

MENS SANA IN CORPORE MUTATIO: A IMAGEM CORPORAL DE MULHERES TRANS PARA ALÉM DO EXERCÍCIO FÍSICO

José Climério de Moura Ferreira¹ Rafael Marques Garcia² Erik Giuseppe Barbosa Pereira³

Resumo: Este estudo trata da relação da imagem corporal de mulheres transexuais e a prática de exercício físico. O objetivo foi compreender a relação entre a percepção da imagem corporal e a prática de exercício físico. A pesquisa caracterizou-se como descritiva de campo de natureza qualitativa. 12 participantes, moradoras nas cidades do Rio de Janeiro e Niterói/RJ, foram organizadas por amostragem não-probabilística autogerada. Para coleta de dados, utilizamos uma entrevista gravada com roteiro semiestruturado. Os resultados apontaram para quatro categorias: *O ser que se constrói*: Reflexão dos referenciais de beleza feminina que contribuem na construção da imagem corporal das participantes, as quais desenvolvem um intercâmbio dinâmico entre as partes da imagem corporal de outras pessoas com a sua própria imagem. *Medicalizando o corpo generificado*: A terapia hormonal é uma experiência comum para todas as participantes e baseia-se no uso de estrogênio e/ou antiandrogênicos que promovem alterações fisiológicas e inclusive, comportamentais. Das 12 participantes, somente três mantêm acompanhamento profissional. *Estigmas e preconceito*: São diversos relatos de vulnerabilidade social, e eles variam de acordo com a passabilidade, pois a incongruência aos estereótipos de gênero, favorece a uma fatal marginalização. *Uma garota trans fitness*: Os efeitos da terapia hormonal impactam significativamente as participantes de alto rendimento físico, o que interfere não só no rendimento, bem como na imagem corporal. Os resultados indicaram que, em razão da discriminação, a sociedade impõe obstáculos a prática de exercícios físicos, os quais favorecem a materialização da imagem que se reflete em seu corpo.

Palavras-chave: Imagem Corporal; Pessoas Transgênero; Exercício Físico

Afiliação

¹ Bacharel em Educação Física pela EEFD/UFRJ, Universidade Federal do Rio de Janeiro, jclimerio@gmail.com; ² Doutor em Educação Física pelo PPGEF/UFRJ, Universidade Federal do Rio de Janeiro, rafaelgarcia@eefd.ufrj.br; ³ Doutor em Ciências do Exercício e do Esporte pelo PPGCEE/UERJ, Universidade Federal do Rio de Janeiro, egiuseppe@eefd.ufrj.br

MENS SANA IN CORPORE MUTATIO: THE BODY IMAGE OF TRANS WOMEN BEYOND PHYSICAL EXERCISE

Abstract: This study deals with the relationship between body image of transgender women and the practice of physical exercise. The objective was to understand the relationship between body image perception and physical exercise practice. The research was characterized as a descriptive field of qualitative nature. Twelve participants, living in the cities of Rio de Janeiro and Niterói/RJ, were organized by non-probability self-generated sampling. For data collection, we used a recorded interview with semi-structured script. The results pointed to four categories: *Being built*: Reflection of the references of female beauty that contribute to the construction of the body image of the participants, which develop a dynamic exchange between the parts of the body image of other people with their own image. *Medicalizing the gendered body*: Hormone therapy is a common experience for all participants and is based on the use of estrogen and / or antiandrogens that promote physiological and even behavioral changes. Of the 12 participants, only three have professional follow-up. *Stigmas and prejudice*: There are several reports of social vulnerability, and they vary according to passability, as incongruity with gender stereotypes favors fatal marginalization. *A trans fitness girl*: The effects of hormone therapy have a significant impact on high-performance participants, which affects not only performance but also body image. The results indicated that, due to discrimination, society imposes obstacles to the practice of physical exercises, which favor the materialization of the image that is reflected in their body.

Key words: Body Image; Transgender Persons; Physical Exercise

Introdução

“Espelho, espelho meu, existe alguém mais bela que eu?” Esse célebre questionamento sugere uma discussão sobre o reflexo de luzes observado do corpo materializado e aquele idealizado na mente. Ao longo da história, o sujeito demonstrou o anseio por modificações em seu corpo, e como ser socializado, ele busca, de alguma forma, moldar-se para preencher os requisitos exigidos à cultura a qual pertence. Apesar de receberem luz, nem todos os corpos existem de fato e, se parecem existir, são ignorados. De qual corpo falamos? Daquele que luta há anos para frequentar os mesmos espaços que qualquer cidadão/ã: o corpo transexual¹.

A aparição do termo “transexual” surgiu no artigo do sexólogo David Cauldwell, publicado em 1949, e por ação do Movimento Transexual, mobiliza ações políticas e sociais em diversas partes do mundo. A representação e o imaginário do corpo de pessoas que reivindicaram o reconhecimento de sua existência num gênero oposto àquele ao atribuído no nascimento compõem estudos sobre a percepção das Ciências da Saúde e das Ciências Sociais desde meados do século XIX. A institucionalização do gênero se dá pela reiteração de atos que são repetidos continuamente, a qual é composta numa estrutura binária moldada por relações de poder, que impõem práticas entendidas como femininas ou masculinas, chamada performatividades². Segundo Butler³, “a identidade de gênero é uma realização performativa imposta pela sanção social e pelo tabu”, pois o gênero é performativo no sentido de ser algo que não somos, mas que fazemos por meio da repetição das práticas regulatórias das normas de gênero.

O determinismo biológico, o qual segundo Goellner⁴, normatiza características ditas femininas e masculinas, induz a acreditar que os traços de caráter, o comportamento, as funções sociais e os espaços de pertencimento são inatos ao sexo biológico. Essa concepção é discutida pela medicina e ciências *psi*, (psicologia, psiquiatria e psicanálise), que patologizavam os sujeitos como “doentes mentais”, pelo transtorno da identidade de gênero⁵, relacionando-as ao campo da sexualidade e não ao gênero. Embora com a alteração na 11ª versão do Código Internacional de Doenças, em resposta ao movimento global pela retirada da transexualidade do rol das doenças de origem mental, o dimorfismo e a estigmatização institucional das identidades trans persistem ao diagnosticá-las como incongruentes de gênero⁶. Segundo Bento⁷,

Definir a pessoa transexual como doente mental é aprisioná-lo, fixá-lo em uma posição existencial que encontra no próprio indivíduo a fonte explicativa para seus conflitos, perspectiva divergente daqueles que a interpretam como uma experiência identitária (p. 16).

Nesta rígida estrutura, os sujeitos, ainda antes do nascimento, vivenciam as demandas do ser homem e do ser mulher. Aqueles que não se encontram dentro deste modelo binário são reconhecidos como desviantes das normas compreendidas como naturais⁸. A esse discurso, Tagliamento⁹ propõe que esses corpos dissidentes são seres abjetos, os quais não existem dentro dessa estrutura, portanto são marginalizados e impedidos de existir em sua totalidade.

A heteronormatividade, norma de gênero construída no dimorfismo e nos corpos, naturaliza e considera inata a sexualidade, como se todos vivenciassem as mesmas experiências. No entanto, a sexualidade envolve plurais processos culturais e através deles emergem diferentes identidades sexuais e de gênero. A estruturação da pessoa trans demanda de um articulado mecanismo de construção social que rompe com as convenções compreendidas como naturais e se ressignificam dentro de um esquema de poder¹⁰. A identidade trans subverte os espaços psíquicos, confronta a heteronormatividade e a ideia de uma original identidade do gênero³. Le Breton¹¹ afirma que o/a transexual é um símbolo do sentimento de que o corpo é uma forma a ser transformada.

