

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO
DEPARTAMENTO DE DESPORTOS

JADSON AUGUSTO DE ASSIS MARQUES

**CORPOS GAYS E A BUSCA PELO MÚSCULO: UMA REVISÃO SOBRE
MASCULINIDADE HEGEMÔNICA NO ESPAÇO DAS ACADEMIAS**

VITÓRIA/ES
2026

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO
DEPARTAMENTO DE DESPORTOS

JADSON AUGUSTO DE ASSIS MARQUES

**CORPOS GAYS E A BUSCA PELO MÚSCULO: UMA REVISÃO SOBRE
MASCULINIDADE HEGEMÔNICA NO ESPAÇO DAS ACADEMIAS**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro de Educação Física e
Desportos da Universidade Federal do
Espírito Santo, como requisito parcial para
obtenção do grau em Bacharel em Educação
Física.

Orientador: Prof. Dr. Maurício Oliveira dos
Santos.

VITÓRIA/ES
2026

JADSON AUGUSTO DE ASSIS MARQUES

**CORPOS GAYS E A BUSCA PELO MÚSCULO: UMA REVISÃO SOBRE
MASCULINIDADE HEGEMÔNICA NO ESPAÇO DAS ACADEMIAS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro de Educação Física e
Desportos da Universidade Federal do Espírito Santo, como requisito parcial para
obtenção do grau em Bacharel em Educação Física

Aprovado em ____ de julho de 2026.

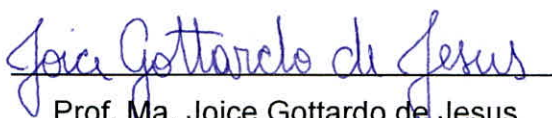
COMISSÃO EXAMINADORA



Prof. Dr. Maurício dos Santos de Oliveira
Universidade Federal do Espírito Santo
(Orientador)



Prof. Dra. Erineusa Maria da Silva
Universidade Federal do Espírito Santo



Prof. Ma. Joice Gottardo de Jesus
Universidade Federal do Espírito Santo

Dedico este trabalho ao meu eu criança, ao meu eu adolescente e ao homem que me tornei: homem gay, marcado por travessias, silêncios, enfrentamentos e resistências. Dedico também aos meus pares, que diariamente seguem enfrentando as barreiras impostas pela orientação sexual e pelas tantas violências, julgamentos e ideias que ainda atravessam a comunidade LGBTQIA+. Que este trabalho seja, também, um gesto de reconhecimento, existência e dignidade.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus, por ter sido meu sustento, minha força e meu refúgio ao longo de toda esta trajetória. Nos momentos de incerteza, cansaço e fragilidade, foi pela fé que encontrei razão para continuar a vida e esperança para não desistir.

À minha família, especialmente à minha mãe, que nunca desistiu, sobretudo de lutar pelos sonhos dos seus filhos, com pesar e pela tristeza da distância, ainda sim, me deixou voar sobre novos céus em busca de sonhos e autoconhecimento, expresso minha profunda e infinita gratidão por todo amor, carinho, orações, apoio emocional e financeiro. sempre que preciso, para que essa conquista se tornasse realidade. E à minha irmã, que com seu jeito manso e doce sempre me motivou sem que fosse necessário expressar por palavras. Vocês foram essenciais nessa caminhada, oferecendo acolhimento, incentivo e força nos momentos em que eu mais precisei. Esta conquista também é de vocês.

Ao meu grupo de amigos da faculdade, agradeço por terem compartilhado comigo as angústias, os desafios e os aprendizados desse processo. Vocês foram sustento nos momentos de tensão e leveza nos dias difíceis, tornando a jornada acadêmica mais solidária, divertida e memorável.

Ao meu amigo Robson, deixo um agradecimento especial por ter sido meu primeiro alicerce no momento mais conturbados da minha vida, quando tudo ao meu redor parecia incerto, relações familiares instáveis, experimentar a nova vida em uma cidade desconhecida e repleto de dúvidas por conta da inexperiência, me abriu as portas de sua casa e do seu coração. Nunca esquecerei a benevolência com que você me ofereceu chão em um tempo em que eu ainda tentava aprender a não desmoronar.

