários de uma importante empresa que não praticam exercícios são delicadamente advertidos pelos colegas. Não é de se estranhar: 5 bilhões de dólares são gastos anualmente em programas de ginástica e condicionamento para funcionários [...]”

(SOLOMON, 1991, p. 11). As instituições enxergam medidas de cuidado com o corpo importante para a produtividade de seus funcionários e investem nesses hábitos.

Baseado no mesmo raciocínio, Alain Ehrenberg (2010) discute o empreendedorismo de si, que tem regido nossa sociedade e dialoga com as noções de construções identitárias que temos analisado. O autor reflete acerca da expansão do corpo do indivíduo como cartão de visita do fórum privado para o mercado de trabalho, por exemplo, e os efeitos dessa lógica de governamentalidade neoliberal (FOUCAULT, 1984) na sociedade:

Quando a forma física e a aparência corporal não estão mais alojadas no registro privado; quando a prática dos esportes diz respeito à eficácia de sua inserção profissional numa empresa; quando ela domina tanto sua própria esperança de carreira quanto a conquista de sua dignidade; o esporte é uma técnica de fabricação da autonomia, uma aprendizagem do governo de si mesmo que se desenrola tanto na vida privada quanto na vida pública. Paralelamente, se o sucesso esportivo pode simbolizar um sucesso social de compensação, ele é hoje um sucesso total, tão legítimo quanto aquele do executivo de empresa ou de um criador de moda. (EHRENBURG, 2010, p. 20)

Complementando seu pensamento, Ehrenberg cita uma afirmação de Rigoulet, em 1986, argumentando que há quinze anos – referindo-se, portanto, ao início da década de 70 – nós não hesitaríamos em orientar uma pessoa quinze quilos acima do peso para um cargo importante e que já na década de 1980 seria quase impossível encontrar alguém com tal condição física em uma posição de destaque no meio corporativo. Embora pondere a citação utilizada, o autor admite que há um grau de veracidade na ilustração e que de fato estaríamos caminhando para esse tipo de associação corpo *versus* competência. “Sem dúvida há aqui um exagero, mas basta percorrermos nossos jornais diários e nossas revistas, basta sintonizarmos nas emissoras de rádio e de televisão, que veremos esses tipos de normas, imagens, modos de ação, de discursos estereotipados incansavelmente repetidos em toda parte” (EHRENBURG, 2010, p. 18-19).

Podemos, portanto, aprofundar esse debate sobre as práticas discursivas envolvendo noções de risco e suas variações para obtenção de saúde na pós-modernidade. Sendo esse o tema central do nosso último subcapítulo.

### 3.3. A CORRIDA DE RUA NO CONTEXTO DA DISCIPLINARIZAÇÃO DE PRÁTICAS DE SAÚDE, DA MEDICALIZAÇÃO SOCIAL DE COMPORTAMENTOS ARRISCADOS E DO CULTO AO CORPO NOS ANOS 80

A noção mais encorajadora da tese dos fatores de risco é que pelo fato de os riscos primários e secundários estarem em grande parte sob o nosso controle, teríamos a capacidade de evitar os ataques cardíacos afastando alguns dos riscos estatisticamente ligados à cardiopatia (SOLOMON, 1991, p. 63)

A busca incessante pelo prolongamento da vida, uma das marcas do homem pós-moderno (SOLOMON, 1991), induz o ser humano a pautar-se pela cautela em seus atos, especialmente a partir da evolução da medicina, quando o processo curativo passa a fazer parte da relação saúde-doença de forma mais consistente. Com o crescimento das doenças crônicas não transmissíveis e a conseqüente queda das doenças infecciosas – a chamada transição epidemiológica – acreditava-se que o indivíduo pouco podia fazer para prevenir-se de enfermidades e do seu mais temido agravo: a morte. À medida que avanços técnicos possibilitaram novas descobertas científicas e a expectativa de vida da população aumentou, o discurso do autocuidado e das escolhas individuais passou a circular com muita aderência no tecido social. Parte importante do caráter moralizante da doença vem daí. Pelo desvio de conduta – muitas vezes moral – por parte do acometido. Pela suposta negligência do indivíduo em não evitar os fatores de risco, que passam a ser determinantes na correlação entre modos de vida e o adoecimento das pessoas (CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010; VAZ, 2019). “Afinal, um fator de risco é tipicamente um comportamento (cultura) que afeta uma doença orgânica (natureza)” (VAZ, 2019, p. 88).

O acesso a esse prolongamento da vida, entretanto, requer renúncias e escolhas seguras e conservadoras. A vida saudável teria necessariamente que ser uma vida moralizada e controlada (VAZ, 2019). Seria, metaforicamente, como o dilema apresentado por Zygmunt Bauman (1998) entre a escolha por felicidade ou segurança. Não é possível ter tudo nessa concepção meritocrata da saúde, como já discutido nos capítulos anteriores. “Estamos frente a um fenômeno ideológico que coloca a saúde como um ideal de prosperidade na sociedade contemporânea, em que os mínimos riscos de adoecer devem ser eliminados em nome do bem-estar e, portanto, a saúde deve ser uma busca constante ainda que não se tenha adoecido” (ZORZANELLI e CRUZ, 2018, p. 727). Em tese, o sacrifício das privações de prazeres seria recompensado com o gozo da boa saúde e do prometido prolongamento da vida. Contudo, abrir mão do risco pode não ser uma opção de vida tão prazerosa para uns como para outros. Isso porque “o conceito de risco aplica-se a uma situação em que o indivíduo está diante da oportunidade de ter prazer e é incitado a considerar o que ele pensará no futuro de sua escolha presente se porventura a ação tiver uma consequência negativa” (VAZ, 2006).

Ou seja, essa tendência pelo controle dos hábitos de vida e conformação de modos de subjetividade por meio de instâncias disciplinares – como academias de ginástica e grupos de corrida na pós-modernidade – quebra alguns paradigmas, como o da vida restritiva, baseada na busca constante da boa saúde obtida por meio de uma conduta exacerbadamente prudente, a ponto de fazer com que o indivíduo saudável se comporte como se não o fosse. Dadas as

restrições impostas a si próprio. “É prudente ter bons hábitos para se manter uma boa saúde, mas a obsessão excessiva que chega ao ponto de negar os próprios prazeres da vida é considerada não-saudável” (LUPTON, 2000, p. 27). É o chamado futuro negativo (VAZ, 2019), popularmente conhecido como sofrer por antecipação. Ademais, compartilhamos da percepção de que os próprios fatores de risco se constituem como uma construção cultural: “Riscos só existem decorrentes de ação humana que é, invariavelmente, social. Ou seja, somos, antes de tudo, seres sociais. Essa é, portanto, a ideia suprema da perspectiva construcionista forte: o risco é socialmente construído. Isso significa dizer que qualquer coisa pode se constituir um risco” (CASTIEL, GUILAM e FERREIRA, 2010, p. 46).

Associando essa reflexão com o nosso objeto de pesquisa, consideramos que em tempos de convocações à vida ativa por meio de comportamentos homogeneizados e prescritos como receita para se viver mais (as ‘bioconvocações’), o indivíduo é constrangido a acordar mais cedo, calçar seus tênis, vestir os shorts e sair pelas ruas do bairro correndo ou caminhando em vez de simplesmente ficar prostrado, refestelado no sofá ou deitado na cama, em frente à TV ou *smartphone*, comendo de forma desregrada e entupindo suas artérias – a típica classificação do sujeito sedentário – em uma lógica de produção discursiva que valoriza o saber médico da biologia e estimula o consumo das práticas disciplinares, tendo por concepção que, assim como o risco, “todo e qualquer ato de consumo é essencialmente cultural” (BARBOSA, 2004, p. 13). Vive-se, portanto, uma constante pressão social e um estado de pré-doença (BAGRICHEVSKY et. al, 2007) ou quase-doença (VAZ, 2019). “O conceito de fator de risco funciona por trazer para os indivíduos em suas decisões cotidianas a consideração de consequências futuras negativas. A regra é: o futuro negativo, o futuro antecipado negativo vale no presente como se fosse um obstáculo” (VAZ, 2019).

Refletindo sobre a aplicação dessas práticas normalizadoras (de segregação entre normal e anormal) e normatizadoras (de normativas), em nossa sociedade, Gilles Deleuze (1992) enxerga uma mudança de comportamento do sujeito moderno – principal objeto de estudos de Foucault – para o sujeito contemporâneo, na pós-modernidade. Para Deleuze, mais do que disciplinar, essa nova sociedade seria classificada como de controle, na qual os sujeitos são observados e vigiados continuamente e não mais apenas nas instituições disciplinares. A necessidade de ‘prestação de contas’ à sociedade sobre o que cada um faz com seu corpo ou sua vida praticamente transita do domínio privado para o público. Em um momento em que podemos entender como de transição entre os dois períodos, as ações e discursos do movimento da promoção da saúde, centrados nas práticas de autocuidado e controle de si, incentivaram essa normatização de hábitos disciplinares e normativos (FOUCAULT, 2014),

responsabilizando o próprio indivíduo pelo seu bem-estar. “Anteriormente, na Modernidade, cabia ao Estado fazer um trabalho de prevenção. Hoje, cada vez mais coloca-se nas mãos dos indivíduos essa responsabilidade. A noção de risco é crucial para esse deslocamento” (VAZ, 2019, p. 89).

Na prática, a disseminação dos conceitos de fatores de risco na sociedade ficaria a cargo de atores como as autoridades governamentais, que passaram a difundir essas percepções à população de maneira instrumentalizada, por meio de campanhas informativas, utilizando-se de ferramentas e estratégias como cartilhas, guias informativos, peças publicitárias, palestras, treinamento de profissionais de saúde e afins (RAMIRO, 2015), além da indústria mercadológica, que atua na elaboração do conceito de cultura *fitness*<sup>23</sup>. Na sociedade de consumo (BARBOSA, 2004) essas escolhas devem ser individuais e marcam os sujeitos:

Assim, estilo de vida, no contexto da cultura de consumo, sinaliza para individualidade, autoexpressão, estilo pessoal e autoconsciente. A roupa, o corpo, o discurso, o lazer, a comida, a bebida, o carro, a casa, entre outros, devem ser como indicadores de uma individualidade, propriedade de um sujeito específico, ao invés de uma determinação de um grupo de status. (BARBOSA, 2004, p. 23)

Ao passo em que se apoderam desse discurso, os indivíduos põem em prática o que alguns autores chamam de governamentalidade contemporânea (ROSE, 2013; SANCHES, 2019), o que de certa forma de fato influencia na redução da atuação e responsabilidade dos agentes públicos e do Estado na preservação da saúde dos sujeitos. Todo esse cenário favorece o surgimento das práticas relacionadas ao estilo de vida ativo como fator para se obter saúde e qualidade de vida, em detrimento do desenvolvimento social obtido por meio das políticas públicas de saúde.

Nesse sentido o fortalecimento do discurso da promoção da saúde serviu de modo estratégico à frenagem da pauta dos serviços de saúde que oferecessem o que, no Brasil, chamamos de integralidade das ações. Esse discurso tem uma dupla marca. Em primeiro lugar, apesar de manter enunciada a ideia de participação social no campo da saúde, ele coloca como centrais as mudanças de hábitos e a categoria ‘estilo de vida’ ambas voltadas para a prevenção de doenças. Essas ideias-força do campo foram fortalecidas pela epidemiologia dos fatores de risco. (MORAES e CASTIEL, 2019, p. 125)

Os discursos científicos e epidemiológicos da análise dos riscos agregam tamanha consistência que são capazes de gerar impactos sociais. “Os enunciados relativos aos fatores de risco produzem efeitos na construção e transformação do conceito de doença e nos modos

---

<sup>23</sup> Definição: “Por cultura fitness denomino um conjunto de dispositivos que opera em torno da construção de uma representação do corpo que conjuga como sinônimos, saúde e beleza, associando-as a termos representados como plenos de positivities, entre eles, bem-estar, ‘qualidade de vida’ e ‘vida saudável’” (GOELLNER, 2008, p. 247).

sociais e culturais de como lidar com ela” (CZERESNIA, MACIEL e OVIEDO, 2013, p. 78). Essa nova concepção da díade saúde-doença invoca uma espécie de medicalização da vida pela prescrição de novos hábitos – o salutarismo (CRAWFORD, 1980; MORAES E CASTIEL, 2019) – movimento que prosperou graças ao processo disciplinar-normativo no qual o indivíduo foi submetido ao longo da história da humanidade e cujos reflexos ocorrem substancialmente na contemporaneidade. Conforme mencionado, para Foucault as disciplinas adormecem o corpo, tornando-o útil para determinado fim, de onde advém seu conceito de corpos dóceis. Esses, porém, utilizáveis, adaptáveis e transformáveis. O que ele classifica como uma nova “anatomia política” (FOUCAULT, 2014, p. 136). Esse é o caráter principal da disciplina segundo a perspectiva do filósofo francês, que converge com o comportamento observado nos corredores de rua desde a década de 1970, quando a adesão à corrida tinha como apelo principal a melhora da performance e resistência pulmonar e cardíaca, por exemplo, até a prática ser questionada e inclusive contraindicada, como vimos no tópico anterior.