No Brasil, na década de 1950, a contrariedade às normas de gênero era limitada ao período do carnaval e, caso esses limites fossem ultrapassados, eram hostilizados pelas chamadas “pessoas de bem”. O declínio do teatro de revista¹ trouxe aos palcos o refúgio para artistas que performatizavam mulheres¹². O acesso ao exterior permitiu a esses artistas o conhecimento a tecnologias que possibilitaram a materialização do corpo de acordo com sua expressão e identidade de gênero. Como bem afirmou Simone de Beauvoir¹³, “ninguém nasce mulher: torna-se mulher” (p. 9), e por meio de implantes de silicone, injeções de parafina líquida, eletrólise capilar, cirurgias plásticas, entre muitos outros recursos, regressaram ao país, e consigo trouxeram inspiração a outras pessoas.

A vulnerabilidade social vivida por essa parcela da sociedade é alarmante. A marginalização é expressa por discriminação a direitos humanos fundamentais, agravada pelo preconceito, sentimento de ódio e extrema violência¹⁴. Dados de Nogueira, Aquino e Cabral¹⁵ apontam que o Brasil é o país que mais mata travestis e transexuais no mundo, além de inferir que a expectativa das mesmas não ultrapassa 35 anos de idade. O número de assassinatos a pessoas trans corresponde a uma morte a cada 48 horas e 85,7% dos homens trans já pensaram ou tentaram cometer suicídio¹⁴. A violência caracteriza-se pelo reconhecimento da identidade de gênero, pois “a pessoa é assassinada porque além de romper com os destinos naturais do seu corpo-generificado, faz isso publicamente” (p. 2)¹⁶.

O conhecimento, ainda que simplificado sobre seu corpo, permite que o sujeito tenha

compreensão sobre sua posição na natureza e entre os seres humanos através de um sistema de valores¹⁷. Essa hierarquização é debate na reflexão de Foucault¹⁸, quando examina um corpo político imerso num campo de relações de poder. Essas relações assumem-se não apenas na organização do trabalho público/privado, mas também como sujeitam os corpos a convenções. Entre forças de poder e dominação, esses corpos sujeitam-se a complexos esquemas e jogos envoltos por influentes sistemas políticos. Gomes¹⁹ afirma que “o corpo é histórico, ele carrega consigo, na história do corpo individual, de um determinado indivíduo, a história do corpo da humanidade” (p. 1), ou seja, cada corpo é um coletivo de representações culturais e, portanto, simbólicas.

Na busca entre a integração do corpo e a identidade de gênero, o sujeito poderá recorrer a meios para modificar sua imagem corporal, a qual é definida por Schilder²⁰ como a figuração formada na mente a respeito do corpo. Ela possui um aspecto tridimensional que engloba aspectos psicológicos, sociológicos e fisiológicos. Para Schilder²⁰ “a imagem corporal pode encolher ou se expandir, pode dar partes suas para o mundo externo ou se apoderar de partes dele” (p. 176), portanto está em uma constante autoconstrução.

O estudo de Silva²¹ realizado com mulheres cisgêneros, ou não trans, isto é, que se identificam com seu gênero designado no momento do nascimento, todas com depressão, inferiu que houve um número maior de participantes insatisfeitas com sua imagem corporal, apesar de estarem com sobrepeso ou até mesmo dentro da normalidade. Secchi, Camargo e Bertoldo²² afirmam que a representação do corpo feminino é caracterizada pela dotação de beleza, magreza, atração, além disso, ser saudável, porém esse corpo está distante do ideal, pois a imagem corporal idealizada pelas participantes da pesquisa encontrava-se abaixo do estipulado pela Organização Mundial de Saúde (OMS). Estas pesquisas não foram realizadas com mulheres transexuais, o que demonstra uma lacuna dos estudos sobre a temática e nos suscita questionamentos acerca da existência ou prevalência dos mesmos preceitos heteronormativos sobre os corpos de mulheres trans.

A prática de exercícios físicos pode ser um recurso auxiliar para modificação corporal, pois auxilia na redução do peso corporal de sujeitos insatisfeitos com a própria imagem²³ e, de acordo com Zamai *et al.*²⁴, também atua no reforço da autoestima, relacionada a uma melhor imagem corporal. O exercício físico, aliado a outros fatores biopsicossociais – como boa alimentação, noites de sono e descansos regulares, usufruto de lazer e cultura, por exemplo – também proporciona a melhora do humor e a condição da pessoa para reagir frente a estressores psicossociais²⁵.

Pelo exposto, o presente estudo se justifica pela sua contribuição em indicar alternativas para lidar com a temática, estimulando outros estudos, além de contribuir para a discussão de programas de exercícios físicos que permeiem as questões de equidade e integração, trazendo à tona discussões pouco exploradas no espaço da Educação Física, haja vista que a transexualidade é um tema contemporâneo e ainda gravemente marginalizado.

Esta pesquisa tem por objeto de estudo a imagem corporal de mulheres transexuais e a relação com a prática de exercício físico. Neste sentido, o objetivo é compreender a relação entre a percepção da imagem corporal e a prática de exercício físico de mulheres trans, respondendo à seguinte questão: qual a relação entre a percepção da imagem corporal e a prática de exercício físico de mulheres trans?

Materiais e métodos

Trata-se de uma pesquisa descritiva de campo, de natureza qualitativa por proporcionar visão e compreensão mais amplificadas da situação-problema, possibilitando maiores ramificações de reflexões²⁶. A pesquisa foi submetida e aprovada junto ao Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho da Universidade Federal do Rio De Janeiro (HUCFFUFRJ), sendo o CAAE 19840719.3.0000.5257, número do parecer 3.590.416 e protocolo 286-19.

Participantes

Participaram do estudo 12 mulheres trans, moradoras da cidade do Rio de Janeiro e Niterói/RJ com idade entre 18 e 28 anos, as quais foram organizadas a partir de amostragem não-probabilística autogerada (bola de neve). O instrumento de coleta de dados foi uma entrevista gravada com roteiro semiestruturado realizada após assinatura de TCLE. Os critérios de inclusão foram: apresentar-se socialmente como transexual, ser maior de 18 anos, praticar qualquer exercício físico planejado e de forma regular, além de aceitar as condições da pesquisa. As participantes foram incluídas independentemente do fato de terem realizado ou não cirurgia de redesignação genital, bem como nível de escolaridade, socioeconômico ou credo religioso.

Análise de dados

A análise foi realizada por meio do conteúdo obtido das entrevistas. Foram, portanto, coletadas e classificadas 12 entrevistas que alcançaram os objetivos propostos. Esse número limitou-se ao discurso, que passou a se tornar-se prolixo, não vislumbrando novos resultados.

Os nomes ou quaisquer referências que possam identificar as entrevistadas foram modificadas e/ou suprimidas no intuito de preservar as interlocutoras.

As entrevistas foram gravadas no formato .3gpp com o recurso do aplicativo gravador de som *ASUSTek Computer Inc*, versão 1.6.0.20_170830 do celular *Asus* Modelo ZC520TL. Transcritas pelo site *dictation.io*, posteriormente reescutadas, editadas e salvas sem correções gramaticais no processador de textos *Microsoft Word* 2003. Em seguida foram copiadas, editadas em acordo com as normas gramaticais, pontuadas e analisadas de acordo com os tópicos: O ser que se constrói; Medicalizando o corpo generificado; Estigmas e preconceito; e Uma garota trans fitness.