Ao meu amigo Frederico Rigoni e à sua família, registro meu sincero agradecimento pela generosidade e compaixão com que me apoiaram. O auxílio e a oportunidade de trabalho que me asseguraram foram fundamentais, permitindo que eu pudesse arcar com minhas despesas pessoais e seguir a vida com dignidade durante esta jornada.

Aos meus amigos Bruno, Jayme, Gabriel, Lucas, Éder, Vitor e a outros pares homens homossexuais, que de certa forma atravessaram e moldaram minha personalidade durante essa trajetória, agradeço pela confiança e pela partilha de experiências e sentimentos que, de forma tão significativa, inspiraram esta pesquisa.

As vivências de vocês contribuíram não apenas para a construção deste trabalho, mas também para ampliar minha escuta, minha sensibilidade e meu compromisso com o tema.

Por fim, agradeço às minhas amigas e confidentes Geórgia e Jessyca, que além de serem meu suporte diário, são minhas companheiras de casa, de vida e de fé. A presença, o cuidado e o afeto de vocês foram fundamentais para que eu conseguisse atravessar esse processo com mais resiliência e esperança. Vocês me encorajam a confiar e me orgulhar de quem eu sou e me inspiram no que eu possa vir a ser. A todos que fizeram parte dessa caminhada, meu mais profundo e sincero agradecimento.

*“Fazer parte da sociedade é uma amolação,
mas estar excluído dela é uma tragédia.*

Oscar Wilde

RESUMO

Este trabalho investiga a relação entre corpos gays, musculação e masculinidade hegemônica no espaço das academias, tomando como foco a busca por um corpo musculoso como estratégia de pertencimento, reconhecimento e enfrentamento de estigmas ligados à homossexualidade masculina. A pesquisa parte da compreensão de que o corpo, na contemporaneidade, não se limita a uma dimensão biológica, mas constitui-se como território de disputa simbólica, estética e identitária, especialmente em ambientes marcados pela valorização da virilidade, do desempenho e da aparência corporal. O objetivo do estudo foi compreender de que modo o anseio por corpos hipermusculosos e esteticamente padronizados influencia as expectativas de homens gays e sua relação com as academias de musculação. Metodologicamente, tratou-se de uma revisão narrativa de literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo-exploratório, construída a partir da análise crítica de livros, artigos, teses e dissertações que articulam os temas corpo, masculinidades, homossexualidade, imagem corporal e cultura das academias. Os resultados indicam que a academia funciona como espaço de normatização estética, no qual o corpo musculoso é frequentemente associado a disciplina, autocontrole, saúde e valor social. Nesse cenário, homens gays podem investir na hipermusculatura como forma de aproximar-se dos signos da masculinidade hegemônica, reduzir a visibilidade de traços considerados femininos e ampliar possibilidades de aceitação em determinados circuitos sociais e afetivos. Entretanto, a pesquisa também mostra que essa busca pode gerar efeitos ambivalentes, como intensificação da auto-objetificação, vigilância corporal, insatisfação com a imagem e risco de dismorfia muscular. Conclui-se que a musculatura, entre homens gays, opera simultaneamente como recurso de proteção simbólica, capital de desejabilidade e mecanismo de reprodução de hierarquias corporais e de gênero. Por fim, destaca-se a necessidade de novas pesquisas sobre o tema, especialmente estudos de campo, capazes de testar dialogar e avançar com os achados já apresentados na literatura e aprofundar a compreensão dos impactos subjetivos e sociais da cultura da muscularidade.

Palavras-chave: homens gays; musculação; masculinidade hegemônica; imagem corporal.