Todavia, segundo estudiosos dos discursos de risco no âmbito da promoção da saúde, a difusão desse conceito foi fundamental para que práticas antes ignoradas alçassem um status de extrema relevância no que tange ao cuidado com a saúde, como: alimentação, exercícios físicos, exposição ao sol, combate ao fumo, atividade sexual, maneira de dirigir etc. “No discurso da promoção da saúde, o estilo de vida é patologizado como uma fonte de má-saúde, com um conjunto particular de comportamentos específicos e discretos sendo identificados como de risco” (LUPTON, 2000, p. 28). Crescem, a partir de então, as prescrições de estilo de vida em prol da boa saúde. Discursos esses que desconsideram os comportamentos arriscados, aqueles que fogem dos padrões normativos traçados pela sociedade, como sintetiza o pesquisador Júlio César Sanches (2019):

O estilo de vida saudável tornou-se imperativo na cultura *fitness*, assim como o consumo baseado na lógica do controle biopolítico (individual e coletivo). O entendimento do corpo passa a ser configurado como um rascunho passível de alterações, comedimentos, privações e diferentes atividades de gerenciamento dos hábitos. Consequentemente, o consumo se baseia no apelo pela reprodução dos valores morais que abarcam o estilo de vida saudável e criminaliza aqueles corpos que não aderem às práticas saudáveis. (SANCHES, 2019, p. 10)

Por conta da naturalização dessa normatização de estilos de vida e homogeneização de corpos almejados, nota-se a existência de um constante caráter de vigilância na sociedade contemporânea, uma espécie de vigília eterna em relação a hábitos que precisam ser controlados por cada pessoa – os considerados normais e anormais (VAZ, 2006 e 2016) –.

Genericamente, o exercício do poder na modernidade supõe a separação dos homens entre si, sua distribuição entre normais e anormais, fato que produz no interior de cada indivíduo uma cisão e um esforço de se conformar aos valores sociais, tensão culpabilizadora que provoca a homogeneização dos comportamentos. (VAZ, 2006, p. 49)

Isto posto, percebemos que, na tentativa de não adoecer, os sujeitos protagonizam verdadeiros paradoxos comportamentais sob a égide do risco. “No caso das doenças crônicas, são borradas as separações entre saúde, doença e cura. Mesmo quando se está saudável, é preciso cuidar dos fatores de risco para reduzir a chance de aparecimento da doença; [...] existimos num estado contínuo de quase-doença” (VAZ, 2019, p. 96). Um elemento interessante para reflexão é que a partir dessa circulação do discurso da saúde baseada em fatores de riscos, enquanto individualizador de responsabilidades, a discussão ganha o tecido social e deixa a exclusividade dos hospitais e da natureza médica. Todo e qualquer sujeito alcançado pelo discurso da promoção da saúde passaria a poder discorrer sobre o tema com mais propriedade, o que também pode ser apontado como fator importante para a consagração da narrativa do risco na segunda metade do século XX. “Os discursos e cuidados com a saúde não se resumem mais ao âmbito hospitalar ou aos espaços estritamente médicos” (CALIMAN, 2015, p. 312). Todavia, além do âmbito individual, segundo a autora, Foucault adverte que esse espraiamento também se dá a um vasto mercado, que passa a oferecer diversas soluções para obtenção de melhores condições de saúde, sinalizando uma preocupação em relação ao que chama de saúde-mercadoria. Alan Petersen (1997) também expressa tal desconforto acerca das possíveis subjetividades discursivas que a demanda criada por saúde na perspectiva do risco e os diversos interesses envolvidos possam gerar:

*One of the ironies of risk discourse is that while it carries the promise of ultimate security, the ‘free market’ of expertise generates its own uncertainties. Different groups have different interests in promoting their own risk narratives. In the area of risk assessment there is much disagreement between experts: about what constitutes a risk, levels of risk, how to respond and so on. (PETERSEN, 1997, p. 201)<sup>24</sup>*

Para além do aspecto neoliberal, em relação à adesão às atividades físicas, especialmente a corrida, há ainda uma discussão sobre diferentes fatores de motivação que possam afetar as pessoas, dependendo de variáveis como gênero e faixa etária. Para os mais jovens, a corrida de rua, objeto dessa pesquisa, pode auxiliar em um culto ao corpo contemporâneo, de modo que a

---

<sup>24</sup> “Uma das ironias do discurso do risco é que embora cumpra a promessa de segurança máxima, o ‘livre mercado’ de conhecimento gera suas próprias incertezas. Diferentes grupos têm interesses diferentes em promover suas próprias narrativas do risco. [Logo] Há muita discordância entre os especialistas: sobre o que constitui um risco, níveis de risco, como responder e assim por diante” (PETERSEN, 1997, p. 201). [TRADUÇÃO DO AUTOR]

atividade regular ajude na manutenção da forma física dentro de padrões estéticos ocidentais estabelecidos como boa forma. Já os corredores de mais idade não teriam tanto interesse na aparência física, porém, na tentativa de manutenção da juventude e um conseqüente prolongamento da vida. (LUPTON, 2000). Esse pensamento debatido por Lupton em relação aos esportistas mais jovens cooptados pelo discurso promocionista da saúde é replicado por outros pesquisadores da temática e reverbera nos escritos de autores como Francisco Romão Ferreira, que tece a seguinte afirmação sobre práticas de saúde na contemporaneidade e seus desdobramentos:

Entre as preocupações da vida cotidiana atual incluem-se aquelas com beleza, magreza, juventude e vigor físico. Como temas daí decorrentes há as dietas, os gastos calóricos do organismo, os alimentos saudáveis, os exercícios, os cuidados com a pele, com o sol, com as rugas e marcas de expressão, com as celulites, os distúrbios alimentares, as compulsões, a anorexia, a obesidade; enfim o olhar excessivamente apreensivo com tudo o que pode interferir na aparência, na imagem corpórea. (FERREIRA, 2015, p. 125)

Todos esses atributos viram condicionantes de saúde. “Nesse contexto, a higiene e o funcionamento da medicina são, ao mesmo tempo, instâncias de controle social e moral” (ZORZANELLI e CRUZ, 2018, p. 723). Todavia, por outro lado, as atividades físicas enquanto práticas estimuladas e pensadas com base no aspecto essencialmente moral podem não ser a melhor expressão de bem-estar. O sedentarismo foi o rótulo discursivo utilizado para culpar antecipadamente as pessoas que não previnem suas eventuais causas de adoecimento e são acometidos por elas (BAGRICHEVSKY, ESTEVÃO e VASCONCELLOS-SILVA, 2015). Na imprensa carioca e brasileira, especialmente nos anos 80, o discurso do combate ao sedentarismo ganhou força e circularidade na sociedade. “Kenneth Cooper prega o fim do sedentarismo” (*Jornal dos Sports*, 05/05/1987, p. 5). A chamada em destaque exemplifica essa exaltação ao estilo de vida ativo.

O médico norte-americano Kenneth Cooper, responsável pela ‘febre’ do Teste de Cooper que colocou milhares de brasileiros para correr, está no Rio, com agenda cheia, sua maior preocupação, conforme relatou, é que as pessoas comecem a fazer exercícios orientadas por leigos e sem um exame médico prévio, além de mostrar os malefícios do sedentarismo. (*Jornal dos Sports*, 05/05/1987, p. 5)

Ainda sobre o sedentarismo na imprensa, algumas publicações o igualavam aos esforços irregulares na escala de risco para o coração, isto é, dos chamados atleta de fins de semana que não se exercitavam regularmente, mas possuíam esses picos de esforço, como também já foi abordado nesse capítulo. “O sedentarismo e o superesforço físico têm, praticamente, o mesmo efeito prejudicial à saúde. O exercício físico inadequado é quase tão maléfico quanto a sua falta”

(*Jornal do Brasil*, 11/10/1981, p. 4). A matéria com essa advertência recebeu como título a seguinte chamada: “Os audaciosos atletas dos fins de semana (e os riscos que eles correm)”:

Eles estão nas praias jogando duplas de voleibol ou uma pelada de futebol. Estão nas margens da Lagoa correndo ou andando de bicicleta. É cada vez maior, na paisagem dos fins de semana cariocas, o número de pessoas que aproveitam os dois dias de lazer para se dedicarem a todos os exercícios físicos que não praticaram durante a semana. Têm, muitas vezes, uma vida sedentária, passando a maior parte do tempo sentados numa sala de trabalho e desconhecem, quase sempre, que o esforço físico excessivo, sem cautela e moderação, não irá levá-los à pretendida vida saudável. Ao contrário, pode até colocar em risco a saúde. – A prática de atividades esportivas, hoje, é moda. E as pessoas querem atingir ótimos níveis de condicionamento físico num pequeno espaço de tempo. Pelo menos, que saibam os riscos que estão correndo, pois não se pode construir um edifício sem levantar primeiro os alicerces. A opinião é de Carlos Alberto Lanceta, técnico da Seleção Brasileira de Atletismo e da Universidade Gama Filho. (*Jornal do Brasil*, 11/10/1981, p. 4).

“- A pessoa pode, por exemplo, ser portadora de uma obstrução coronária e não saber. Num esforço físico excessivo, especialmente no cooper por estar tão em moda, pode enfartar” (*Jornal do Brasil*, 11/10/1981, p. 4), advertia outro trecho da mesma matéria. Dessa forma, identificamos a presença da narrativa dos fatores de risco relacionados ao sedentarismo e suas variações em algumas publicações de imprensa que circulavam na sociedade e contribuía para esse debate. Fato curioso, é que cerca de dez anos antes dessa reportagem do *Jornal do Brasil*, Armando Nogueira narrou em sua coluna no mesmo veículo de comunicação que havia sido questionado exatamente por esse motivo em uma de suas ‘peladas de fim de semana’ e como resposta presentara seu interlocutor com o livro de Cooper, fato registrado no segundo capítulo dessa dissertação. Com o passar do tempo, o entendimento acerca das atividades esporádicas e eventuais parece de fato ter sido revisto.

Logo, partindo dessa construção cultural e identificação do sedentarismo como um dos fatores de risco mais importantes para a ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis, as políticas públicas passam a focar o comportamento do indivíduo – ou seja a mudança de estilo de vida – em suas formulações. Um dos maiores exemplos desse fato foi o Agita São Paulo, medida adotada pelo governo do Estado de São Paulo, na década de 1990, que preconizava a prática de ao menos 30 minutos diários de atividade física leve a moderada de preferência nos dias de semana (FERREIRA e CASTIEL, 2015). Exercitar-se mediante estímulo do governo seria uma nova forma de biopolítica. A máxima popular ‘nem por um decreto’ poderia ser aplicada àqueles que resistissem à normatização do exercício físico orientado com respaldo oficial. Pesquisadores do campo da Saúde Coletiva criticam em especial o caráter instrumental com o qual a iniciativa fora concebida. “As ações do Agita São Paulo não têm levado os

indivíduos à reflexão. Os ‘30 minutos de atividade física’, constantemente martelados nas cabeças alheias, assumiram um estatuto prescritivo” (FERREIRA e CASTIEL, 2018, p. 277). Outra crítica a iniciativas dessa natureza ocorre em decorrência da homogeneização do discurso do estilo de vida ativo, como se todos pudessem escolher a forma como querem viver para ter mais qualidade de vida, ignorando-se aspectos socioeconômicos, culturais e políticos, conforme também já debatemos ao longo dessa dissertação.

Apesar das aparentes boas intenções, o enfoque é eminentemente individualista: as pessoas, independentemente de seus contextos socioeconômicos e culturais e, portanto, das margens de escolha em seus modos de vida, teriam a responsabilidade de se exercitarem para viverem mais tempo e com melhor qualidade de vida, da maneira como puderem, não obstante as injunções sociopolíticas e econômicas que determinam a forma como nosso cotidiano se organiza em termos de trabalho, lazer, segurança etc. (CASTIEL e VASCONCELLOS-SILVA, 2006, p. 80-81)

Retomando a discussão iniciada anteriormente, outro aspecto que também precisa ser considerado na disseminação do discurso midiático dos hábitos saudáveis é o mercadológico, dos produtos e serviços comercializados e consumidos sob a regência do que se considera ‘ser saudável’. A agenda positiva da saúde baseada no comportamento humano apresenta soluções para um cotidiano saudável baseado no poder aquisitivo dos indivíduos. “A cultura do consumidor é uma cultura de consumo de uma sociedade de mercado. No mundo moderno o consumo se tornou o foco central da vida social. Práticas sociais, valores culturais, ideias, aspirações e identidades são definidas e orientadas em relação ao consumo [...]” (BARBOSA, 2004, p. 32). Não por acaso, tais respostas para a constante demanda da dita cultura *fitness*, hoje, se apresentam em gondolas de supermercados, prateleiras de farmácias, anúncios de revistas de boa forma etc.

A cultura *fitness* desdobra-se de diferentes maneiras e, de forma quase persuasiva, captura mulheres (e também homens) que, ora mais, ora menos, aderem às suas prescrições. As promessas de felicidade a ela agregada movimentam nossos pensamentos, sonhos, desejos, fantasias e, literalmente, nossa materialidade biológica, ou melhor, aquilo que denominamos corpo. A cultura *fitness* inscreve-se em nossa carne (GOELLNER, 2008, p. 248).