Resultados e discussões

Antes de expor as categorias de análise, organizamos o Quadro 1, para ilustrar nosso conglomerado de mulheres que compõem o grupo pesquisado:

Quadro 1– Aspectos sociais das participantes

<i>Nome</i>	<i>Naturalidade</i>	<i>Idade</i>	<i>Cor/raça</i>	<i>Ocupação</i>	<i>Escolaridade</i>
Afrodite	Rio Grande do Sul	28	Branca	Cabeleireira/modelo	Ensino médio completo
Ártemis	Rio de Janeiro	27	Branca	Militar	Graduanda em Serviço Social
Atena	Rio de Janeiro	18	Negra	Artista Circense	Ensino médio incompleto
Deméter	Rio de Janeiro	18	Negra	Artista Circense	Ensino médio incompleto
Electra	São Paulo	25	Branca	Estudante	Graduanda em Medicina
Gaia	Rio de Janeiro	25	Negra	Estudante	Graduanda em Ciências Sociais
Hebe	Rio de Janeiro	22	Negra	Estudante	Graduanda em Direito
Hera	Santa Catarina	27	Branca	Cabeleireira/modelo	Ensino médio completo
Íris	Ceará	23	Parda	Assessora Parlamentar	Pós-graduanda em Pedagogia

Perséfone	Rio de Janeiro	24	Negra	Estudante	Graduanda em Educação Física
Psiquê	Rio de Janeiro	24	Branca	Artista Circense	Ensino médio completo
Tália	Rio de Janeiro	18	Negra	Artista Circense	Ensino médio incompleto

Fonte: os autores

O ser que se constrói

O corpo rebelado contra o regime político compulsório busca liberdade ao novo ser em constante processo de evolução. Mais que resistir, esse corpo ressignifica o biopoder, além de si próprio. Referências são agregadas ou expelidas, no intuito de atribuir um novo sentido ao eu corporal, pois “nossa imagem corporal nunca está isolada. Pelo contrário, está acompanhada pelas imagens corporais dos outros”²⁰. Schilder²⁰ discorre do processo de imitação, no qual aponta sua função na formação da estrutura social e imagem corporal, a qual é propagada culturalmente e que é percebida no cotidiano das entrevistadas:

São mulheres negras em geral. Eu não carrego as pessoas nem como exemplo, nem como algo a ser seguido, eu carrego como referência, por exemplo: posso gostar do cabelo da Taís Araújoⁱⁱ mas posso não gostar das coisas que ela faz. Glória Mariaⁱⁱⁱ está com um cabelo que eu gosto: quero um cabelo igual ao dela. Então minhas referências são atreladas a coisas aleatórias, não tem uma mulher específica. (Perséfone, diário 11, p. 25).

Seja por semelhanças físicas, étnicas, culturais ou afetivas, esses referenciais demonstram que mulheres trans incorporam partes da imagem corporal de outras mulheres em sua própria imagem corporal e quando alcançada uma imagem adequada às suas necessidades, ela não se torna fixa, pois novas construções são constantemente incorporadas. Hera demonstra esse comportamento ao buscar estereótipos de beleza ocidentais de mulheres de classe dominante como:

Atrizes e modelos como Alessandra Ambrósio^{iv}, Gisele^v, Megan Fox^{vi}, dentre outras. Me vejo através delas. [...] tento não ser igual, mas sempre melhor a cada dia. Ser uma mulher perfeita pra mim, não para a sociedade. Eu tenho que me ver como a mulher perfeita que sonho ser (Hera, diário 5, p. 9).

As identidades femininas citadas exemplificam a imposição às normas formuladas culturalmente como ideais para o gênero feminino. Afinal:

O que constrói minha imagem é o gênero que é imposto. O padrão de gênero

feminino é o da mulher cis que você tem que seguir (Electra, diário 9, p. 18).

Por ser a beleza um aspecto cultural, entre as mulheres trans, uma característica estética marcante é a passabilidade. Ser passável é um atributo que indica o quanto uma mulher trans será reconhecida pela sociedade em reproduzir características tidas como naturais do corpo feminino cisgênero. Não corresponder a esse ideal, ou seja, não ser passável, corresponde a negação da legitimidade de sua existência, pois:

Tem aquilo da passabilidade, que faz com as nossas relações mudem de um jeito enorme. Todo tipo de relação. Para uma mulher cisgênero, ela pode ser super masculina, que as pessoas vão ler-lhe como mulher. Comigo já aconteceu várias vezes: mulheres super masculinas, me verem como *viado*, como *drag queen*. Para a gente ser feminina, a gente tem que se encaixar naquele padrão (Perséfone, diário 11, p. 21).

Ser coerente às normas impostas ao corpo modificará as formas de relacionamento das mulheres trans com a sociedade, beneficiando aquelas passáveis, que transitam com facilidade, entre os seres identificados como inteligíveis, como constata-se:

É uma triste realidade, mas de fato é verdade sim. Eu percebo isso na minha na minha própria existência [...] quão mais próximo de uma passabilidade cis as pessoas me leem [...] a forma delas me tratarem, de se relacionarem comigo, nos ambientes sociais, muda totalmente para uma menina que não tem uma certa passabilidade. É nítido que quanto mais você tem essa beleza, você tem a feminilidade exacerbada, as formas de convivência vão ditar, muitas vezes, a forma que você é enxergada e é a tratada em determinados espaços, infelizmente (Gaia, diário 7, p. 14).

As considerações foucaultianas a respeito do modo pelo qual os discursos podem ou não se tornar verdadeiros e seus efeitos na edificação histórica do que venha ser o normal e o patológico, na constituição de um corpo sexualizado, orquestram relações de poder e saber. Pois, “não há relação de poder sem constituição correlata de um campo de saber, nem saber que não suponha e não constitua, ao mesmo tempo, relações de poder”¹⁸. Desse modo, os discursos podem ou não se tornar verdadeiros de acordo com as circunstâncias em que são ditos. Nessa rede, sujeitado as restrições e regulamentos sociais, o sujeito insere-se num permanente controle disciplinar. A reflexão de que quanto mais esse corpo se enquadrar às exigências da sociedade ao corpo sexualizado, mais reconhecida como inteligível a pessoa trans se faz. Em contrapartida, misoginia^{vii}, sexismo^{viii} e objetificação tornam-se marcantes, pois:

A mulher socialmente não é valorizada pelo conhecimento, estudo ou pela inteligência dela. A imagem é o mais importante pra essa sociedade que é governada por homens. [...] Beleza é muito subjetiva, cada um vê de forma diferente, mas existe um padrão e as mulheres ficam em busca desse padrão

que é dito bonito (Hebe, diário 4, p. 7).

Segundo Belmiro *et al.*²⁷, objetificação consiste em tornar um indivíduo objeto ou coisa, sem considerar seu emocional ou psicológico, sendo perceptível essa análise em:

Onde estão as mulheres trans? Onde estão as mulheres negras? Em lugar nenhum. Ou seja: a gente não está inserida no imaginário, além da prostituição, assassinato, página policial ou sexo. [...] Se eu não fosse tão objetificada, eu teria um namorado aos 25 anos. Parceiros sexuais não me faltam, parceiros afetivos me faltam. Eu sou motivo de curiosidade, toda trans é. Não importa o quanto eu me tornei feminina (Electra, diário 9, p. 18).

Este é um exemplo, dentre outros, verificado sobre a banalização do corpo trans feminino, além do determinismo biológico que impõe requisitos, hierarquiza e nega a existência das pessoas, já que “uma parte do corpo, definiria toda a complexidade de um ser. E as mulheres que não podem ter filhos/filhas? E as mulheres que não querem ser mães? Não são mulheres?”²⁸. Objetificado, o ser é analisado como incompleto, incoerente, ininteligível culturalmente, pois:

Não importa se eu tiver um peito enorme, um corpo lindo, ser maravilhosa, inteligente, culta. Eu vou continuar sendo objetificada sabe por quê? Porque eu não procrio. A mulher cis é objeto, mas ela procria. Eu sirvo para que além de sexo? Cru. É cru assim (Electra, diário 9, p. 18).

A validez do poder social disciplinar dos corpos, é verificada entre as próprias participantes em acordo com os determinantes sociais exigidos. Atena demonstra essa hierarquização de poderes quando refere o preconceito sofrido por outras mulheres trans julgadas passáveis em relação a si:

No nosso meio mesmo, tem trans que são lindas, belas e são pessoas super nojentas, podres. Só pelo fato de ter aquela beleza, acha que é tudo, tipo: ‘vou debochar da cara daquela trans só porque ela está começando agora ou porque ela é feia’ (Atena, diário 1, p. 2).