ABSTRACT

This study examines the relationship between gay male bodies, weight training, and hegemonic masculinity in gym settings, focusing on the pursuit of a muscular body as a strategy for belonging, recognition, and coping with stigmas associated with male homosexuality. The research is based on the understanding that the body in contemporary society is not limited to a biological dimension, but is also a field of symbolic, aesthetic, and identity-based dispute, especially in environments shaped by the appreciation of virility, performance, and bodily appearance. The aim of the study was to understand how the desire for hyper-muscular and aesthetically standardized bodies influences the expectations of gay men and their relationship with gyms. Methodologically, this was a narrative literature review with a qualitative, descriptive-exploratory approach, developed through the critical analysis of books, articles, theses, and dissertations addressing body, masculinities, homosexuality, body image, and gym culture. The results indicate that the gym operates as a space of aesthetic normalization, in which the muscular body is often associated with discipline, self-control, health, and social value. In this context, gay men may invest in hyper-muscularity as a way to approximate the signs of hegemonic masculinity, reduce the visibility of traits seen as feminine, and expand opportunities for acceptance in certain social and affective circles. However, the study also shows that this pursuit may generate ambivalent effects, such as increased self-objectification, body surveillance, dissatisfaction with appearance, and risk of muscular dysmorphia. It is concluded that muscularity among gay men functions simultaneously as a resource for symbolic protection, a form of desirability capital, and a mechanism for reproducing bodily and gender hierarchies. Finally, it is important to emphasize the need for new research on the topic, especially field studies capable of testing, engaging with, and building upon the findings already presented in the literature, and of deepening the understanding of the subjective and social impacts of muscularity culture.

Keywords: gay men; weight training; hegemonic masculinity; body image;

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	11
2 MÉTODO.....	13
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	13
3.1 O CULTO AO CORPO E A ACADEMIA DE MUSCULAÇÃO COMO ESPAÇOS DE NORMATIZAÇÃO ESTÉTICA	13
3.2 MASCULINIDADES GAYS E O CORPO HIPERMUSCULOSO: ENTRE A HEGEMONIA, O ESTIGMA E O PERTENCIMENTO	18
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	23
REFERÊNCIAS	24

1 INTRODUÇÃO

A masculinidade resulta na internalização de subjetividades derivadas do processo de construção histórico-social que, atravessada por diferentes fatores e graus de complexidade que impactam diretamente a estruturação e organização social (Louro, 2000). Sob a óptica da psicanálise, a compreensão da masculinidade é definida a partir de composições, nas quais a identidade do masculino protagoniza uma posição de atividade e virilidade como ideal normativo (Freud, 1927). Em seus textos nos quais discutem as consequências psíquicas advindas da diferença fisiológica e anatômica entre os sexos, estendida a compreensão ao fetichismo, Sigmund Freud (1927) descreve como o corpo masculino e traços corporais específicos podem se relacionar com a internalização subconsciente de valores narcísico e erótico excessivos. Esse processo opera como um mecanismo de defesa frente à ameaça simbólica da perda de potência, da feminilização ou de exclusão do lugar de “verdadeiro homem” instituído culturalmente.

Diante dessa perspectiva, pode-se inferir que performance e apreço de hiper-muscularidade podem ser compreendidas como traço de “manifesto masculino”, no qual a exposição de força, rigidez sentimental e rigoroso controle corporal condiz com fantasias inconscientes de fragilidade e repressão (Freud, 1925; 1927; 1933). Associando essa ideia com a teoria de Connell (2005), observa-se que os investimentos em determinadas características, as quais englobam o impulso da valorização estética e o anseio pelo acúmulo de densidade muscular, organizam-se em torno da concepção de masculinidade hegemônica. Esta entendida como uma configuração de práticas e representações que hierarquiza os homens entre si e legitima formas de dominação baseadas em força física, na autossuficiência e no controle emocional.

A concepção contemporânea do belo e o culto ao corpo devem ser vinculados a esse debate na medida em que o corpo passa a ser pensado como projeto estético permanente e como plano de investimento identitário, conforme proposto por Jeudy (2005). À luz dessa ideia, juntamente com a teoria das masculinidades, torna-se é evidente que, na sociedade de consumo, o corpo é tratado como um objeto privilegiado de estetização. Ele se aproxima de uma “obra” a ser incessantemente produzida, manipulada, editada e exibida no cotidiano de acordo com os preceitos definidos pela masculinidade dominante. O belo, portanto, não se configura apenas

como qualidade natural, mas como um padrão normativo ideal que direciona práticas de autoaperfeiçoamento e consumo, tais como: cirurgias, cosméticos, dietas, exercícios físicos, diversos métodos de transformação estética, que redefinem o corpo como mercadoria e sinal de valor, distinção e pertencimento social (Jeudy, 2005; Goldenberg, 2007).