Além da mídia e da indústria (farmacêutica, de vestuário, alimentícia etc.) outros agentes produtores desses discursos entusiastas do estilo de vida saudável com ênfase em práticas como alimentação equilibrada e atividade física regular seriam as academias de ginásticas, boxes de crossfit, clínicas de estética, SPA de emagrecimento, consultórios médicos, bem como profissões emergentes do mesmo nicho, como personal trainer, personal diet e outros profissionais que reforçam a busca incessante pela magreza (RAMIRO, 2015). “E, além disso, [as práticas neoliberais de autocuidado] forjam um universo de consumo capaz de produzir o

desejo incessante de ser mais, de aprimorar-se, de superar-se, de autorrealizar-se” (SANCHES, 2019, p. 9). Essa cultura evoca também o surgimento dos *coaches* e produtos do segmento *fitness*, tais quais: calçados e trajes de alta performance; géis isotônicos; suplementos proteicos; fibras alimentares etc. Elementos esses que permeiam o discurso da vida ativa como prática de saúde, mas que precisam ser comercialmente adquiridos e, portanto, não são necessariamente acessíveis a todos os estratos sociais. “A cultura do consumidor é, portanto, a cultura de uma sociedade capitalista e é estruturalmente incompatível com uma economia planejada ou com leis suntuárias” (BARBOSA, 2004, p. 33). Por essa lógica, teriam saúde plena apenas aqueles indivíduos capazes de pagar financeiramente por esse combo, o que não chega a ser uma realidade de ampla camada da população. E essa limitação é pouco problematizada e até mesmo anulada nos discursos positivistas da vida ativa e do autocuidado como forma genérica de geração de saúde.

Uma crítica comum ao conceito ‘estilo de vida’ é referente a seu emprego em contextos de miséria e aplicado a grupos sociais onde as margens de escolha, praticamente inexistem. Muitas pessoas não elegem ‘estilos’ para levar suas vidas. Não há opções disponíveis. Na verdade, nestas circunstâncias, o que há são estratégias de sobrevivência. (CASTIEL, 2003, p. 93)

Vale lembrar que a origem desse movimento da adesão à atividade física como recurso para prevenção de doenças e posteriormente para promoção de saúde ocorre com os exercícios aeróbicos, especialmente nas décadas de 1970 e 80, no Brasil, tendo a corrida de rua como um de seus principais carros-chefes (DALLARI, 2009; ROJO, 2014; DIAS, 2017). A corrida a pé seguiu sendo uma das opções mais visadas para o alcance da melhoria na qualidade de vida antes da divulgação dos incidentes que levantaram dúvidas e receios sobre suas reais consequências fisiológicas. As subjetividades e construções identitárias imbricadas nesse processo de produção discursiva que envolve vida ativa, saúde e condutas de valores morais e culturais representam outros fatores a serem explorados nessa pesquisa. Isso ocorre, como já elencado, a partir de concepções como a de Robert Crawford (2019), que consideram a saúde um valor pelo qual o indivíduo passa a ser julgado moral e socialmente. A partir desses preceitos, novamente reforçamos a premissa culturalmente dominante de que o sujeito sedentário é tido como irresponsável, portanto, moralmente desviante, e não idealizado na ótica da promoção da saúde. Difere-se daquele que merece ter saúde, que demonstra zelo com seu corpo e, conseqüentemente, com as regras que deveriam conduzi-lo a uma vida sã, em uma filosofia alinhada ao discurso neoliberal do merecimento, vigente e valorizado na segunda metade do século XX. “Afinal, como moldar o corpo está sendo entendido como moldar a vida,

não ser capaz de construir um corpo espetacular pode ser encarado como uma falha individual na gestão da própria vida” (SACRAMENTO e CRUZ, 2014, p. 196).

O indivíduo classificado pejorativamente como sedentário carrega consigo a pecha do desleixo, da imoralidade e até mesmo da ignorância – lembremos do Sujismundo e do processo civilizatório que as cartilhas e demais práticas normativas adotadas e incentivadas no período da Ditadura Militar intencionavam implantar (REIS e SICILIANO, 2016) –. Nesse cenário, o discurso do risco disponibiliza aspectos relacionados a regras de condutas enquanto articulador entre cuidado de si e moralidade, ocasionando interdições de comportamentos e, conseqüentemente, de modos de vida, visando o gerenciamento dos riscos à saúde.

Apreende-se o funcionamento do poder disciplinar: atenção às diferenças visíveis de comportamento; hierarquização dessas diferenças segundo a polaridade entre normal e anormal e, portanto, a criação de papéis sociais; atribuição de identidade aos indivíduos segundo o desejo que os conecta aos desvios de comportamento; experiência de culpa pela inquietação com a normalidade de seus atos e desejos. (VAZ, 2006, p. 49)

Todos esses fatores devem ser considerados quando analisado o contexto social e cultural em que a corrida de rua prospera no Brasil, do mesmo modo que debatemos o contexto político da Ditadura Militar. Ao corroborar determinados valores sociais, a retórica do risco retoma aspectos culturais de preconceitos historicamente arraigados, confrontando-os aos comportamentos ditos desviantes ou transgressores – normalmente indesejados na sociedade – que articulam vinculações entre risco, prazer e liberdade (NEVES, 2015). O caráter subjetivo que esse tipo de narrativa constrói é que os sujeitos que cuidam de seus corpos, de sua estética, de suas taxas fisiológicas, do colesterol, do peso e da pressão arterial são disciplinados, regrados, preocupados com a forma como conduzem suas vidas e, portanto, aqueles vistos pelas autoridades sanitárias e governamentais – e por conseqüências por outras esferas sociais – como indivíduos menos propensos ao adoecimento, que no discurso dos fatores de risco seria uma conseqüência mais moral do que biológica. Luciana Viera Caliman (2015), desenvolve esse raciocínio:

O aperfeiçoamento de um ‘eu’ disciplinado demonstrado pela busca incessante da saúde e da forma física torna-se o significado-chave, através do qual os indivíduos podem demonstrar sua conformidade ou não com as exigências de um mundo competitivo. O corpo saudável passa a ser a marca da distinção, aquilo que separa os perdedores dos vencedores; os termos saudável e não saudável assumem o lugar de uma identidade normal e anormal (CALIMAN, 2015, p. 309)

É nessa conjuntura que a corrida de rua encontra o cenário ideológico perfeito para se expandir como prática sociocultural disciplinar de saúde, uma espécie de tábua de salvação de

uma sociedade cujos valores maiores “parecem ser, na relação com ela própria, o bem-estar, a juventude prolongada, o autocontrole e a eficiência” (VAZ, 2006, p. 52-53). Dessa forma, foi principalmente a partir da segunda metade do Século XX, com o aumento de atuação de campos como a educação física e a nutrição no meio social, acompanhando o poder de penetração do discurso biomédico, que a gordura corporal passa a ser entendida e classificada como um risco à saúde. Nesse sentido, o estímulo a dietas, bem como cosméticos e medicamentos para o emagrecimento começam a ser produzidos não necessariamente para cura de uma patologia já desencadeada, mas sim para modelagem e padronização de corpos que estariam livres de tais riscos, como desenvolvimento de cardiopatias, acidentes vasculares, diabetes, cânceres e outras doenças relacionadas ao excesso de adiposidade. (SACRAMENTO e CRUZ, 2014). O governo de si – expresso no autocuidado – começava a ganhar força nas páginas de jornais e outras esferas sociais. O discurso da atividade física atrelada ao controle de riscos para obtenção de saúde impactou na relação entre o corpo e os exercícios físicos, que passam a desempenhar um papel terapêutico no estilo de vida ativa.

[...] a teoria do “estilo de vida”, congruente com a ideologia dominante da saúde, sugere que a prevenção é uma responsabilidade pessoal, cujo foco de intervenção se dará sobre o controle dos fatores de risco individuais. É, por exemplo, muito comum encontrar estudos sobre promoção de saúde que veiculam a importância de se focar as escolhas e responsabilidades pessoais. (PALMA, ESTEVÃO E BAGRICHEVSKY, 2003, p. 18)

Entende-se que a importância atribuída às *pseudo* escolhas comportamentais vão ao encontro de uma espécie de culto à autonomia e à liberdade individual, aspectos que detêm valor central na sociedade pós-moderna (CALIMAN, 2015). Essa sensação de poder escolher o destino parece seduzir o homem, conforme pensamento de Paulo Vaz: “em sua face positiva, esse conceito [do risco] supõe que tenhamos roubado o futuro das mãos dos deuses, remetendo-nos ao planejamento e à possibilidade de aventurarmo-nos cientificamente [...]” (VAZ, 2006, p. 53). Portanto, o aspecto da conscientização começa a ser mais explorado pelos discursos normativos do que propriamente o fator disciplinar. Ser ‘consciente’ em relação às próprias escolhas pode passar uma impressão de que o indivíduo se apropriou de um conhecimento que antes não detinha e, a partir das novas informações obtidas, decidiu por conta própria mudar seu estilo ou conduta de vida, para viver com mais qualidade. O discurso disciplinar seria mais impositivo, hierarquizado e, com o passar do tempo, menos aderente às demandas sociais de autonomia. Ainda que esse sentimento autônomo fosse artificialmente forjado pelos discursos dominantes. Uma liberdade ilusória, planejada e orquestrada sob o regime dos fatores de risco. Todavia, o apelo dessa nova concepção de saúde como algo tangível e democrático era – e ainda

é – bastante persuasivo. Até porque o homem almeja aquilo que escapa do seu domínio. “O risco se encontra em tudo o que o indivíduo ainda não aprendeu a controlar” (CALIMAN, 2015, p. 302). E muitos buscam ter o poder de prolongar sua estadia na Terra.

Contudo, não bastaria mais tão somente ser ativo. Passa a ser necessário demonstrar-se ativo diante das novas classificações sociais em relação ao cuidado de si. Essa busca dos dias atuais nos parece ter origem nessa construção subjetiva do autocuidado como valor tangível e atributo altamente positivado. Erving Goffman (1959) discute essa necessidade de revelar-se ao outro como algo além de simplesmente ser aquilo que a sociedade espera. Como já dito aqui, uma espécie de prestação de contas sociais. “A visibilidade é, obviamente, um fator crucial. O que pode ser dito sobre a identidade social de um indivíduo em sua rotina diária e por todas as pessoas que ele encontra nela será de grande importância para ele” (GOFFMAN, 2013, p. 44). Logo, sintetizando todo o entendimento expresso até aqui, Tiburtino (2019) expressa o pensamento de valoração do autocuidado a partir do século XX ao afirmar que:

Uma construção identitária social que tem agregado bastante valor nos dias atuais é a do ‘ser atlético’, como sinônimo de saúde, ou o chamado estilo de vida ativo. O discurso da promoção da saúde emerge na década de 1970, a partir da Reforma Sanitária Brasileira, em complemento à estratégia preventivista de foco exclusivo na doença. Sua narrativa atribui ao indivíduo uma responsabilidade de partilhar com o poder público as ações para o cuidado com a sua saúde. Assim sendo, o sujeito contemporâneo passa a ser normatizado e seu comportamento é baseado nas noções de risco e autocuidado, produzindo um discurso de segregação entre aqueles tidos como responsáveis, que se exercitam, se cuidam e, portanto, ‘mereceriam’ ser saudáveis e os chamados ‘desleixados’, que negligenciariam a própria saúde. (TIBURTINO, 2019, p. 2)

Advém dessa normatização subjetiva, também, a preocupação estética como um sinônimo de ‘ser saudável’. As taxas fisiológicas e biomédicas são importantes demarcadores epidemiológicos da fronteira entre saúde e doença. Todavia, o cartão de visitas – aquilo que todo mundo vê sem a necessidade de microscópios ou lâminas de laboratórios patológicos – é o corpo esbelto, definido, regrado. Aquele que se preservava dos prazeres da carne e padecia para permanecer na fôrma – ou ‘em forma’ –, seja nas pistas de corridas, parques, calçadas, orlas e ciclovias nas décadas de 1970/80 ou, mais adiante, nas academias de ginástica, que emergem na sociedade como uma sucessão aos exercícios aeróbicos praticados ao ar livre. Até porque, a corrida a pé, até então incentivada, passaria a ser rotulada sob o discurso do risco e do medo em determinado momento de sua trajetória e, portanto, em alguma instância contraindicada. Caminho aberto para o surgimento de nova prática normalizadora: “As décadas de 1980 e 1990 podem ser apontadas como períodos marcados pelas práticas de ginástica de

academia, particularmente as “aeroginásticas” e a musculação” (PICH, GOMES e VAZ, 2007, p. 189).