Corresponder com o determinismo das exigências biológicas demonstrou, para todas as participantes, alguma insatisfação a diferentes partes da imagem corporal de cada uma. Quando inadequadas às regras impostas, essas mulheres demonstram intensa insatisfação em relação a si próprias, priorizando em seus corpos aquilo que julgam desajustado a partir de um corpo fracionado que adiciona e subtrai para que o fragmento revele o todo, como observado:

Preciso tirar umas coisas, botar outras coisas. Eu tiraria o pênis, não pensaria duas vezes. E botar prótese. Só isso... E o pé. Nosso pé é a pior coisa que tem, incomoda muito. Se tivesse uma cirurgia para calçar 35, eu faria. As outras

coisas eu ajeitaria aos poucos (Tália, diário 2, p. 4).

A partir de uma padronização estética, o ideal do corpo feminino é formulado por magreza e contornos, como analisado em:

O genital me incomoda muito. Agora eu quero perder gordura, ficar com o bumbum duro. Voltar a ficar bem magra. Me incomoda também os ombros largos, mas não é algo que eu possa fazer para mudar. Aceito apenas (Hebe, diário 4, p. 7)

O padrão de fragilidade imposto aos corpos femininos é, mesmo para as participantes que fazem uso da força muscular como profissionais, um tormento diante da hipertrofia resultante de exercícios físicos, em razão das características físicas julgadas ao sexo masculino, portanto, ojerizadas pelas mesmas, como apontado:

Eu tenho muita força e os professores sabem disso. Como a gente tem que malhar [...] faço muita abdominal, flexão. Quando eu vou me olhar no espelho, o meu braço, o meu ombro, me matam. Tenho roupas que eu compro e falo 'não ficou legal, se eu botar isso aqui meu braço vai gritar, não vou chegar a imagem feminina'. É um gostar meu, eu gosto de malhar. Como eu tenho ombro largo, colocando a prótese na bunda e mexer no quadril, meu ombro meio que vai desaparecer, ficará aquela coisa alinhada. E o gogó, é o uó, horrível! Eu fico doida. E meu pé é grande (Atena, diário 1, p. 2).

Neofaloplastia, transgenitalização, ou ainda, cirurgia de redesignação genital, é um dos procedimentos desejados, assim como implantes mamários e feminização facial. Percebe-se que tais cirurgias são alternativas desejadas na definição do corpo feminino, pois:

Eu sou super feliz com meu corpo e com o que ele pode fazer, mas claro que tem aquelas partes que eu desejo mudar. Penso que todo mundo mudaria algo no próprio corpo ou pensa em fazer. Eu gostaria de fazer a cirurgia de feminização facial que inclui a retirada do pomo de Adão e outras cirurgias, e a de redesignação sexual (Psiquê, diário 10, p. 20).

Durante a entrevista, Atena, uma artista circense negra e moradora da periferia do Rio de Janeiro, revelou seus planos para realização de uma cirurgia de forma clandestina. Para conseguir recursos financeiros, irá morar na casa de uma cafetina e recorrer a prostituição em São Paulo com uma amiga também trans:

A gente vai para trabalhar lá. E lá para cirurgias, essas coisas assim, são um pouco mais cabíveis no nosso orçamento. Aqui é bem mais caro e lá é onde que é o foco. Onde que muitas travestis vão para lá e conseguem fazer a vida. Uma colega que foi para lá e dentro de um mês, conseguiu fazer já uma parte do corpo dela, que foi a bunda e botar o quadril. Já que em um mês ela conseguiu levantar esse dinheiro todo pra pagar esse procedimento, eu também vou me arriscar. É um risco que a gente corre.

Pesquisador (P) - Qual procedimento que você pretende fazer?

Atena - Eu tô querendo botar o metacril^{ix}. Como já existem clínicas que o metacril é legalizado, eu acho que é até melhor. Tem todo um procedimento, que são exames, essas coisas assim. Só que aonde que a gente ia fazer, que eu não tô pretendendo fazer mais, é uma bombadeira. São as travestis que botam um tipo de óleo no nosso corpo e modela ali na hora. Tudo ilegal. É em casa. Mal ela mede a sua pressão. O que ela passou pra minha colega é que ela tem o curso de enfermagem.

P - Você não fica com medo?

Atena - Me dá muito medo mesmo, no mesmo tempo que me dá muita vontade fazer meu corpo, de chegar no meu objetivo, me dá muito medo.

P - Você acha que será mais aceita depois disso?

Atena - Você já viu uma trans no circo? Eu quero atravessar essa barreira. Eu sou apaixonada pelo circo desde pequena (Atena, diário 1, p. 1).

São (sobre)vivências que denunciam a marginalização imposta. Uma cidadania precária a qual é duplamente negada pela condição humana e de cidadão que carrega em seus corpos suas marcas²⁹. Seres humanos que possuem sua existência negada em prol de requisitos sociais de adequação a um modelo hegemônico feminino que submete vidas à sorte em procedimentos complexos. Existe uma emergência no reconhecimento da legitimidade de existência que faz o risco de morte não ser questionado em razão de um ideal de beleza.

A variabilidade da imagem corporal é bastante visível às mulheres trans, que então se transformam e se relacionam com o mundo através da construção, desconstrução e reconstrução ao longo de suas vivências. No processo em corresponder ao modelo hegemônico feminino, o desconforto e angústia mostram-se constantes, pois a legitimação dessa mulher em um ser inteligível, o qual, segundo Butler, “são aqueles que instituem e mantêm relações de coerência e continuidade entre sexo, gênero, prática sexual e desejo”³ são impostas ao gênero. A própria noção de “pessoa” seria assim questionada, pois ao não corresponder às normas de gênero culturalmente instituídas e que definem quem somos, elas não são reconhecidas em sua identidade plena³.

Medicalizando o corpo generificado

A terapia hormonal é uma experiência comum para todas as participantes e baseia-se no uso de estrogênio e/ou antiandrogênicos que promovem alteração da distribuição de gordura, induz a formação de mamas, além de reduzir o crescimento de pelos, por meio da supressão da secreção de gonadotrofinas da hipófise. Apesar de haver diretrizes para prescrição e monitoramento da terapia, importantes implicações metabólicas podem ocorrer, como trombose venosa profunda, hipercalemia, hepatotoxicidade, osteoporose e câncer de mama. O uso dessas substâncias a longo prazo ainda é inconclusivo³⁰. Para uso da terapia as participantes recorrem

a pesquisas com outras mulheres trans e/ou sites especializados em transgênero e adquirem as substâncias diretamente nas farmácias. Das doze participantes, somente três mantêm acompanhamento regular com endocrinologistas, como relatado:

Sim eu faço minha terapia hormonal com acompanhamento médico, apesar de ser muito bom, ter alguém te acompanhando, isso não minimiza os riscos. No início eu tive alguns desconfortos, até o medicamento começar a fazer efeito de fato. Assim... desagradáveis mesmo que eu tive, foi em relação ao meu psicológico mesmo. Isso afeta assim... 90%. Eu tento cuidar disso da melhor forma possível, como uma prioridade mesmo, porque é babado (Gaia, diário 7, p. 14).

Ártemis, de acordo com sua percepção, também aponta distúrbios psiquiátricos em razão da terapia medicamentosa:

Sim eu faço terapia hormonal desde fevereiro de 2013. Faço acompanhamento profissional. No começo é mais complicado a terapia hormonal porque ela mexe muito, principalmente com o psicológico, com a questão emocional, a gente fica muito mais emotiva, muito mais chorosa. Mas hoje em dia, graças a Deus, eu me adaptei bem. Tá tudo muito tranquilo com relação a isso, mas ainda faço acompanhamento como tem que ser (Diário 12, p. 24).

Íris acrescenta o processo transexualizador em rede pública ao qual participa:

Faço uso de hormônio feminino e anticoncepcional. Sou acompanhada por uma equipe de profissionais de saúde. É um serviço público localizado no Instituto de Infectologia da FIOCRUZ, em Manguinhos. Atende a pessoas trans do município do Rio (Diário 8, p. 16).