Estudos sobre cultura de academias e corpo masculino indicam que os espaços de musculação operam como locais privilegiados de produção e vigilâncias dessas ideias, nos quais o corpo musculoso é construído como o padrão estético dominante e como capital simbólico para reconhecimento entre os pares (Conley, 2000; Wagner, 2012). Indubitavelmente, esses locais são alicerce central da cultura do culto ao corpo por oferecerem técnicas, serviços e discursos que prometem alcançar o “corpo ideal”, frequentemente, com as características atléticas, musculoso, jovem e sexualmente atraente (Sabino; Luz, 2007).

No caso de homens gays, pesquisas indicam que a busca por um físico hiper masculinizado está diretamente vinculado à aproximação do modelo de masculinidade hegemônica heterossexual, bem como em razão da tentativa de afastar estigmas de efeminação, fazendo da aparência e aporte muscular recursos potencializador da afirmação de virilidade e sensação de aceitação e pertencimento social (Connell, 1995; Vilanova; Mateu, 2019). Desse modo, o corpo musculoso se torna simultaneamente um ideal de belo e um capital simbólico de masculinidade e reconhecimento entre pares, reforçando assim, posições internas, estereótipos e fronteiras de aprovações interpessoais (Connell, 1995; Conley, 2000).

Logo, diante desse cenário no qual a muscularidade passa a operar como signo privilegiado de “masculinidade superior” e de afastamento de estigmas associados à efeminação e à orientação sexual, torna-se relevante investigar de que modo esses preceitos relacionados às masculinidades moldam as expectativas dos homens gays em relação à compulsão por corpos musculosos e à fixação por padronização estética. Ademais, influenciam no surgimento e manutenção de vínculos com os espaços das academias de musculação. Nesse sentido, este estudo visa compreender de que modo o anseio por corpos musculosos e esteticamente padronizados molda a formação das expectativas de homens gays e qual sua relação com o espaço das academias e com a prática de musculação.

2 MÉTODO

O presente estudo consiste em uma revisão narrativa de literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo-exploratório. A revisão narrativa configura-se como uma modalidade de pesquisa apropriada para descrever, analisar e discutir o estado do conhecimento de uma determinada temática sob uma perspectiva ampla, permitindo a livre seleção e a interpretação crítica das produções científicas existentes sem a rigidez de protocolos sistemáticos (Rother, 2007).

Assim, a elaboração desta revisão foi organizada a partir de três etapas fundamentais:

- Levantamento bibliográfico assistemáticos de literatura.
- Leitura analítica e seleção das obras por critério de relevância.
- Organização, síntese e discussão narrativa dos principais achados conceituais.

Para a composição do *corpus* desta pesquisa, realizou-se uma busca bibliográfica ampla em bases de dados eletrônicas e repositórios acadêmicos digitais reconhecidos, sendo priorizados o Google Acadêmico, Portal de Periódicos Capes, PubMed, Scielo e Web of Science.

A seleção do material bibliográfico baseou-se na identificação de livros, teses, dissertações, capítulos de livros e artigos científicos nacionais e internacionais que articulassem os conceitos estruturais da pesquisa, em síntese, que abordassem explicitamente homens gays, musculação/academias e aspectos de masculinidade ou imagem corporal. Para tanto, foram utilizados, de forma combinada e flexível, palavras-chaves como: "homens gays", "homossexuais masculinos" e "musculação", "academia", "gym", "bodybuilding" e "masculinidade", "muscularidade" e "imagem corporal", "pertencimento".