A partir dessa constatação, a década de 1980 marca, também, o nascimento de uma nova concepção de corpo a ser almejado, conforme demonstram publicações de jornais e revistas cariocas da época, configurando, inclusive, uma espécie de transição dos padrões estéticos até então atribuídos aos corredores e à corrida. A revista *Manchete*, em 26 de novembro de 1983, retratou e registrou o crescimento das academias de ginástica como um desdobramento do cuidado e preocupação com o corpo e com a saúde, enfatizados anos atrás – com Cooper – transferindo-se, então, do ar livre para o ambiente *indoor* e tendo as mulheres como principal público. A corrida e as atividades de ginástica e musculação passariam a dividir os espaços e atenção dos indivíduos que atendiam às convocações normativas para cuidarem de sua saúde nas últimas décadas do século XX:

Ginástica é moda e todo mundo está fazendo. Mas as mulheres continuam sendo as maiores frequentadoras de academias e maiores adeptas dessa modalidade esportiva. Desde que o Método Cooper começou a ser divulgado no Brasil, nas décadas de 60/70, a preocupação com o corpo tem interessado mais e mais pessoas. Introduzido pelo então auxiliar do preparador físico da Seleção Brasileira de Futebol (Cláudio Coutinho, que resolveu adotá-lo no treinamento dos jogadores escalados para a Copa de 70), o Cooper é hoje praticado por milhares de brasileiros. A partir daí o interesse pelo esporte, pela ginástica em todas as suas formas, pelo balé, em suma, por mexer o corpo de maneira ordenada e eficaz, ganhou as cabeças de todos os brasileiros [...] por que, afinal, tanta gente nos EUA aderiu à corrida, isto é, ao jogging, um esporte que mobiliza atualmente 30 milhões de americanos, sem limite de idade nem de espaço? O lugar preferido dos joggers é a praia. Mas no Rio é comum encontra-los na Lagoa Rodrigo de Freitas, nas Paineiras ou no Aterro do Flamengo, principalmente nos fins de semana. (*Manchete*, 26/11/1983, p. 46)

Nota-se que mesmo ao abordar outras modalidades esportivas e a academia de ginástica, a reportagem retoma o Cooper e a corrida de rua como origem dessa nova conduta social do cuidado com os corpos como prática de saúde, reforçando nossa percepção de que a corrida de rua foi fundamental para a adesão do brasileiro à prática regular de atividades físicas, a partir da segunda metade do século XX. Ainda em 1983, outra reportagem da *Manchete* reforça a realidade das academias naquela época: “Já há algum tempo ocorreu um verdadeiro *boom* das academias de ginástica. O sucesso parece ter sido tão grande que elas foram espalhadas por todos os cantos, a tal ponto de – pelo menos no Rio, Zona Sul – a pessoa não precisar andar mais do que alguns metros para começar a andar muitos metros” (*Manchete*, 23/04/1983, p.70). No ano anterior, novamente a revista *Manchete* evidenciava o aumento das ginásticas e a participação feminina como uma novidade naquele meio. A matéria da edição de 26 de junho

chega, inclusive, a diminuir o protagonismo de Kenneth Cooper no crescimento da corrida de rua no Brasil. Uma afirmação pouco comum no conjunto de notícias analisadas nessa pesquisa:

Com o surgimento de novas academias e o aperfeiçoamento de suas atividades, elas [as mulheres] tomaram logo conta dos aparelhos e gostaram muitíssimo dos resultados. Um entusiasmo crescente. Pode até parecer o auge de um processo iniciado com o Brasil campeão do mundo pela terceira vez e a popularização da corrida, erroneamente qualificada de cooper – o método norte-americano é apenas um dos muitos que existem para se correr. Antes disso, por volta de 1967, quando Paulinho (ou Carlos Alberto, seu nome verdadeiro) abriu sua primeira academia, só homem fazia ginástica. “Naquela época, o único esporte da mulher carioca era ir à praia ou jogar frescobol. Algumas, vôlei. Mas a prática dos esportes ficava restrita às atletas mesmo”. De repente as mulheres perderam a inibição. Doutor Freud explica ou, pelo menos, tenta. O resultado mais imediato foi uma diminuição acentuada da incidência de flacidez a partir de toda a metade inferior dos corpos femininos. Justamente uma das partes mais cotadas, entre brasileiros de todos os quadrantes, do Oiapoque ao Chuí: o bumbum. (*Manchete*, 26/06/1982, p. 78)

Identificamos, então, o que pode ser a história da implantação das academias no Brasil pela imprensa, retratadas pela revista *Manchete*, como um movimento inicialmente paralelo e posteriormente sucessor ao da corrida de rua, também motivado pela busca do cuidado com a saúde, porém, com ênfase maior na modelagem dos corpos do que ocorria na corrida. É o que aponta uma série de reportagens no *Jornal do Brasil* no mesmo período:

Ginástica aeróbica: nova moda para quem quer respirar melhor. No vaivém dos modismos ligados à ginástica e ao culto do corpo que tomaram conta das cidades brasileiras – importados dos Estados Unidos e da Europa – nos últimos anos, eis que surge mais um termo para consumo dos aficionados: ginástica aeróbica. E todos querem saber o que vem a ser isso e que vantagens têm estes exercícios para o organismo. Na academia Henrique Ibeas, o professor Roberto Coutinho não vê nenhuma novidade neste estilo de ginástica e lembra que o emprego do termo aeróbico surgiu com a divulgação do método Cooper, que levou as pessoas a querer conhecer melhor o mecanismo de cada tipo de exercício físico e seus efeitos. Para Roberto Coutinho, o que caracteriza a ginástica aeróbica são as sequências rápidas e puxadas, que dão mais resistência e flexibilidade ao organismo, melhorando as condições cardiopulmonares e cardiovasculares (*Jornal do Brasil*, 16/01/1983, p. 1)

Ainda em janeiro de 1983, no dia 31, o jornal voltou a abordar a temática dos exercícios físicos, mas dessa vez exaltando os atributos corporais idealizados naquele verão. A capa do *Jornal do Brasil* trazia a seguinte manchete: “O corpo do verão 83: enxuto, torneado, curvas naturais” (p.1). Para ilustrar a matéria, a foto de uma jovem com traje de academia e a seguinte legenda: “Patrícia Mirandola, 20 anos, é um produto das academias de ginástica que proliferam no Rio. Seu corpo, perfeito, exercita-se na Academia de Adriana Barreto” (*Jornal do Brasil*, 31/01/1983, p. 1). A matéria explica que o carioca estava buscando a boa forma física por

vaidade e não mais apenas para obtenção de saúde, como predominavam os discursos da década anterior:

Há quem diga que a estética do corpo está mudando, e segundo alguns especialistas, o ideal romântico dos seios grandes, cintura fina e quadril largo já saiu de cena, assim como as anquinhas. A aparência atual, para os especialistas, é a de um corpo enxuto, torneado, seios não muito pequenos, curvas naturais, barriga para dentro e, como novidade, as nádegas um pouquinho arrebitadas, o que causa lordose, mas o que a mulher não faz à procura do sucesso na praia? O corpo está mais solto nesse verão de 1983. E o grande hit é a adesão dos homens ao padrão estético. Não tratam do corpo apenas pela saúde, a vaidade também impera e os tabus vão desaparecendo. (*Jornal do Brasil*, 31/01/1983, p.1)

Enfatizamos, para a discussão, o trecho final da citação: “Não tratam do corpo apenas pela saúde, a vaidade também impera [...]”. Mais adiante, a preocupação estética superando os cuidados com a saúde e a transição para o estabelecimento de um novo padrão de corpo – moldado nas academias – que vai caracterizar as décadas de 1980 e 1990, volta a emergir em uma publicação do mesmo jornal, no ano de 1986, período que já até excede nossa proposta cronológica de análise, mas faz-se importante para a compreensão de todo um contexto em construção: “Com a introdução do método Cooper no país, pelo falecido técnico de futebol Cláudio Coutinho, homens e mulheres começavam a encontrar um meio-termo, que veio a ser o atual conceito de beleza: pernas e barrigas com músculos aparentes, bumbuns arrebitados, troncos largos e braços fortes” (*Jornal do Brasil*, 29/05/1986, p. 8). O texto prossegue enfatizando a popularização da prática esportiva enquanto preocupação com a aparência física como fator condicionante de bem-estar. Dirigindo-se, inclusive, contra os padrões corporais que o próprio Cooper havia considerado ideais em termos de condicionamento físico (COOPER, 1970, p. 10-11): “A necessidade de se cuidar passou a integrar a rotina de quase todos. O esporte saiu dos campos e ginásios e alcançou as ruas e as praias. Os adeptos se multiplicaram e entre eles estão, naturalmente, os que usam a beleza como forma de trabalho. Para eles qualquer método é válido” (*Jornal do Brasil*, 11/10/1981, p. 4).

Ainda no início dos anos 80, essa mudança do foco em relação ao exercício já seria observada na sociedade e relatada pela imprensa, como temos visto. A edição de 26 de outubro daquele ano do jornal *O Globo* abre uma nota intitulada “Na ginástica esforço e assiduidade” com a seguinte afirmação: “Se a saúde preocupa, é o culto do corpo que leva milhares de pessoas às academias ou a praticarem exercícios ao ar livre” (*O Globo*, 26/10/1980, p. 2). Já no fim da mesma década, a imprensa acompanha e registra as mudanças de hábitos do carioca e embora relate a nova tendência do autocuidado dos indivíduos nas academias de ginásticas, reconhece que o crescimento de tal movimento teve origem com o método Cooper e a corrida

de rua, que ainda assim seria praticada em larga escala, dividindo a cena com o ambiente fechado das academias, como narra o *Jornal do Brasil* em março de 1988: “A onda da ginástica aeróbica tomou conta do mundo a partir da divulgação do método cooper de corrida. A busca por um corpo bonito e saudável encheu as academias de ginástica, as piscinas, as salas de musculação e, principalmente, as calçadas das praias, que dia a dia ganham novos corredores” (*Jornal do Brasil*, 13/03/1988, p. 16).

Percebemos, por meio da leitura exploratória de jornais e revistas nos anos 70 e 80 que mencionam o método Cooper ou a corrida de rua (cooper, jogging etc) em suas páginas, que aquela teria sido, de fato, a gênese da adoção de atividades físicas ao ar livre por parte do cidadão comum como hábito de saúde. A prática que antes era restrita basicamente a atletas profissionais e amadores se espalhava inicialmente sob a produção discursiva da qualidade de vida, em prol de melhores condições de saúde, e em seguida na conformação de novos padrões estéticos, em um período marcado pelo crescimento das academias de ginástica e musculação, sendo este o ponto de transição para novos estudos que essa pesquisa não objetiva dar conta nesse momento.

Retornando a 1986, em junho daquele ano, um trecho da reportagem “Ginástica para o Coração” em uma seção intitulada *Corpo*, no *Jornal do Brasil*, reitera essa nova abordagem que aos poucos vinha sucedendo a corrida no gosto e prática do carioca e do brasileiro. “Temos caminhado para uma adaptação dos exercícios aeróbicos às aulas de ginástica de academias. Nos EUA, são instrutores que recebem diploma de cursos de algumas semanas, enquanto aqui, professores de educação física batalham há 20 anos. Arrisco dizer que desta vez estamos na frente” (*Jornal do Brasil*, 16/06/1986, p. 8). Um editorial do jornal *O Globo*, disponível em seu acervo *online* reúne algumas das principais capas da década de 1980 com a valorização dos corpos e traz uma análise consistente sobre o período, que transcrevemos a seguir na íntegra:

Segundo estimativas dos fabricantes de equipamentos esportivos, havia, em 1980, 2.500 academias nos estados do Rio de Janeiro e de São Paulo. Quatro anos depois, o número já chegava a 11 mil nos dois estados. Depois de uma década de vida sedentária, personificada por franzinos hippies e ídolos da cultura pop, chegou a febre do bem-estar físico. A década de 80 foi o início do culto ao corpo, que levou ao *boom* das academias de ginástica e musculação. E a atriz Jane Fonda foi uma das maiores responsáveis por essa necessidade de suar. Ao lançar o seu primeiro vídeo da série *Workout*, um programa de boa forma adaptado da dança e que passou a ser conhecido como ginástica aeróbica, a atriz criou um hábito que se incorporou ao cotidiano dos americanos e, em pouco tempo, dos brasileiros. Já no fim da década de 60, Kenneth Cooper, médico e coronel da Força Aérea do EUA, havia revolucionado o assunto a partir de uma pesquisa com militares. Cooper nem imaginava que o jogging seria adotado em vários países como a melhor alternativa para se manter em forma e prevenir o infarto. O número de academias crescia no mesmo ritmo dos corredores. Quem não tinha tempo e

disposição para se exercitar se sentia culpado. Esse sentimento aumentava na mesma proporção que livros de dietas milagrosas. O ideal de beleza feminina dos anos 50, com formas arredondas e cintura de vespa, foi esquecido. As mulheres suavam para ter um corpo longilíneo, magro e com seios pequenos. O que parecia mais um modismo persiste até hoje. No início dos anos 90, sempre seguindo a tendência americana, surgiram outras variantes da aeróbica, como o *step training*, que consiste em subir e descer de uma plataforma. Os equipamentos de musculação e condicionamento cardiovascular se sofisticaram. Por outro lado, há uma tendência a se associar exercícios orientais ao ritmo ocidental de fazer ginástica. E caminhar voltou a ser uma grande opção para se manter saudável. (*O Globo*, 04/09/2013 – <https://acervo.oglobo.globo.com/fatos-historicos/o-boom-das-academias-9823564#ixzz670ySaWNI>)

Ao chegarmos até aqui, notamos uma utilização prática pelo mercado e outros setores sociais, como o poder público, de toda aquela lógica discursiva gerada especialmente a partir da década de 1970, que regulava o comportamento dos indivíduos – desde as ações de prevenção de doenças até estratégias de promoção da saúde –, condicionando os sujeitos a agirem de forma pré-estabelecida. Essa prescrição de hábitos, feita tanto pelo biopoder do Estado, como pelas vozes autorizadas da ciência, que pode ser a biomédica, da educação física, da nutrição etc, tutelam os indivíduos em relação ao que podem ou devem fazer na concepção da cultura dos riscos para viverem mais e melhor em uma perspectiva positivista. Diante dessa lógica comportamental disciplinar estabelecida, o processo de subjetivação dos indivíduos contemporâneos, especialmente a partir da segunda metade do século XX, os leva a agir sob a égide da homogeneização comportamental, tendo o ativo da saúde como uma preocupação e responsabilidade destinada ao próprio indivíduo.