É necessário um investimento financeiro para aquisição da compra particular dos medicamentos, devido a indisponibilidade na rede de saúde pública de serviços que contemplem a toda população trans, assim como relatado:

Me identifico como mulher desde os 14 anos e iniciei minha transição hormonal aos 16. Às vezes eu fico um ou dois meses sem tomar, mas nada muito longo. A hormonização é cara, gastava por mês uns duzentos reais. Temos diversas dificuldades e a financeira também. A rede pública dificilmente tem pra nos oferecer. Eu já fiz algumas pausas, trocas pra poder adequar a minha situação econômica, mas pra nunca ficar sem tomar nada. Uma coisinha que muda, já fico louca (Hebe, diário 4, p. 7).

Essas mulheres recorrem a pesquisas próprias e experimentam em seus corpos a ação de drogas administradas sem acompanhamento especializado, como verificado:

Eu faço hormonização por mim mesma há 9 meses, depois de muita pesquisa. Não tenho acompanhamento médico ainda, mas às vezes, vou no fonoaudiólogo e estou na lista de espera do SUS pelo processo de

transexualização (Psiquê, diário 10, p. 20).

Tudo isso reflete a grave falta de profissionais e políticas públicas/privadas em prol da saúde de pessoas transgênero no Brasil. A automedicação pode trazer riscos à vida, comprometendo o sistema público de saúde em serviços mais complexos, como observado:

Atena - Já tomei, mas só fiquei uma semana, me senti muito enjoada. O médico falou conforme mais você toma, você vê o resultado, mas o seu fígado vai virando água. Daí eu fiquei com medo e parei de tomar.

P - Como assim?

Atena - Ele me falou que além do hormônio dar alguns benefícios, pode mexer com nosso corpo, dar alguns efeitos colaterais, e no caso, ele mexe muito com nosso fígado. Tira a proteção do fígado, deixa ele mole, e no caso, eu estava tomando o hormônio, uma vitamina C e um remédio pro fígado ainda. Esse do fígado era horrível, um gosto de ferrugem, bebia uma vez na vida e só bebia quando via que eu estava passando mal, daí eu ia lá e tomava o remédio e ficava numa boa (Atena, diário 1, p. 3).

Os efeitos da terapia hormonal parecem mais acentuados nas participantes de alto desempenho físico requerido, como pode ser analisado:

Eu mesmo tomo meu hormônio e eu mesmo vou na farmácia. Só que de um tempo pra cá, eu venho me sentindo muito fraca. Como eu faço curso de circo, tem coisas que eu tenho que utilizar muita força, resistência, eu estava vendo que estava perdendo isso. Aí eu parei agora um pouquinho (Atena, diário 1, p. 2).

As reações desagradáveis podem ser em razão da automedicação, que somadas às necessidades de desempenho físico, prejudicam a atleta, comprometendo sua saúde física e mental, pois:

Quando eu comecei a tomar, não sentia vontade de comer. Dava vontade de vomitar toda hora. Vomitava o dia todo. Ficava lesada, tinha tontura. Só uma semana que tomei, vi resultado (Tália, diário 2, p. 4).

A perda de força muscular é uma das valências físicas comprometidas pela ação hormonal, como descrito:

Eu perdi força. O hormônio impede muito a força. Você quer subir numa coisa e não tem força. Às vezes pra você levantar da cama, a barriga dói. Porque quando você começa a tomar, você sente dor na barriga. Todas sentem. Porque começa a fazer efeito (Deméter, diário 3, p. 6).

A saúde mental mostra-se debilitada, o que pode comprometer o convívio social bem como gerar transtornos psicológicos graves durante esse processo, como relatado:

Hoje eu já me acostumei, mas o pior foram os quatro primeiros meses, com toda a mudança física, hormonal e psicológica, tive episódios de crise de ansiedade, irritabilidade, insônia, às vezes eu chorava sem motivo, nos treinos eu senti muita diferença na minha força e impulsão (Psiquê, diário 10, p. 20).

Os grupos sociais são uma fonte de pesquisa e apoio. Por meio deles, elas trocam experiências, medos e aflições.

Uma vez senti dores nas pernas. Comecei minha hormonização tomando Diane 35. Fiquei mais ou menos um ano e fui aumentando aos poucos a dose. Parei, tomei outro e voltei a tomar ele. Muitas transexuais e travestis que tomavam ele, falavam que ele dava dores na perna, dava trombose, era horrível, e eu nunca passei mal, aí quando voltei a tomar, senti dores na perna e parei. Tenho muito medo de ter trombose (Hebe, diário 4, p. 7).

É possível relacionar que os efeitos colaterais medicamentosos são associados a alterações comportamentais, o que pode disfarçar possíveis comprometimentos no organismo quando este não é acompanhado por especialistas, expondo assim uma carência de esclarecimentos sobre risco da automedicação pela população trans, afinal:

Uma sensação desagradável que o hormônio dá, eu posso dizer que é a mesma coisa quando uma mulher tem TPM. Qualquer coisa que não esteja do seu agrado, me tira do sério e, às vezes, por nada, brigo por coisas que não tem nada a ver. Você não quer falar com ninguém, às vezes isso me deixa um pouco tensa, mas eu tento me controlar o máximo (Afrodite, diário 6, p. 11).

O processo de desenvolvimento dessa mulher constrói-se em meio às relações sociais vividas que a estrutura como um ser complexo e único. De acordo com Schilder²⁰, as experiências visuais que conduzem à construção da imagem corporal levam, ao mesmo tempo, à edificação da imagem corporal dos outros sujeitos, o que implica pensar numa ação política de resistência, pois não se limita ao corpo biológico. A carência de serviços em saúde que acolham a população trans, desde aquela que habita nos grandes centros urbanos, aos menos desenvolvidos, é uma realidade que colabora para a automedicação e os riscos inerentes do uso indiscriminado de substâncias em razão do único intuito de ser reconhecidas como pessoas de fato.

Estigmas e preconceito

A pergunta “você já sofreu algum preconceito ou agressão?” parece possuir respostas óbvias, haja vista o alto índice de assassinatos e tão pouca expectativa de vida de identidades transgênero, as quais é preciso evidenciar travestis e mulheres trans que, infelizmente, ocupam os maiores índices estatísticos. Os números, inclusive, podem ser ainda maiores, pois não há

um registro oficial de dados e parte deles é subnotificado¹⁴. Não são poucos os relatos de travestis e pessoas trans que, falecidas, tiveram o reconhecimento da sua identidade de gênero negado pelos familiares, durante o velório ou mesmo após o sepultamento, com fotos antigas e inscrição do nome de registro de nascimento na lápide. Cabe a reflexão de que o sujeito, diante desses repugnantes casos, não é um ser emancipado.

São diversos relatos de vulnerabilidade social, e eles variam de acordo com a passabilidade, segundo as próprias participantes, pois não corresponder aos estereótipos de gênero, favorece a uma fatal marginalização, como a declaração de Atena sobre da agressão sofrida por uma amiga:

Ela foi assaltada e deu de boa os pertences. Só que o ladrão viu que ela era uma trans, além de assaltar, deu oito facadas e dessas oito, quatro foram na cara, uma no pescoço, duas no peito e uma na barriga. Ela não morreu, ela está viva. Antigamente você ficava sabendo de notícias na televisão. Dia de hoje, eu tô vendo com amigas minhas, pessoas conhecidas, pessoas que estão ali do meu lado, daqui a pouco, Deus que me perdoe, pode ser comigo também, eu tô vulnerável a isso (Atena, diário 1, p. 2).

Compreendemos que a inserção do preconceito, ainda na infância, acompanha a vivência das entrevistadas, que inseguras pelo não pertencimento a determinados ambientes sociais, mostram-se desmotivadas, ainda no ambiente escolar, o que prejudica o acesso ao mercado de trabalho e demais relações sociais, como relatado:

Preconceito sim, desde pequena. Por você ser o que é, seu jeito de andar... Você vai num emprego, só da pessoa olhar pra tua cara, a gente já sente... de manhã, tu abres o olho já com preconceito e vai dormir com preconceito (Tália, diário 2, p. 4).