No âmbito dessa conjuntura, os corpos têm sido forçados ou moldados conforme a prescrição de sua época. Tais quais as dietas da moda, as atividades do momento e os métodos em evidência. Como vimos, desde a emergência do método de Cooper e a valorização da corrida de rua e da caminhada enquanto práticas de saúde, as demandas da vida ativa se estabeleceram e naturalmente têm sofrido variações, até o *boom* das academias de ginástica e musculação, que também passaram a se valer das narrativas de saúde estabelecidas para ditarem as normalizações de novos corpos: os sarados, bronzeados e torneados, que substituem aqueles requeridos pela resistência dos exercícios aeróbicos, em um processo de transformação que se mostra cíclico. Todavia, ao concluirmos essa dissertação consideramo-nos capazes de mapear algumas dessas tendências e marcos socioculturais da corrida de rua e suas práticas de subjetivações por meio do registro histórico-documental realizado pela imprensa e utilizado como fonte, objeto e agente em nossa pesquisa.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para muitas pessoas o hábito de correr pelas ruas pode ser sinônimo de saúde, bem-estar, disposição e até mesmo de superação. De poder demonstrar para si e para a sociedade uma força de vontade e um compromisso consigo, com seu corpo e com o que convencionou-se chamar subjetivamente de qualidade de vida. Atualmente muitas dessas premissas são sustentadas, inclusive, por orientações médicas. A atividade física prescrita é uma prática contemporânea. No decorrer dessa pesquisa percebemos, entretanto, que essa valoração sociocultural é fruto de narrativas normatizadas que foram construídas e estruturadas há menos tempo do que talvez imaginássemos. A história cultural da corrida de rua no Brasil perpassa, portanto, por essa adesão como prática de saúde altamente moralizada e orientada pela autoridade científica do discurso médico, consolidado em nosso meio social.

Buscamos na literatura e nos relatos da imprensa as pistas e fontes para tecermos uma espécie de mapa que nos permitisse analisar esse movimento discursivo, as práticas sociais, códigos estabelecidos, disputas, polêmicas e sentidos produzidos em relação à corrida de rua como prática de cuidado com a saúde e preocupação com o corpo nos últimos 50 anos, período em que a corrida de rua é culturalmente reconfigurada no Brasil. Nossa análise, portanto, limitou-se à gênese desse movimento. Aos anos da emergência e ressignificação da corrida até o período de surgimento de suas controvérsias e aparente declínio, em meados da década de 80, em razão do crescimento das atividades de ginástica e musculação, dentre outros fatores que apontamos e debatemos ao longo dessa dissertação, como a tensão entre supostos benefícios e malefícios da corrida, que se acirrou na década seguinte ao seu crescimento. Identificamos, também, narrativas que se perpetuam e valores ligados à corrida que podem ser acessados ainda nos dias de hoje, possibilitando novos e futuros caminhos de pesquisa.

Ao concluirmos esse material, conseguimos estruturar uma cronologia do consumo da corrida e dos exercícios aeróbicos como prática de saúde a partir da segunda metade do século XX, quando uma série de fatores convergiram para a criação de um hábito. O primeiro desses fatores a ser identificado foi a cientificação de um método que prometia o prolongamento da vida daqueles que o praticassem. A ideia de exercitar o coração como outros músculos aparentes do corpo soava estranho, a princípio, mas logo ganhou credibilidade. Era o tal método de Cooper, que surgia e logo de cara ganhou um aliado fundamental para sua adesão em massa: a seleção brasileira de futebol. E mais do que isso: a seleção brasileira tricampeã mundial de futebol, de 1970! Cláudio Coutinho implanta o método, o Brasil vence o mundial com desempenho físico acima da média e a imprensa esportiva faz o papel de tabeliã do novo

método, atestando sua eficácia perante a sociedade e sendo um dos principais propagadores de seus feitos. A imprensa, a propósito, fez muito mais pela corrida do que simplesmente promovê-la ou atestá-la. Os veículos de comunicação exerceram um papel fundamental na construção e disseminação das novas práticas socioculturais atrelada às subjetividades em torno da corrida de rua – e do método Cooper –, publicando tutoriais de exercícios físicos, testemunhos, e posteriormente veiculando as controvérsias que a envolveriam. Tudo documentado e analisado em nossa investigação. Para além do seu papel estrito de comunicar e registrar, entretanto, a imprensa brasileira ainda atuou de fato como agente promotora das corridas, quando empresas de comunicação, como *O Globo* e o *Jornal do Brasil* chegaram a organizar provas de rua no Rio de Janeiro, nos anos 80.

Outra constatação possível é a de que tanto os movimentos de prevenção de doenças, fortemente praticados a partir da primeira metade do século XX, e posteriormente, as estratégias de promoção da saúde – como uma espécie de ampliação da proposta preventivista – serviram para fortalecer os discursos normativos e incentivar as práticas da corrida, caminhada e exercícios ao ar livre como possíveis formas de obtenção de saúde. Ou seja, a prática da corrida como estratégia de saúde serviu tanto à produção discursiva da prevenção de doenças, quanto da promoção da saúde – e se valeu delas –. Nessa disputa prevenção *versus* promoção, entendemos que a corrida não rompe com uma para se aliar à outra. Podemos afirmar que a corrida emerge por meio das narrativas preventivistas, em especial na prevenção de infarto do miocárdio, e em sequência, com a reconfiguração do cenário sanitário brasileiro, ela passa a ser convocada pelas estratégias ampliadas de promoção. Especialmente no que tange ao apelo à prática de exercícios físicos pela noção do autocuidado, fortemente alinhada com a concepção dos fatores de risco relacionados aos comportamentos individuais, responsabilizando os sujeitos em relação ao cuidado com sua saúde. Portanto, as doenças crônicas não transmissíveis e os discursos de acesso a práticas esportivas como determinante social de saúde foram alguns dos aspectos sanitários que auxiliaram o fomento da corrida de rua no Brasil por parte do Estado nas últimas décadas, tanto pelas políticas públicas de saúde voltadas para a prevenção de doenças quanto pelas de promoção da saúde.

O contexto sociopolítico em que as práticas esportivas se acentuavam também não pode ser negligenciado. Destacamos um espaço para essa discussão, que também entendemos ser elemento-chave para o sucesso da prática esportiva naquela época, uma vez que tais atividades eram incentivadas e vistas com bons olhos pelo regime político da Ditadura Militar presente no país durante todo o período analisado. Ou seja, se um governo militar é um regime de exceção democrática que obstrui o crescimento de diversos aspectos sociais – como manifestações

artísticas e culturais, por exemplo – em relação aos esportes a lógica era inversa, uma vez que historicamente os governos militares os utilizam como propaganda desenvolvimentista e até mesmo como controle da sociedade. No Brasil não foi diferente e o esporte como disciplina foi incentivado. Mais um ponto a favor de Cooper e seus adeptos, nesse aspecto. O Brasil da Ditadura Militar, que ao mesmo tempo discutia seu movimento de Reforma Sanitária, era o terreno perfeito para a proliferação de práticas físicas normatizadas e normalizadoras.

De tão naturalizada e incentivada, inicialmente de forma indiscriminada, a corrida carente de orientações profissionais – e com excessos praticados – começou a fazer vítimas. E os discursos controversos passaram a circular, dividindo a pauta e concorrendo com os depoimentos até então essencialmente positivos. Afinal, a corrida já não ostentava mais o prestígio e garantias de quando surgira. Seria realmente seguro correr? Ou a prática representaria um risco à integridade física? Perguntas que ficariam sem repostas conclusivas. Ao rebaterem Cooper, outros cientistas e profissionais de medicina, como Solomon e Benchimol, forneceram novos elementos para a discussão social, entretanto, sem que houvesse um consenso, como acompanhamos pela produção da imprensa que atuou como um dos órgãos mediadores do debate social. De tão legitimado, até então, Cooper já havia até passado de substantivo próprio a simples, e o nome de seu criador passou a nomear a própria corrida de rua, como um sinônimo. ‘Sair para fazer um cooper’ – com cê minúsculo –, passou a equivaler diretamente a sair para correr, no código social brasileiro. Uma marca que ainda se encontra presente nos dias de hoje, embora a pesquisa se atenha ao passado recente.

Em nossa análise de mídia e referências bibliográficas, notamos, entretanto, uma mudança de padrão referente ao propósito da corrida em relação ao corpo. Se antes, na década de 1970, a preocupação dos adeptos da corrida era claramente prevenir-se de doenças, envelhecer com boas condições de saúde e por consequência viver mais, os anos 80 já trouxeram novas perspectivas e finalidades à corrida e demais práticas físicas. A corrida em si, em meio às controvérsias e óbitos noticiados na imprensa, começou a perder fôlego e as academias de ginástica ganharam força nesse vácuo. Muitos trocaram as pistas pelas esteiras monitoradas e os exercícios aeróbicos pelos anaeróbicos. Os músculos aparentes voltaram a ser valorizados e boa parte daquela produção discursiva consolidada em favor da atividade física como um fator gerador de saúde se transfere para o campo da estética. O bem-estar passa a ser a boa forma física e essa concepção de ‘corpo em forma’ muda ao longo do processo de nossa análise, já nos últimos anos em que investigamos a sociedade a partir dos relatos da imprensa. Todavia, algo permanente durante todo o percurso analisado foi o caráter moralizante que permeia a adoção das práticas esportivas desde o seu início.

Por fim, concluímos que tais concepções e sentidos sobre saúde formulados e propagados nas últimas décadas e que passaram a circular na sociedade ajudam a explicar a incompreensão que geralmente ocorre quando alguém que supostamente segue toda a cartilha normativa das práticas preconizadas como saudáveis é acometido por alguma doença ou vem a óbito subitamente. O espanto normalmente se expressa em frases do tipo: ‘mas fulano se cuidava tanto’ ou ‘como aconteceu isso com uma pessoa tão correta, que fazia tudo certinho?’ Sentenças que sinalizam o quanto a prática discursiva dos fatores de risco, moralidade e do autocuidado estão arraigadas culturalmente em nosso meio. Fatores que demonstram, portanto, o êxito dessa produção discursiva iniciada nos anos 70, da racionalidade científica da saúde e do corpo em movimento como elixir da juventude – eterna até que se finde.

A pesquisa sobre a corrida de rua representou um desafio extra, por conta da escassez de estudos específicos sobre a temática, entretanto, nos mobilizou e motivou pela mesma razão, justamente pela necessidade de novas produções científicas a respeito da corrida na perspectiva histórica e dos estudos culturais na sociedade. Uma vez que a grande parte do referencial que encontramos geralmente restringia-se ao campo da educação física e de análises fisiológicas. Observamos ainda que a grande maioria dos artigos produzidos sobre corridas de rua são bastante recentes, um indício de que nosso interesse converge simultaneamente com o movimento de outros pesquisadores na busca por dirimir essa ausência de discussões sobre o tema na academia, dando-nos a oportunidade de construir um material que possa vir a ser de referência para outras pesquisas que busquem explorar essa rica temática.

Percorrer esse universo nos apresentou novos caminhos e instigou-nos a adentrar diversas portas cuja limitação temporal e metodológica de um mestrado não nos permitiria passar. Todavia, enxergamos viabilidade e a necessidade de complementarmos a pesquisa do ponto de onde paramos nesse primeiro momento até chegarmos aos dias atuais, por exemplo, com vistas a buscarmos entender como e o porquê a corrida no século XXI volta a ter uma relevância no cotidiano dos indivíduos e de que forma essa prática tem se refletido e sido midiaticizada nas redes sociais digitais, por exemplo. Que novas (?) configurações estariam em jogo atualmente? Que marcas da sua origem permanecem? Dispomo-nos, por fim, a avançar em novas investigações e produções acadêmicas no breve futuro, tendo essa dissertação de mestrado, por ora apresentada no âmbito do PPGICS/Fiocruz, como base para a elaboração de artigos científicos e até mesmo para a retomada desse estudo com a proposição de sua ampliação em uma tese de doutorado. Tendo essa pretensa continuidade como um possível desdobramento da pesquisa desenvolvida nesse momento para a obtenção do título de mestre.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBUQUERQUE, D. B.; SILVA, M. L.; MIRANDA, Y. H. B.; FREITAS, C. M.S.M. Corrida de rua: uma análise qualitativa dos aspectos que motivam sua prática. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, 26 (3): 88-95; 2018.

ANJOS, L. A. dos. **Obesidade e Saúde Pública**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2006.

ARAÚJO, I. S. de. **Mercado simbólico: um modelo de comunicação para políticas públicas**. Interface-Comunicação, Saúde, Educação, v. 8, p. 165-178, 2004.

AROUCA, A. S. da S. **O dilema preventivista: contribuição para a compreensão e crítica da medicina preventiva**. Tese de doutoramento, Universidade Estadual de Campinas, 1975.

ASSUMPCÃO, L.O.T.; MORAIS P.P. de e FONTOURA, H. **Relação entre atividade física, saúde e qualidade de vida**. Universidade Católica de Brasília. 2002

ATALLA, M. **Sua vida em movimento**. São Paulo-SP: Paralela, 2012

AUGUSTI, M. e AGUIAR, C.M. **Corrida de rua e sociabilidade**. Carreras de calle y sociabilidad. EFDportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 16, Nº 159, agosto de 2011.