Pode-se constatar que o preconceito está inserido no cotidiano das entrevistadas e não é uma exclusividade de pessoas trans, pois:

Todos os dias... do cuspe até o bordão que já é costume 'olha o *viado* ali vestido de mulher', 'é menino ou menina'. Isso faz parte do meu cotidiano e do de várias outras pessoas trans, travestis e LGBT. Já sofri violência verbal, simbólica e também física. Na sala de aula de escola pública, na sala de aula da universidade, no acesso a banheiros femininos, em espaços públicos e privados (Iris, diário 8, p. 16).

A passabilidade é uma característica que sugere reduzir o preconceito e suas consequências, embora não seja garantia, pois a violência contra a mulher está inserida na sociedade e não há recursos na segurança pública que ajam na prevenção e investigação eficaz contra a transfobia, pois:

A questão da trans é muito complexa. Vai variar se você tem passabilidade cis ou não, então no dia a dia, as pessoas não sacam muito. Eu dizer que sou trans e não sofro violência numa simples fala, não vai tá certo. Se talvez eu tivesse 1,80m, uma voz muito mais grossa, uma cintura maior, eu sofreria muito mais violência, então tem o viés da passabilidade cis (Electra, diário 9, p. 19).

A sugestão é justificável, pois:

De fato, nunca fui xingada, nunca fui agredida, nunca foi retirada de nenhum espaço comum das pessoas. Assim, eu sempre tive uma leitura das pessoas muito respeitadas em relação a mim sabe? Então isso me poupou muitas vezes de determinadas agressões. Mas as agressões simbólicas, elas existem (Gaia, diário 7, p. 14).

A violência imposta às pessoas transgênero é extrema, às quais possuem um risco 22 vezes maior de morrer quando comparadas aos homossexuais em razão da transfobia. Os crimes à comunidade LGBTQI+ possuem índices alarmantes. Segundo Mott, Michels e Paulinho³¹:

37% das mortes ocorreram dentro da própria residência, 56% em vias públicas e 6% em estabelecimentos privados. Via de regra, travestis profissionais do sexo são executadas na “pista” com tiros de revólver, pistola e escopeta, mas também vítimas de espancamento, pauladas e pedradas. Os gays são geralmente executados a facadas ou asfixiados dentro de suas residências. O assassino lança mão de fios elétricos para imobilizar a vítima, almofadas para sufocar e de objetos domésticos para tirar-lhes a vida. Outras formas de execução com requintes de crueldade tipificam tais execuções como crimes de ódio: enforcamento, pauladas, apedrejamento, garrafadas, muitos golpes, múltiplas formas de tortura, degolamento, desfiguração do rosto, queima do corpo.

A Constituição, em seu Art. 5º, prevê que “todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza, garantindo-se aos brasileiros e aos estrangeiros residentes no País a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade”³². No entanto, a violência se faz presente no objetivo de silenciar vozes que possuem muito a falar sobre si. Ela pune os corpos que transcendem a dicotomia homem/mulher. Como relatado:

Eu sofri uma agressão em 2012. Eu já me montava na época, ainda não fazia terapia hormonal. Eu estava vestida de menino mesmo, para ir para o quartel trabalhar [...] estava no ponto de ônibus, porém, eu nunca consegui esconder a quão feminina eu sempre fui, sempre tive muitos trejeitos e tudo mais. Então o carro subiu na calçada, eu fiquei com o pé preso embaixo da roda do carro. Desceram três rapazes desse carro com correntes de bicicleta e eu apanhei por conta disso. (Ártemis, diário 12, p. 24).

Em 15 de fevereiro de 2017, após diversos chutes e pauladas, um corpo desviante foi colocado em um carrinho de mão e levado a um local, onde finalmente, ao menos 6 homens,

levaram ao fim a vida de Dandara Kataryne com tiros de arma de fogo. O vídeo gravado pelos assassinos circula na internet. Ela foi mais uma vida que não se sujeitou às imposições do corpo heteronormativo. Dandara foi mais uma “coisa”, um ser “incoerente” aos olhos impiedosos. Ela poderia ser a Juliana, Paula ou Stefany. Ela poderia ser qualquer humano que ousa desafiar e se mostrar publicamente a sociedade normativa. Seu corpo foi violado e sua vida ceifada. Sepultada com identificação masculina, seus sonhos, angústias, amores, e dores, foram finalizados. Preservar a imagem corporal do outro é em si, um valor ético Schilder²⁰, sendo assim, é preciso refletir a desconstrução dos sentimentos que nos distanciam da compreensão de ser humano. Dandara, e muitos/as outros/as, morrem um pouco a cada dia com violências físicas, verbais ou não, que falam “esse não é o seu lugar”. Afinal, o sangue que escorreu do corpo de Dandara era tão humano quanto qualquer outro³³?

Uma garota trans fitness

Além de outras ações na melhoria da qualidade de vida para as participantes desta pesquisa, os exercícios físicos mostraram-se como um recurso coadjuvante à terapia hormonal para modificação corpórea, pois de acordo com os relatos analisados, vai além da atitude, aparentemente simples, de praticar exercícios físicos. É preciso refletir as razões que as desencorajam, tais como: violência, preconceito e discriminação. As oportunidades de educação, acesso à saúde e ao mercado de trabalho e segurança, não contemplam as pessoas trans, tornando-as vulneráveis socialmente. Assim, realizar uma corrida na orla ou em um parque, por exemplo, pode significar mais um momento de violência ou risco à vida de alguém que, em razão do exposto, é uma vítima em potencial, pois ela está não só marginalizada, como também, estigmatizada.

Os efeitos da terapia hormonal impactam mais significativamente as participantes de alto rendimento físico, o que interfere não apenas no rendimento, como também na imagem corporal, como relatado:

Além do circo, ando muito! Corro pra ficar com mais pernã, bundão. Até um tempo atrás eu pegava peso, mas parei. Eu ia ficar com o braço horrível (Tália, diário 2, p. 5).

Foram mencionadas as seguintes modalidades esportivas praticadas regularmente pelas participantes da pesquisa, de acordo com o quadro abaixo:

Quadro 2– Exercícios físicos praticados

Nome	Treinamento resistido	Alongamento	Judô	Vôlei	Capoeira	Futebol	Corrida	Ciclismo	Yoga	Dança	Artes circenses
Afrodite	X	X				X	X			X	
Ártemis	X						X				
Atena				X	X	X	X				
Deméter											X
Electra							X				
Gaia	X						X				
Hebe	X						X				
Hera	X	X							X	X	
Íris		X							X		
Perséfone	X		X	X							
Psiquê											X
Tália											X

Fonte: os autores

Assim como nos espaços públicos/privados, nos locais esportivos a passabilidade também se mostrou determinante contra discriminação, pois:

Eu tenho o privilégio da passabilidade, que é ser lida como uma mulher cis. Por isso eu nunca sofri preconceito, ou qualquer outra coisa, como banheiro. Sempre fui recebida bem (Hebe, diário 4, p. 8).

Porém, não ser passável pode resultar em preconceitos, como os relatos sofridos por essa problemática:

Era a questão do banheiro. Eu cheguei a me incomodar. Qualquer lugar que eu for se tiver um banheiro feminino, vai ser o banheiro feminino que eu vou estar. Não adianta eu estar vestida de mulher e entrar no banheiro masculino e fazer xixi. Eu me sinto mais confortável no banheiro feminino (Deméter, diário 3, p. 6).

Transitar em lugares comuns pode ser um desafio às mulheres trans no que se refere ao usufruto de espaços sociais e esportivos para prática de esporte e lazer, como apontados os momentos de discriminação sofridos:

Dentro da faculdade várias vezes. Na academia, pelo funcionário uma vez. Em uma academia que eu malhava o professor era gay, então super falava comigo. Os problemas eram mínimos na Smart Fit^x, nada que me abalasse como na faculdade. [...] num jogo de handebol, um professor me deu dois minutos^{xi} por eu ter derrubado uma garota no chão. No judô, uma menina falou que não queria lutar comigo, porque eu era muito mais forte do que ela. Porque eu era um homem que virou mulher, depois ela veio me pedir desculpas. São situações marcantes aqui dentro. Outras que querem me deslegitimar, isso acontece sempre (Perséfone, diário 11, p. 22).