BAGRICHEVSKY, M.; CASTIEL, L.D.; VASCONCELLOS-SILVA, P.R.; ESTEVÃO, A.; PALMA, A. **Sedentário “sem-vergonha”, saudável “responsável”? Problematizando a difusão do “estilo de vida ativo” no campo sanitário** (p. 209-229). In: A saúde em debate na Educação Física. Vol. 3. Ilhéus, BA: Editus, 2007.

BAGRICHEVSKY, M.; ESTEVÃO, A. e VASCONCELLOS-SILVA, P.R. **Desigualdades sociais, promoção da saúde e práticas corporais: por uma ressignificação contextualizada** (p. 221-258). In: BAGRICHEVSKY, M. e ESTEVÃO, A. Saúde Coletiva: dialogando sobre interfaces temáticas. Ilhéus, BA: Editus, 2015.

BARBOSA, L. **Sociedade de Consumo**. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

BARBOSA, M. C. **História da comunicação (e do jornalismo): pressupostos teóricos e metodológicos**. Palavra Clave, 22(4), e2242. DOI: <https://doi.org/10.5294/pacla.2019.22.4.2>, 2019

BAUMAN, Z. **O mal-estar da pós-modernidade**. Rio de Janeiro: J. Jorge Zahar, 1998.

BLOCH, M. **Apologia da História ou o ofício do historiador**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2002.

BORGES, L. H. de A. **Do complexo de vira-latas ao homem genial: o futebol como elemento constitutivo da identidade brasileira nas crônicas de Nelson Rodrigues, João Saldanha e Armando Nogueira**. Brasília: UNB (Dissertação de Mestrado), 2006.

BORGES, W.C. **Narrativas jornalísticas como produção material da cultura: a presença do imaginário na construção ideológica em torno da criminalidade**. Niterói: UFF (Tese de Doutorado), 2009.

BOSCHI, C. C. **O historiador, os arquivos e as novas tecnologias: notas para debate**, p. 13-34. In: Exercício de Pesquisa Histórica. Editora PUC Minas: Belo Horizonte, 2011.

BOUCHARD, C. E.; SHEPHARD, R. J.; STEPHENS, T. E. **Physical activity, fitness, and health: International proceedings and consensus statement**. In: International Consensus Symposium on Physical Activity, Fitness, and Health, 2nd, May, 1992, Toronto, ON, Canada. Human Kinetics Publishers, 1994.

BOURDIEU, P. **O poder simbólico**. Lisboa: difel, 1989.

BRASIL. **Constituição da república federativa do Brasil**. Brasília: Senado Federal, Centro Gráfico, 1988.

BREITKREITZ, L.A. **A ditadura e o futebol na América do Sul: a construção de um imaginário coletivo através das copas do mundo de 1970 e 1978**. Revista Semina V.11, nº 01; 2012

BUSS, PM; PELLEGRINI FILHO, A. **A Saúde e Seus Determinantes Sociais**. Physis, Vol.17; 2007.

BUSS, P.M. **Promoção da saúde e qualidade de vida**. Ciência & Saúde Coletiva. 5 (1): 163- 177, 2000.

BUSS, P.M. **Uma introdução ao conceito de Promoção da Saúde**. In CZERESNIA, D.; FREITAS, C. M.de. Promoção da saúde: conceitos, reflexões, tendências. SciELO-Editora Fiocruz, 2009.

CALIMAN, L.V. **Quando os estilos de vida se tornam estilos de risco**. In: BAGRICHEVSKY, M. e ESTEVÃO, A (Orgs). *Saúde Coletiva: dialogando sobre interfaces temáticas*. Ilhéus, BA: Editus, 2015.

CAMARGO JUNIOR, K. R. **As armadilhas da “concepção positiva de saúde”**. Physis: Revista de Saúde Coletiva, v. 17, p. 63-76, 2007.

CAMARGO, A.M.A. **Os arquivos e o acesso à verdade**, p. 424-43. In: Desarquivando a ditadura: memória e justiça no Brasil, volume II. São Paulo: Aderaldo & Rothschild Editores, 2009.

CANGUILHEM, G. **O normal e o patológico**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1995.

CARDOSO, J. M. **Comunicação, saúde e discurso preventivo: uma leitura das campanhas de Aids na TV**. Dissertação de Mestrado. Rio de Janeiro: UFRJ. 2001.

CASTIEL, L.D. **Quem vive mais, morre menos? Estilo de risco e promoção de saúde** (p. 79-98). In: A saúde em debate na educação física. BAGRICHEVSKY, M; PALMA, A. e ESTEVÃO, A. (orgs.). Blumenau - SC : Edibes, 2003

CASTIEL, L. D.; VASCONCELLOS-SILVA, P. R. **A noção “estilo de vida” em promoção de saúde: um exercício crítico de sensibilidade epistemológica**. A saúde em debate na educação física. Blumenau: Nova Letra, v. 2, p. 67-92, 2006.

CASTIEL, L. D., GUILAM, M.C.R. e FERREIRA, M.S. **Correndo o risco: uma introdução aos riscos em saúde**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2010.

CASTIEL, L. D.; XAVIER, C.; MORAES, D.R. de. **À procura de um mundo melhor: apontamentos sobre o cinismo em saúde**. In: À procura de um mundo melhor: apontamentos sobre o cinismo em saúde. 2016.

CASTRO, R. **A conquista do tri no México** (p. 126 – 149). In: ASSAF, R. e RODRIGUES, J. Todas as Copas de 1930 a 2006. 3ª ed. - Rio de Janeiro: Areté Editorial, 2010.

CASTRO, E. **Lecturas foucaulteanas. Una historia conceptual de la biopolítica**. La Plata: Unipe Editorial Universitaria, 2011.

CHAGAS, L. dos S. **Brasil, pra sempre: futebol e política na revista Veja (1970)**. ANPUH – XXV Simpósio Nacional de História – Fortaleza, 2009.

CHARTIER, R. **A história cultural: entre práticas e representações**. Lisboa: Difel, 1990.

COOPER, K. H. **Aptidão física em qualquer idade**. Rio de Janeiro: Fórum, 1970.

\_\_\_\_\_. **Correndo sem medo**. Rio de Janeiro: Nórdica, 1987.

COSTA, S. de S. G. **Governamentalidade neoliberal, teoria do capital humano e empreendedorismo**. Educação & Realidade, v. 34, n. 2, p. 171-186, 2009.

COUTINHO, C.P. de M. **Prefácio**. In COOPER, K. H. *Aptidão física em qualquer idade*. Rio de Janeiro: Fórum, 1970.

CRAWFORD, R. **Healthism and the medicalization of everyday life**. International journal of health services, v. 10, n. 3, p. 365-388, 1980.

\_\_\_\_\_. **Salutarismo e medicalização da vida cotidiana**. Reciis - Revista Eletrônica Comunicação, Informação e Inovação em Saúde. 13(1), p. 100-121. jan.-mar. 2019

CZERESNIA, D.; FREITAS, C. M.de. **Promoção da saúde: conceitos, reflexões, tendências**. SciELO-Editora Fiocruz, 2009.

CZERESNIA, D.; MACIEL, E.M.G.S. e OVIEDO, R.A.M. **Os sentidos da saúde e da doença**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2013.

CZERESNIA, D. **O conceito de Saúde e a Diferença entre Prevenção e Promoção**. In CZERESNIA, D.; FREITAS, C. M.de. *Promoção da saúde: conceitos, reflexões, tendências*. SciELO-Editora Fiocruz, 2009.

DALLARI, M. M. **Corrida de rua: um fenômeno sociocultural contemporâneo**. Tese (Doutorado em Educação). Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.

DELEUZE, G. **Conversações**. São Paulo: Editora 34, 1992.

DIAS, C. **Corrida de rua no país do futebol**. Rio de Janeiro: Recorde, v. 10, n. 1, jan/jun. 2017.

\_\_\_\_\_. 2016. **A moda da corrida de rua**. Sítio eletrônico História(s) do Sport. Publicado em: 09/05/2016, disponível em: <https://historiadoesporte.wordpress.com/2016/05/09/a-moda-da-corrída-de-rua/>. Acesso em 17/09/2019.

EHRENBERG, A. **O culto da performance: da aventura empreendedora à depressão nervosa**. Aparecida: Ideias e Letras, 2010.

ELIAS, N. **O processo civilizador**. Vol 1: uma história dos costumes. Rio de Janeiro: Zahar, 2011.

FARIAS, J.A de; SOARES, F. da S. **O futebol e a ditadura militar no Brasil. A Copa de 1970 no México e seus desdobramentos políticos-sociais**. Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales, (abr-jun. 2016). Disponível em: <http://www.eumed.net/rev/cccss/2016/02/futebol.html> ou <http://hdl.handle.net/20.500.11763/CCCSS-2016-02-futebol> Acesso em 20/12/2019.

FERREIRA, F.R. **A estetização da saúde** (p.121-140). In: BAGRICHEVSKY, M. e ESTEVÃO, A. *Saúde Coletiva: dialogando sobre interfaces temáticas*. Ilhéus, BA: Editus, 2015.

FERREIRA, M.S. e CASTIEL, L.D. **Promoção da saúde, empowerment e o discurso da vida ativa** (p. 259-290). In: BAGRICHEVSKY, M. e ESTEVÃO, A. Saúde Coletiva: dialogando sobre interfaces temáticas. Ilhéus, BA: Editus, 2015.

FERREIRINHA, I. M. N; RAITZ, T.R. **As relações de poder em Michel Foucault: reflexões teóricas**. Revista de Administração Pública, v. 44, n. 2, p. 367-383, 2010.

FICO, C. **O Regime Militar no Brasil (1964-1985)**. São Paulo: Saraiva, 1998.

FILHO, N. de A. **O que é Saúde?** Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2011.

FLEURY, S. **Reforma sanitária brasileira: dilemas entre o instituinte e o instituído**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 14, p. 743-752, 2009.

FORTES, R. **Os anos 80, a juventude e os esportes radicais** (p. 417-451). In: PRIORE, M. Del. e MELO, V. A. de (orgs). História do Esporte no Brasil: do Império aos Dias Atuais. São Paulo: Editora Unesp, 2009.

FOUCAULT, M. **A Arqueologia do Saber**. Rio de Janeiro, Brazil: Forense-Universitária, 1986.

\_\_\_\_\_. **História da Sexualidade 1: A vontade de saber**. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1998.

\_\_\_\_\_. **História da sexualidade 2: O uso dos prazeres**. Rio de Janeiro, RJ: Graal, 1984.

\_\_\_\_\_. **Nascimento da Biopolítica: curso dado no Collège de France (1978-1979)**. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

\_\_\_\_\_. **Crise da medicina ou crise da antimedicina**. *verve. revista semestral autogestionária do Nu-Sol.*, n. 18, p.167-194, 2010.

\_\_\_\_\_. **Vigiar e punir: nascimento da prisão**. 42ª Edição. Petrópolis/RJ: Vozes, 2014

FRAGA, A. B. **Promoção da vida ativa: nova ordem físico-sanitária na educação dos corpos contemporâneos**. A saúde em debate na educação física - Volume 2, 2006

GOELLNER, S. V. **A cultura fitness e a estética do comedimento: as mulheres, seus corpos e aparências**. In: STEVENS, Cristina; SWAIN, Tania Navarro. A construção dos corpos: perspectivas feministas. Florianópolis: Mulheres, 2008.

GOFFMAN, E. **A representação do Eu na Vida Cotidiana**. 13ª Ed. Petrópolis/RJ: Vozes, 2013.

GOMES, G. A. de O.; CODOGNO, J.S.; SANTOS, V.R. dos; MACIEL, E. da S.; SONATI, J.G.; KOBURUN, E. **Caminhada orientada na atenção básica de saúde do Brasil**. In: JUNIOR, J.M.N. (Org.) Atividades Física e Fatores Relacionados: uma abordagem multiprofissional. Curitiba: Editora CRV, 2014.

GUTERMAN, M. **Médici e o futebol: a utilização do esporte mais popular do Brasil pelo governo mais brutal do regime militar**. Projeto História: Revista do Programa de Estudos Pós-Graduados de História, v. 29, n. 01, 2004.

\_\_\_\_\_. **O Futebol Explica o Brasil: o Caso da Copa de 70**. 2006. Tese de Doutorado. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

HAN, B. C. **Sociedade do Cansaço**. Segunda edição, Petrópolis, RJ: Vozes, 2017.

HELAL, R. **O que é Sociologia do Esporte**. São Paulo: Brasiliense, 1990.

HUFFAKER, S. **Ginástica para preguiçosos**. 2ª edição brasileira: Honor Editorial Ltda. 1972

KELLNER, D. **A Cultura da Mídia – estudos culturais, identidade e política, entre o moderno e o pós-moderno**. Bauru, SP, EDUSC, 2001.

LAGE, N. **A reportagem: teoria e técnica de entrevista e pesquisa jornalística – 10ª edição**. Rio de Janeiro: Record, 2012.

LE GOFF, J. **Documento/monumento**. G. Einaudi, 1978.

LUCA, T.R. **História dos, nos e por meio dos periódicos**, p. 111-53. In: Fontes Históricas. São Paulo: Contexto, 2008.

LUPTON, D. **Corpos, prazeres e práticas do eu**. Educação & Realidade, v. 25, n. 2, 2000.

\_\_\_\_\_. **Risk and sociocultural theory: New directions and perspectives**. Cambridge University Press, 1999.

LUZ, M.T. **As Instituições Médicas no Brasil**. – 2ª edição. Porto Alegre: Rede UNIDA, 2014.