As vestimentas esportivas, bem como subentende-se, partes do corpo, como o órgão genital, são adaptadas para corresponder à imagem corporal idealizada do feminino, com o objetivo de trazer maior conforto e segurança, pois:

Uma coisa que me incomoda muito na academia são as *leggings*. Porque nós temos que esconder o negócio lá e tal. [aponta para região genital, sorri e gesticula] às vezes eu fico meio receosa, fico todo tempo vendo se não saiu nada do lugar, então boto um camisão para cobrir o short e não ficar preocupada com isso (Hebe, diário 4, p. 8).

As relações de poder se mostraram influentes, também, em ambientes esportivos privados, interferindo na prestação de serviços. Assim, o planejamento implementado pode não atender às expectativas da cliente, como analisado:

Vejo que os corpos que eles têm o costume de atender são corpos de homens cisgêneros heterossexuais, mulheres cisgênero heterossexuais. Vem crescendo a demanda de público gay e lésbicas nas academias e outras modalidades esportivas também, mas quando se fala de travesti ou trans, assusta, e eles ainda não estão preparados por cursos e demais espaços de formação de educação física. Ainda falta para que o respeito seja assegurado como direito (Iris, diário 8, p. 17).

Percebe-se a elaboração de serviços individualizados às clientes trans que possuíam condição social ou financeira privilegiadas, pois em razão dessa característica, seriam mais atrativas, em razão da possível oferta de pacotes ou serviços especializados de *personal trainer*,

o que sugere influenciar positivamente no atendimento, em comparação aos demais clientes, como observado:

Na academia, todos já sabiam que eu era trans, mas todos me consideravam uma pessoa super agradável, ninguém nunca me desrespeitou, inclusive eu tinha instrutor. Entrei lá pedindo ele, e informando qual era o meu objetivo. Expliquei a ele que eu sou trans e tudo mais, ele entendeu perfeitamente e aí a gente fazia os exercícios justamente focado nessa mudança de corpo (Afrodite, diário 6, p. 12).

A objetificação do feminino é verificada por meio do assédio praticado, inclusive, por profissionais de Educação Física, o que exige medidas urgentes para coibir a violência para as pessoas que sofrem esses abusos. Estigmatizadas, travestis e mulheres trans, também são vítimas desse comportamento, como denunciado:

Eu faço musculação principalmente para os membros inferiores. Gosto muito de malhar perna e glúteo. Agora uma situação desagradável com professor que eu já passei foi com questão de assédio. Infelizmente ainda existem muitos homens que enxergam mulher trans como fetiche, como sexo fácil. Olhar para a gente e enxergar a questão mais de promiscuidade. Então, sempre acontece. Sempre tem um ou outro que não respeita, que acha que com a gente é tudo mais fácil. Que acaba encostando a mão aonde não deve na hora de ajudar no exercício, a mão acaba escorregando um pouquinho... Já me aborreci muito com relação a esse tipo de situação (Ártemis, diário 12, p. 25).

As práticas de exercícios físicos demonstraram-se benéficos na percepção das participantes pois promovem melhoria na qualidade de vida, de acordo com os relatos:

Ajuda muito a respiração, a postura... Antes eu me sentia uma pessoa cansada, preguiçosa. Voltei pro circo e estou mais disposta. Sentia uma preguiça do Senhor Jesus (Atena, diário 1, p. 3).

Tália acrescenta rendimentos físico alcançados:

Ajudou muito. Eu tinha bronquite, era gorda, uó! Antigamente eu não podia correr, ficava muito cansada, depois que entrei pro circo, ando, corro muito, nunca mais senti essas dificuldades (Tália, diário 2, p. 5).

Hebe relaciona, em sua opinião, benefícios promovidos pelo exercício físico na prevenção a possíveis efeitos indesejados em virtude do uso crônico de hormônios:

Com certeza, principalmente pra gente que toma hormônio. Ele mexe com o corpo e dependendo do hormônio, ele engrossa o sangue. É importante um cuidado (Hebe, diário 4, p. 8).

Perséfone enfatiza os benefícios e a assiduidade aos treinamentos ao longo de sua vida:

Sempre fiz exercícios físicos, então todos os benefícios estão no meu corpo até hoje. O máximo que eu fiquei sem exercício físico foi um mês. Os benefícios estão aí, basta eu fazer algum exame (Perséfone, diário 11, p. 22).

É uma afirmação que exemplifica os benefícios fisiológicos dos exercícios físicos para o metabolismo, o sistema cardiovascular e musculoesquelético, além dos fatores relacionados à autoestima e promoção de relações sociais³⁴. Diante disso, os exercícios podem agir na redução de possíveis efeitos da terapia hormonal de longo prazo, afinal:

Os exercícios ajudam e muito né? Porque você está ali exercitando o seu corpo e a sua mente. Também não deixa ficar tão tensa, nervosa como eu fico com meus hormônios. Para mim é fundamental. Hoje exercício para mim é qualidade de vida. É saúde. Ir em busca daquilo que você realmente quer. Eu entendo também que os exercícios na academia não são só pro bem estar, mas também por ser trans, você quer mudar o seu corpo, aí de certa forma, então você precisa se exercitar, ter uma dieta saudável, comer coisas saudáveis, mesmo porque os hormônios, se você não tiver uma dieta boa, eles retêm muito líquido no seu corpo. Eu acho que toda trans deveria sim, fazer tudo isso aí, como uma garota trans fitness, entendeu? (Afrodite, diário 6, p. 12).

Compreende-se que a imagem corporal é um complexo envolvido por diversos atributos e que deve ser contemplado em seu íntimo e não apenas em sua porção estática. Assim como apontou Schilder²⁰, a ginástica é utilizada como um recurso para modificação corporal, sendo assim, uma alternativa para as participantes, apesar do efeito mais significativo para feminização ocorrer devido ao uso da terapia hormonal, principalmente durante a transição social. A carência de mulheres trans ocupando espaços de esporte e lazer pôde ser notada em razão do sentimento de não pertencimento àquele ambiente, em razão do preconceito e marginalização compelidos pela normatização de gênero.

Conclusões

A relação entre a percepção da imagem corporal e a prática de exercício físico de mulheres trans possui um complexo de fatores envolvidos. Das hipóteses iniciais do processo investigativo, podemos constatar que o uso das substâncias usadas na terapia hormonal gera efeitos impactantes na construção da imagem corporal idealizada de acordo com padrões culturais. Essas substâncias também provocam reações adversas indesejadas, as quais comprometem significativamente a *performance* das participantes de alto desempenho físico.

A prática de exercícios físicos para mulheres trans apresentam obstáculos em razão da discriminação imposta pela sociedade. Elas, entretanto, ressignificam a opressão em resistência, ocupam espaços e ampliam seu território. E, por fim, os exercícios favorecem a materialização

da imagem idealizada e que se reflete em seu corpo físico. Esse processo é dinâmico, constante e revolucionário, pois questiona a heteronormatividade, atribuindo-lhe múltiplas nuances de (re)existências.

As mulheres aqui apresentadas possuem características, ao mesmo tempo tão individuais e tão comuns a todas as pessoas, pois são seres humanos como quaisquer outros, e por isso, merecem respeito e dignidade. A imagem corporal é única e possui profundas reflexões que compõem um ser que se relaciona com outras vivências e assim, atribui e doa parte de si para o mundo. Se existem pessoas mais belas, o espelho não poderá responder, a não ser, exibir aquela que é refletida por todas as luzes.