MARTINS, L. A-C. P; MARTINS, R. de A. **Infecção e higiene antes da teoria microbiana: a história dos miasmas**. 2015.

MELO, V.A. de; DRUMOND, M.; FORTES, R.; SANTOS, J.M.C.M. **Pesquisa Histórica e História do Esporte**. Rio de Janeiro-RJ: 7letras, 2013.

MELO, V.A. de. **Corpos, bicicletas e automóveis: outros esportes na transição dos séculos XIX e XX** (p. 71-106). In PRIORE, M. Del. e MELO, V. A. de (orgs). *História do Esporte no Brasil: do Império aos Dias Atuais*. São Paulo: Editora Unesp. 2009a.

MELO, V.A. de. **Das touradas às corridas de cavalo e regatas: primeiros momentos da configuração do campo esportivo no Brasil** (p.35-70). In PRIORE, M. Del. e MELO, V. A. de (orgs). *História do Esporte no Brasil: do Império aos Dias Atuais*. São Paulo: Editora Unesp. 2009b.

MINAYO, M.C.S. **A saúde em estado de choque**. Rio de Janeiro: Espaço e Tempo, 1992.

\_\_\_\_\_. **O desafio do conhecimento**. 8.ed. São Paulo: Hucitec, 2004.

MORAES, D. R. de; CASTIEL, L.D. **O salutarismo de Robert Crawford e as atualizações do autoritarismo sanitário nosso de cada dia**. Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde, v. 13, n. 1, 2019.

MORELLI, F. **Esporte na imprensa e a imprensa esportiva no Brasil** [Resenha]. Projeto História, São Paulo, n. 49, pp. 445-453, Abr. 2014.

NASCIMENTO, F. O. do. **Política de Esportes Durante a Ditadura Militar: Educação Física, Moral e Cívica**. Anais do Encontro Internacional e XVIII Encontro de História da Anpuh-Rio: História e Parcerias. Rio de Janeiro, 2018.

NEVES, E. **Sob a égide da epidemiologia do risco: legitimidade e controle através da normalização social** (p. 441-472). In: BAGRICHEVSKY, M. e ESTEVÃO, A. *Saúde Coletiva: dialogando sobre interfaces temáticas*. Ilhéus, BA: Editus, 2015.

OLIVEIRA, M.A.T. de. **Educação Física escolar e ditadura militar no Brasil (1968-1984): história e historiografia.** Educ. pesq, v. 28, n. 1, p. 51-75, jan./jun., 2002.

\_\_\_\_\_. **O esporte brasileiro em tempos de exceção: sob a égide da Ditadura (1964-1985)** (p. 387-416). in PRIORE, M. Del. e MELO, V. A. de (orgs). História do Esporte no Brasil: do Império aos Dias Atuais. São Paulo: Editora Unesp. 2009

PAIM, J. S. **Reforma Sanitária Brasileira: avanços, limites e perspectivas** (p. 91-122). In: MATTA, G. C. e LIMA, J.C.F. (Orgs). Estado, sociedade e formação profissional em saúde: contradições e desafios em 20 anos de SUS, v. 20, 2008.

PALMA, A; BAGRICHEVSKY, M; e ESTEVÃO, A. **Análise sobre os limites da inferência causal no contexto investigativo sobre “exercício físico e saúde”** In: A saúde em debate na educação física. BAGRICHEVSKY, M; PALMA, A. e ESTEVÃO, A. (orgs.). Blumenau - SC : Edibes, 2003.

PALMA, A; ESTEVÃO, A; e BAGRICHEVSKY, M. **Considerações teóricas acerca das questões relacionadas à promoção da saúde.** In: A saúde em debate na educação física. BAGRICHEVSKY, M; PALMA, A. e ESTEVÃO, A. (orgs.). Blumenau - SC : Edibes, 2003.

PARADA, M. **Educando corpos e criando a nação: cerimônias cívicas e práticas disciplinares no Estado Novo.** Rio de Janeiro: editora PUC-RIO: Apicuri, 2009.

PAULA, R. B. de; LOVISI, J.C.M e REBOREDO M. de M. **Recomendações para o exercício físico no tratamento da hipertensão arterial.** In: NOVO JUNIOR, J.M. (org). Atividade Física e Fatores Relacionados: uma abordagem multiprofissional. Curitiba-PR: Editora CRV, 2014.

PENA, F. **Teoria do Jornalismo** – 3ª edição. São Paulo: Contexto, 2013.

PETERSEN, A. **Risk, governance and the new public health.** In: PETERSEN, A. & BUNTON R. (Eds.) Foucault, Health and Medicine. London, New York: Routledge, 1997

PICH, S.; GOMES, I.M. e VAZ, A.F. **Mercadorização biopolítica: sobre escolhas saudáveis em tempos de consumo.** In: BAGRICHEVSKY, M.; ESTEVÃO, A. e PALMA, A. A saúde em debate na educação física – Volume 3. Ilhéus: Editus/Ministério do Esporte, 2007.

PINSKY, C. B. e DE LUCA, T.R (orgs). **O historiador e suas fontes.** São Paulo: Contexto, 2015

PINSKY, C. B. (org). **Fontes Históricas.** São Paulo: Contexto, 2008.

PIRES, V. L.; TAMANINI-ADAMES, F. A. **Desenvolvimento do conceito bakhtiniano de polifonia.** Estudos semióticos, v. 6, n. 2, p. 66-76, 2010

PRADO, J.L.A. **Convocações biopolíticas dos dispositivos comunicacionais** – São Paulo: EDUC: FAPESP, 2013.

RABINOW, P.; ROSE, N. **O conceito de biopoder hoje.** Política & Trabalho: Revista de Ciências Sociais, João Pessoa, n. 24, p. 27-57, abr. 2006.

RAGO, M. **O efeito-Foucault na historiografia brasileira.** Tempo social, v. 7, n. 1/2, p. 67-82, 1995.

RAMIRO, A. **Estratégias de governamentalidade no âmbito da promoção da saúde: o controle do peso corporal como estilo de vida saudável** (p. 319-348). In: BAGRICHEVSKY, M. e ESTEVÃO, A. Saúde Coletiva: dialogando sobre interfaces temáticas. Ilhéus, BA: Editus, 2015.

REIS, M. G.M.; SICILIANO, T. de O. **Tudo o que o cidadão deve saber: as cartilhas no processo civilizador**. Rio de Janeiro, 2016. 162 p. Dissertação de Mestrado - Departamento de Comunicação Social, Pontífica Universidade Católica do Rio de Janeiro.

RIBEIRO, A. P. G. **A mídia e o lugar da história**. Lugar Comum, Rio de Janeiro Nepcom/UFRJ, 11; 25-44, mai/ago. 2000.

\_\_\_\_\_. **A mídia como lugar de memória**. In: HERSCHMANN, Micael e MESSEDER, Carlos Alberto (orgs.). *Mídia, memória e celebridades*. Rio de Janeiro: E-Papers, 2003.

RODRIGUES, J. P.; TRIANI, F. da S. e TELLES, S. de C.C. **A Teoria das necessidades e a busca da excitação: o que leva os corredores às ruas**. J Health Sci. 20(3), p. 205-11. 2018

ROJO, J.R. **Corridas de rua, sua história e transformações**. Anais do VII Congresso Sulbrasileiro de Ciências do Esporte. Secretarias do Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte (Paraná, Santa Catarina, Rio Grande do Sul), Disponível em: <http://cbce.tempsite.ws/congressos/index.php/7csbce/2014/index> - ISSN 2179-8133, 2014.

ROSE, N. **A política da própria vida: biomedicina, poder e subjetividade no século XXI**. São Paulo: Paulus, 2013.

SACRAMENTO, I.; CRUZ, C. da S. **A patologização da obesidade: endereçamentos da moralidade corporal contemporânea em um programa de TV** (p.193-217). In: *Saúde e jornalismo: interfaces contemporâneas*, 2014.

SACRAMENTO, I.P. **Saúde, estilo de vida e cultura de consumo num contexto neoliberal**. Recis – Revista Eletrônica Comunicação, Informação e Inovação em Saúde. 10(4), p. 1-5. out.-dez. 2016.

SACRAMENTO, I.P. e SANCHES, J.C (Orgs). **Dispositivos de Subjetivação: saúde, cultura e mídia**. Rio de Janeiro: Multifoco, 2019.

SALGADO, J.V.V. e CHACON-MIKAHIL, M.P.T. **Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e praticantes**. Conexões, Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v.4, n.1, 2006.

SANCHES, J.C. 42º CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO - INTERCOM, 2012, Belém. **Capital Humano e as Estratégias da Governamentalidade no Culto ao Corpo**. São Paulo: Intercom, 2019. Disponível em: <http://portalintercom.org.br/anais/nacional2019>. Acesso em: 28/10/2019.

SANDER, R. 1970: **Enquanto o Brasil conquistava o tri**. 1ª Edição. Rio de Janeiro: Maquinária Editora, 2019.

SIGERIST, H. **The social sciences in the medical school**. In: SIGERIST H. (Org.) *The University at the Crossroad*. New York: Henry Schumann Publisher, 1946.

SOERENSEN, C. **A profusão temática em Mikhail Bakhtin: dialogismo, polifonia e carnavalização**. Travessias, v. 3, n. 1, 2005.

SOLOMON, H.A. **O mito do exercício**. São Paulo: Summus, 1991

TIBURTINO, G.Q.T. 42º CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO - INTERCOM, 2012, Belém. **Prática esportiva, cultura midiática e estilo de vida ativa na construção identitária de sujeitos no século XXI: os sentidos da corrida de rua nas redes sociais digitais**. São Paulo: Intercom, 2019. Disponível em: <http://portalintercom.org.br/anais/nacional2019>. 02/12/2019.

TRAQUINA, N. **Jornalismo: teorias, questões e “estórias”**. Lisboa: Vega, 1993.

VAZ, P. **Consumo e risco: mídia e experiência do corpo na atualidade**. Comunicação Mídia e Consumo, v. 3, n. 6, p. 37-61, 2006.

\_\_\_\_\_. **Mídia, moralidade e fatores de risco em saúde**. Cad. Saúde Pública, v. 25, n. 3, p. 472-473, 2009.

\_\_\_\_\_. **O processo de normalização**. In: RODRIGUES, H.B.C.; PORTOCARRERO, V.; VEIGANETO, A. (Org.). Michel Foucault e os saberes do homem. Como, na orla do mar, um rosto de areia. 1ª Edição. Curitiba: Prismas, v. 1, p. 485-504. 2016.

\_\_\_\_\_. **O risco e a construção de subjetividades crônicas e punitivas na contemporaneidade**. Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde, v. 13, n. 1, 2019.

VEYNE, P. et al. **Como se escreve a história**. Lisboa: Edições 70, 1982.

ZORZANELLI, R. T.; CRUZ, M. G. A. **O conceito de medicalização em Michel Foucault na década de 1970**. Interface-Comunicação, Saúde, Educação, v. 22, n. 66, p. 721, 2018.

#### **Outras fontes:**

JORNAL BRASILEIRO DE PATOLOGIA E MEDICINA LABORATORIAL, 2009 – disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jbpm/v45n5/v45n5a01.pdf>, Acesso em 3 de fevereiro de 2019.

NETSABER BIOGRAFIAS. Disponível em: [biografias.netsaber.com.br/biografia-4360/biografia-de-armando-nogueira](http://biografias.netsaber.com.br/biografia-4360/biografia-de-armando-nogueira). Acesso em 21/10/2019.

NOGUEIRA, A. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 30/03/1969, Rio de Janeiro p. 43

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 01/01/1970, Rio de Janeiro, p. 21

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 07/01/1970, Rio de Janeiro, p. 21

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 13/01/1970, Rio de Janeiro, p. 23

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 16/01/1970, Rio de Janeiro, p. 27

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 22/01/1970, Rio de Janeiro, p. 21

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 28/01/1970, Rio de Janeiro, p. 25

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 01/02/1970, Rio de Janeiro, p. 31

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 04/02/1970, Rio de Janeiro, p. 21

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 07/02/1970, Rio de Janeiro, p. 20

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 13/02/1970, Rio de Janeiro, p. 21

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 21/02/1970, Rio de Janeiro, p. 19

\_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 24/02/1970, Rio de Janeiro, p. 27

- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 26/02/1970, Rio de Janeiro, p. 27
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 28/02/1970, Rio de Janeiro, p. 19
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 01/03/1970, Rio de Janeiro, p. 29
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 05/03/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 24/03/1970, Rio de Janeiro, p. 29
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 03/04/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 11/04/1970, Rio de Janeiro, p. 21
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 21/04/1970, Rio de Janeiro, p. 29
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 30/04/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 01/05/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 22/05/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 31/05/1970, Rio de Janeiro, p. 39
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 02/06/1970, Rio de Janeiro, p. 27
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 04/06/1970, Rio de Janeiro, p. 25
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 07/06/1970, Rio de Janeiro, p. 43
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 12/06/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 16/06/1970, Rio de Janeiro, p. 27
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 17/06/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 18/06/1970, Rio de Janeiro, p. 25
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 20/06/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 23/06/1970, Rio de Janeiro, p. 35
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 09/07/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 12/07/1970, Rio de Janeiro, p. 39
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 15/07/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 29/07/1970, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 06/12/1970, Rio de Janeiro, p. 59
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 27/01/1971, Rio de Janeiro, p. 27

- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 14/02/1971, Rio de Janeiro, p. 39
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 04/03/1971, Rio de Janeiro, p. 27
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 20/05/1971, Rio de Janeiro, p. 27
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 14/08/1971, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 26/08/1971, Rio de Janeiro, p. 31
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 22/02/1972, Rio de Janeiro, p. 35
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 12/03/1972, Rio de Janeiro, p. 55
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 18/03/1972, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 23/03/1972, Rio de Janeiro, p. 25
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 20/04/1972, Rio de Janeiro, p. 39
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 03/05/1972, Rio de Janeiro, p. 25
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 18/05/1972, Rio de Janeiro, p. 31
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 11/06/1972, Rio de Janeiro, p. 55
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 22/06/1972, Rio de Janeiro, p. 35
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 29/07/1972, Rio de Janeiro, p. 29
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 02/08/1972, Rio de Janeiro, p. 25
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 03/08/1972, Rio de Janeiro, p. 35
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 24/08/1972, Rio de Janeiro, p. 39
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 04/10/1972, Rio de Janeiro, p. 27
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 13/10/1972, Rio de Janeiro, p. 31
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 21/10/1972, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 01/11/1972, Rio de Janeiro, p. 23
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 10/11/1972, Rio de Janeiro, p. 79
- \_\_\_\_\_. *Na Grande Área*. Jornal do Brasil. 29/04/1973, Rio de Janeiro, p. 47

QUADROS, R. *A seleção ganhou no preparo físico*. *Revista Placar*, 15/03/1974, São Paulo, p. 4

TRIVELA. Claudio Coutinho, 80 anos: O legado de um dos técnicos mais inovadores do futebol brasileiro. Sítio eletrônico. Publicado em: 05/01/2019. Disponível em: <https://trivela.com.br/claudio-coutinho-80-anos-o-legado-de-um-dos-tecnicos-mais-inovadores-do-futebol-brasileiro/> Acesso em 04/11/2019.