Referências

1. Mott L. Ainda a barbárie. RHBN. 2015; (119): 40-42.
2. Butler J. Problemas de gênero. Feminismo e subversão da identidade. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira; 2003.
3. Butler, J. Actos performativos e constituição de gênero. Um ensaio sobre fenomenologia e teoria feminista. In: Macedo AG; Rayner F (Org.). Gênero, Cultura, Visual e Performance: Antologia crítica. Universidade do Minho. Minho: Húmus; 2011.
4. Goellner SV. Feminismos, mulheres e esportes: questões sobre o fazer historiográfico. Movimento. 2007; 13: 171-196.
5. Garcia MRV. Alguns aspectos da construção do gênero entre travestis de baixa renda. Psicol. USP. 2009, 20: 597-618.
6. [Anonymus] ICD-11: Classifying disease to map the way we live and die. [periódico na internet]. 2018; Disponível em: <https://www.who.int/health-topics/international-classification-of-diseases>. [2018 jun 27].
7. Bento B. O que é transexualidade. São Paulo: Brasiliense; 2008.
8. Seffner F. Diga-me os bons: apuros e aflições nos enfrentamentos ao regime de heteronormatividade no espaço escolar. Educ. Pesq. 2013; 39: 145-159.
9. Tagliamento G. Direitos humanos e a saúde: a efetivação de políticas públicas voltadas à saúde integral da população trans. In: Sena AGN, Souto KMB (Orgs.). Transexualidade e travestilidade na saúde. Brasília: Ministério da Saúde; 2015.
10. Bento B. Transviad@s: gênero, sexualidade e direitos humanos. Salvador: EDUFBA; 2017.
11. Le Breton D. Adeus ao corpo: Antropologia e sociedade. Tradução Appenzeller M. Campinas: Papirus; 2003.

12. Paschoal M. Rogéria: uma mulher e mais um pouco. 1. ed. Rio de Janeiro: Estação Brasil; 2016.
13. Beauvoir S de. O Segundo Sexo. 2. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; 1980.
14. Benevides B. Mapa dos assassinatos de travestis e transexuais no Brasil em 2017. Associação Nacional de Travestis e Transexuais. [periódico na internet]. 2018; Disponível em <https://antrabrazil.files.wordpress.com/2018/02/relatc3b3rio-mapa-dos-assassinatos-2017-antra.pdf> [2018 jun 29].
15. Nogueira SNB, Aquino TA, Cabral EA. Dossiê: A Geografia dos Corpos das Pessoas Trans. Sayonara Nogueira e Rede Trans Brasil. [periódico na internet]. 2017. Disponível em: https://storage.googleapis.com/wzukusers/user-31335485/documents/5a468580e124dwhI7Exh/redetransbrasil_dossier.pdf. [2018 mar. 18].
16. Bento B. Brasil: País do transfeminicídio. [periódico na internet]. 2014b. Disponível em: <http://www.clam.org.br/destaque/conteudo.asp?cod=11606#opiniaio>. [2018 jun. 27].
17. Le breton D. Antropologia del cuerpo y modernidade. 1. ed. Buenos Aires: Nueva Visión; 2002.
18. Foucault M. Vigiar e Punir: nascimento da prisão. Petrópolis: Vozes; 2010.
19. Gomes AM de A. As Representações Sociais do Corpo e da Sexualidade no Protestantismo Brasileiro. *Rever*. 2006; 1: 1-38.
20. Schilder P. A Imagem do corpo: as energias construtivas da psique. Tradução de Rosanne Wertman. São Paulo: Martins Fontes; 1980.
21. Silva GL da. Percepção da Imagem Corporal em Mulheres com Depressão. 2008. [Dissertação de Mestrado]. Bauru: Faculdade de Ciências da UNESP; 2008.
22. Secchi K, Camargo BV, Bertoldo RB. Percepção da Imagem Corporal e Representações Sociais do Corpo. *Psic.: Teor. e Pesq.* 2009; 25: 229-236.
23. Damasceno VO *et al.* Imagem corporal e corpo ideal. *R. Bras. Ci. e Mov.* 2006; 14: 81-94.
24. Zamai CA *et al.* Estudo dos fatores de risco para o conhecimento de doenças crônicas não transmissíveis entre funcionários. *Conexões: Educ. Fís., Esporte e Saúde.* 2008; 6: 14-30.
25. Godoy RF. Benefícios do exercício físico sobre a área emocional. *Movimento.* 2002; 8: 7-15.
26. Malhotra N. Pesquisa de marketing. 3. ed. Porto Alegre: Bookman; 2001.
27. Belmiro DMM *et al.* Empoderamento ou Objetificação: Um estudo da imagem feminina construída pelas campanhas publicitárias das marcas de cerveja Devassa e Itaipava. *In: 38º Congresso brasileiro de ciências da comunicação.* Rio de Janeiro; 2015. Anais... Rio de Janeiro:

- Intercom. 2015. Disponível em: <http://portalintercom.org.br/anais/nacional2015/resumos/R10-1863-1.pdf>>. [periódico na internet]. 2018. [2018 nov. 16].
28. Bento B. Determinismo biológico revisitado: Raça e Gênero. *Cult.* 2015; 12-14.
29. Bento B. Nome social para pessoas trans: cidadania precária e gambiarra legal. São Carlos: Contemporânea; 2014a.
30. Unger C. Hormone therapy for transgender patients. *Transl. Androl. Urol.* 2016; 5 (6):877-884.
31. Mott L, Michels E, Paulinho. Pessoas LGBT mortas no Brasil: Relatório 2017. [periódico na internet]. 2017; Disponível em: <https://homofobiamata.files.wordpress.com/2017/12/relatorio-2081.pdf>. [2018 nov. 09].
32. BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil. Texto consolidado até a Emenda Constitucional nº 95 de 15 de dezembro de 2016. Título II - Dos Direitos e Garantias Fundamentais: Dos Direitos e Deveres Individuais e Coletivos. Brasília: SENADO FEDERAL. 2016; Disponível em: https://www.senado.leg.br/atividade/const/con1988/con1988_15.12.2016/CON1988.pdf. [2018 nov. 20].
33. Lavor T. Um ano depois, acusados de linchar e matar travesti Dandara vão a julgamento. 2018. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/brasil-43648715>. [2018 nov. 25].
34. Moraes RS. Diretriz de reabilitação cardíaca. *Arq. Bras. Cardiol.* 2005; 84: 431-440.

ⁱ Revista, gênero do teatro, é caracterizada como um veículo de difusão de acontecimentos sociais. Reúne humor, músicas e sensualidade em meio a sátiras políticas. Teve auge em 1920, particularmente nas capitais do Rio de Janeiro e São Paulo. Com a ascensão do regime militar em 1964, a censura a pôs em declínio. A preservação do gênero deu-se ao surgimento de travestis em cena e seu esmero artístico¹².

ⁱⁱ Taís Bianca Gama de Araújo Ramos é atriz brasileira. Em 2011 foi eleita uma das 100 personalidades afrodescendentes mais influentes do mundo.

ⁱⁱⁱ Glória Maria Matta da Silva é jornalista brasileira reconhecida pelo seu pioneirismo. Possui prêmios como Grammy, Troféu Raça Negra e Anu.

^{iv} Alessandra Corine Ambrósio, supermodelo, atriz e empresária brasileira. Em 2005 foi considerada a mulher mais sexy do mundo e a 5ª modelo mais bem paga em 2006 segundo a revista Forbes.

^v Gisele Caroline Bündchen, supermodelo e empresária brasileira. Em 2000, foi considerada pela revista Rolling Stone, a modelo mais bonita do mundo e segundo a revista Forbes, a modelo mais bem paga entre os anos 2004 a 2016.

^{vi} Megan Denise Fox, atriz e modelo norte-americana reconhecida pelo talento e beleza nos filmes ‘*Transformers*’ e ‘*Teenage Mutant Ninja Turtles*’.

^{vii} Aversão, ódio, preconceito, entre outras formas de manifestar o desprezo contra mulheres.

^{viii} Discriminação que afeta a qualquer gênero e sexo.

^{ix} Polimetilmetacrilato, conhecido pela sigla PMMA, ou por metacril, é um polímero acrílico utilizado para preenchimento corporal.

^x Marca da maior rede de academias esportivas da América Latina.

^{xi} Trata-se de uma punição que determina a permanência do jogador por dois minutos fora da partida.