- WERNECK, J.I. *Campo Neutro*. *Jornal do Brasil*. 26/2/1980, p.33
- \_\_\_\_\_. *Campo Neutro*. *Jornal do Brasil*. 10/05/1980, p.5
- \_\_\_\_\_. *Campo Neutro*. *Jornal do Brasil*. 22/6/1980, p. 41
- João Saldanha: eles sabem tudo sobre a bola. *Manchete*, 19/07/1969, Rio de Janeiro, p. 14
- Médici lamenta a Seleção sem Dario. *Jornal do Brasil*, Rio de Janeiro, 28/02/1970, p. 1
- Como manter-se em forma em qualquer idade – os novos aeróbicos. *Seleção da Reader's Digest*, maio de 1970, p. 130-148.
- O Serviço. Ginástica. *Jornal do Brasil*, Rio de Janeiro, 13/05/1970, Rio de Janeiro, p. 5
- 21 de junho: uma nova data nacional. *Jornal do Brasil*, 23/06/1970, Rio de Janeiro, p. 18
- Tão em forma quanto a seleção. *Jornal do Brasil*, Rio de Janeiro, 21/09/1970, p. 6
- O poder da preparação. *Jornal dos Sports*, 30/09/1970, Rio de Janeiro, p. 25
- Reconduzindo Claudio Coutinho. *O Globo*, 19/06/1971, Rio de Janeiro, p. 17
- A luta da vida mais longa. *Jornal do Brasil*, 2/12/1971, Rio de Janeiro, p. 1a
- A busca da forma melhor. *Jornal do Brasil*, 2/12/1971, Rio de Janeiro, p. 1b
- Saúde aos 94 anos. *Jornal do Brasil*, 2/12/1971, Rio de Janeiro, p. 1c
- Preparo do atleta e vida sadia para todos. *O Globo*, 31/01/1972, Rio de Janeiro, p. 43
- Bangu usa Cooper e cronograma para ser novamente um grande. *O Globo*, 03/02/1972, Rio de Janeiro, p. 21
- Cooper. Seu método cura tudo: do enfarte ao tédio. *Manchete*, 19/02/1972, Rio de Janeiro, p. 52
- Olaria fez Carnaval na hora da classificação. *O Globo*, 17/04/1972, Rio de Janeiro, p. 43
- Notas. *Jornal do Brasil*, 11/05/1972, Rio de Janeiro, p. 10
- Pega mal... pega bem... *O Globo*, 31/05/1972, Rio de Janeiro, p. 1
- Adeptos do teste de Cooper sentem-se outros em 38 dias. *Jornal do Brasil*, 24/06/1972, Rio de Janeiro, p.5
- Carta dos leitores. Exercícios. *O Globo*, 01/07/1972, Rio de Janeiro, p. 2
- O esporte cedo, mas sem excesso. *Jornal do Brasil*, 09/07/1972, Rio de Janeiro, p.9
- Método de Cooper aos 40 anos pode causar enfarte, diz médico. *O Globo*, 19/07/1972, Rio de Janeiro, p. 10
- Os 'Coopermaníacos' continuam correndo de manhã em Copacabana. *O Globo*, 20/07/1972, Rio de Janeiro, p. 13

- Para mineiro quem corre cansa e assim Cooper está errado. *O Globo* 21/07/1972, Rio de Janeiro p. 12a.
- Entre o enfarte e o bom senso. *O Globo* 21/07/1972, Rio de Janeiro, p. 12b.
- Cooper: risco não é o método, mas o exagero. *O Globo* 21/07/1972, Rio de Janeiro, p. 12c.
- Médico acha perigoso o ‘Cooper’ sem orientação. *O Globo*, 22/07/1972, Rio de Janeiro, p. 3
- Marcha da Saúde. *Manchete*, 22/07/1972, Rio de Janeiro, p. 22
- Teste de Cooper é uma coisa, método é outra. *O Globo*, 25/07/1972, Rio de Janeiro, p. 12
- Médicos apoiam a campanha do Governo contra o enfarte. *O Globo*, 27/07/1972, Rio de Janeiro, p. 25
- Uma opinião médica: calma com o Cooper. *Jornal dos Sports*, 27/07/1972, Rio de Janeiro, p. 8
- Cooper é bom, mas tem de ser feito com orientação. *O Globo*, 02/08/1972, Rio de Janeiro, p. 12
- Médico: teste de Cooper também é bom para o pulmão. *O Globo*, 08/08/1972, Rio de Janeiro, p. 12.
- Afinal, a morte é certa. Mas sempre se pode adiar a hora. *O Globo*, 18/12/1975, Rio de Janeiro, p. 44
- E a mania de correr pegou. *Manchete*, 24/06/1978, Rio de Janeiro, p. 70-75.
- Correr pode ser um exercício muito saudável. Ou então um vício. *O Globo*, 10/03/1979, Rio de Janeiro, p. 37
- O segredo: exame prévio e trabalho com o método. *O Globo*, 28/10/1979, Rio de Janeiro, p. 2
- Exercício não basta para proteger o coração. *O Globo*, 11/11/1979, Rio de Janeiro, p.33
- Na prova de Jacarepaguá, o ganhador é Baltar, do Flu. *O Globo*, 28/04/1980, Rio de Janeiro, p. 8
- Kathryn fica surpresa com as 400 inscritas. *O Globo*, 13/06/1980, Rio de Janeiro, p. 24
- Corrida. *O Globo*, 04/07/1980, Rio de Janeiro, p. 26
- Exercícios na hora certa, dieta na medida exata. *O Globo*, 26/10/1980, Rio de Janeiro, p. 1
- Na ginástica esforço e assiduidade. *O Globo*, 26/10/1980, Rio de Janeiro, p. 2
- Correr – o esporte do verão. *Jornal do Brasil*, 28/12/1980, Rio de Janeiro, p.7
- Coronárias. Elas comandam a vida e a morte. *Manchete*, 27/06/1981, Rio de Janeiro, p. 78
- Rodgers e Meyer já treinam em Copacabana. *Jornal do Brasil*, 30/07/1981, Rio de Janeiro, p. 26
- Corra, mas não morra. *Manchete*, 15/08/1981, Rio de Janeiro, p. 119
- Os audaciosos atletas dos fins de semana (e os riscos que eles correm). *Jornal do Brasil*, 11/10/1981, Rio de Janeiro, p. 4.
- Abertas inscrições para corridas. *O Globo*, 23/11/1981, Rio de Janeiro, p. 8
- Coutinho, ex-técnico do Fla e da Seleção, morre afogado. *O Globo*, 28/11/1981, Rio de Janeiro, p.1

- A morte durante o passatempo preferido. *Jornal do Brasil*, 28/11/1981, Rio de Janeiro, p.21
- A experiência na NASA. *Jornal do Brasil*, 28/11/1981, Rio de Janeiro, p. 23
- Inscrições para corrida até amanhã. *O Globo*, 03/12/1981, Rio de Janeiro, p. 11
- Cláudio Coutinho. *Manchete*, 12/12/1981, Rio de Janeiro, p.4
- Nas livrarias, 'best-sellers' ensinam a ficar saudável em poucas lições. *O Globo*, 21/02/1982, Rio de Janeiro, p. 18
- Em memória de Cláudio Coutinho. *Jornal do Sports*, 05/03/1982, Rio de Janeiro, p.5
- O Rio em ritmo de corrida: Do Leme ao Leblon. *Jornal dos Sports*, 28/05/1982, Rio de Janeiro, p. 20
- Treino, pique e fôlego a 47 dias da largada. *Jornal do Brasil*, 20/06/1982, Rio de Janeiro, p.1
- As mulheres são mais frequentes, mais persistentes e mais corajosas nos exercícios. *Manchete*, 26/06/1982, Rio de Janeiro, p. 78
- Pista própria. *Jornal do Brasil*, 03/08/1982, Rio de Janeiro, p. 3
- Muita gente correndo. *O Globo*, 05/09/1982, Rio de Janeiro, p. 5
- Corra, mas não morra. É o conselho do prof. Geraldo. *O Globo*, 19/09/1982, Rio de Janeiro, p. 9
- Cooper chega ao Rio para corridas e palestras. *Jornal do Brasil*, 21/09/1982, Rio de Janeiro, p.2
- Cooper vai inaugurar hoje a pista Cláudio Coutinho. *Jornal dos Sports*, 21/09/1982, Rio de Janeiro, p.10.
- Uma receita do Dr. Cooper. *O Globo*, 22/09/1982, Rio de Janeiro, p. 21
- Corrida, paixão e vício de Eleonora Mendonça. *Jornal dos Sports*, 03/10/1982, Rio de Janeiro, p. 16
- Cooper, o inventor do teste, pela terceira vez no Brasil. *Manchete*, 09/10/1982, Rio de Janeiro, p. 143
- Ciência apoia corrida com Projeto Aeróbico. *Jornal dos Sports*, 27/12/1982, Rio de Janeiro, p.14
- Não corra sem checar o coração. *Manchete*, 15/01/1983, Rio de Janeiro, p. 121
- Ginástica Aeróbica. Nova moda para quem quer respirar melhor. *Jornal do Brasil*, 16/01/1983, Rio de Janeiro, p. 1
- O corpo do verão 83: enxuto, torneado, curvas naturais. *Jornal do Brasil*, 31/01/1983, Rio de Janeiro, p.1
- Paulo Cintura. No apelido do professor a maior garantia da eficiência da ginástica. *Jornal do Brasil*, 27/03/1983, Rio de Janeiro, p. 9
- Ginástica: use, não abuse. *Manchete*, 23/04/1983, Rio de Janeiro, p.70
- Corridas. *O Globo*, 18/09/1983, Rio de Janeiro, p.9

O brasileiro descobre o corpo. *Manchete*, Rio de Janeiro, 26/11/1983, p. 44-50

Turista ‘caçador’ vira ‘caça’ na Avenida Atlântica. *Jornal do Brasil*, 29/01/1984, Rio de Janeiro, p. 12

Para manter a boa forma, a saudável corrida pelas ruas da Penha. *O Globo*, 18/05/1984, Rio de Janeiro, p.1

Impunidade. *Jornal do Brasil*, 04/10/1984, Rio de Janeiro, p. 10

Julgamento da Revolução. *O Globo*, 07/10/1984, Rio de Janeiro, p. 1

Assaltos. *Jornal do Brasil*, 17/6/1985, Rio de Janeiro, p. 10

Nota. *Jornal do Brasil*, 30/03/1986, Rio de Janeiro, p.12

Nota. *Jornal do Brasil*, 02/05/1986, Rio de Janeiro, p. 6

Bumbum arrebitado, tronco largo, braço forte. Beleza à brasileira. *Jornal do Brasil*, 29/05/1986, Rio de Janeiro, p. 8

Ginástica para o coração. *Jornal do Brasil*, 16/06/1986, Rio de Janeiro, p. 8

Cooper chega para fazer conferências. *O Globo*, 01/05/1987, Rio de Janeiro, p. 22

Kenneth Cooper prega o fim do sedentarismo. *Jornal dos Sports*, 05/05/1987, Rio de Janeiro, p. 5

Sempre correndo. *Manchete*, 23/05/1987, Rio de Janeiro, p. 63

O esporte faz mal. *O Globo*, 19/07/1987, Rio de Janeiro, p.53

Cooper X Poluição: um dilema para o atleta. *Jornal do Brasil*, 13/03/1988, Rio de Janeiro, p. 16

O boom das academias. *Acervo O Globo online*, 04/09/2013 – disponível em: <https://acervo.oglobo.globo.com/fatos-historicos/o-boom-das-academias-9823564#ixzz670ySaWNI>. Acesso em 10/12/2019.