Para a organização e análise, após a seleção intencional baseada na relevância das obras em relação ao objeto de estudo, os dados foram agrupados em categorias temáticas que respondem diretamente ao problema investigado.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 O CULTO AO CORPO E A ACADEMIA DE MUSCULAÇÃO COMO ESPAÇOS DE NORMATIZAÇÃO ESTÉTICA

O culto ao corpo, na contemporaneidade, não pode ser compreendido como mera escolha individual ou simples adesão a hábitos saudáveis, mas como fenômeno histórico, social e culturalmente produzido, no qual o corpo passa a ocupar posição central como suporte de identidade, valor social e legibilidade pública (Sousa, 2019). Nessa direção, Sousa (2019) sustenta que o corpo se converteu em “fronteira privilegiada para a autopromoção” (p. 15) e em alvo contínuo de investimento subjetivo e mercadológico, articulando consumo, visibilidade e reconhecimento social, onde tal perspectiva permite compreender que, na sociedade contemporânea, o corpo não é apenas vivido, mas produzido, exibido, comparado e avaliado em circuitos sociais que o transformam em marcador de disciplina, êxito e pertencimento.

As academias de musculação se inserem nesse processo como instituições privilegiadas de fabricação corporal e regulação simbólica. Camargo Silva (2022), afirma que a academia constitui “um lócus de inúmeras vidas construídas social e culturalmente” (p. 6), sendo espaço onde se compartilham e ressignificam crenças, normas, valores e representações sobre si e sobre os outros. Exercitar-se, portanto, não se reduz a um ato fisiológico, mas configura-se como prática simbólica e relacional, atravessada por expectativas sociais e por hierarquias corporais que definem quais corpos serão lidos como disciplinados, desejáveis ou desviantes (Silva, 2022).

Essa interpretação é reforçada pela ideia na qual as academias operam a partir de concepções de corpo fortemente marcadas pela objetificação, pela correção das “imperfeições” e pela adequação a padrões de beleza socialmente legitimados (Cruz; Batista; Oliveira, 2022). O estudo mostra que professores e alunos são atravessados por discursos que padronizam os corpos conforme o ideal hegemônico de beleza, produtividade e desempenho, revelando que a academia não apenas acolhe práticas corporais, mas participa ativamente da construção de uma pedagogia normativa do corpo (Cruz; Batista; Oliveira, 2022). Nesse sentido, a musculação aparece como tecnologia de conformação estética e moral, em que o corpo deve evidenciar autocontrole, esforço e otimização permanente.

Em diálogo com essa leitura, Junior (2017) demonstra que o remodelamento corporal de homens jovens que frequentam academias e outros espaços de prática física é orientado por uma cultura somática que estabelece modelos corporais idealizados e produz projetos de corpo mediados pela intersubjetividade. O autor assinala que o corpo ideal é concebido como proporcional, definido, com pouca

gordura e visivelmente cuidado, sendo essas qualidades associadas a disciplina, força de vontade e reconhecimento social. Assim, o investimento no corpo não é aleatório: ele responde a um conjunto de expectativas sociais que fazem do corpo trabalhado um capital simbólico e uma linguagem de valor (Junior, 2017).

A normatização estética ganha ainda mais densidade quando se observa o papel da mídia, da publicidade e das redes sociais na produção de padrões corporais desejáveis. Segundo Junior (2017), os interlocutores de sua pesquisa identificam na mídia a principal difusora dos modelos de corpo a serem seguidos, o que faz com que a prática corporal se organize em torno de metas associadas à definição muscular, proporcionalidade, juventude duradoura e aparência saudável. Nessa dinâmica, o corpo torna-se “mais um item que precisa ser consumido” (p. 87), de modo que a obtenção de determinada forma física não apenas satisfaz um desejo individual, mas também agrega valor ao sujeito nas relações sociais (Junior, 2017).

Esse processo não deve ser dissociado da lógica mais ampla de mercantilização da vida e da subjetividade, conforme proposto por Silva (2022), ao discutir as academias de musculação a partir da filosofia de Byung-Chul Han, argumenta que tais espaços tendem a reproduzir os imperativos da sociedade do desempenho, da transparência e da autoexploração. Nesse cenário, os sujeitos são interpelados por discursos motivacionais e por promessas de superação ilimitada que transformam o cuidado de si em obrigação produtiva. O corpo passa a ser gerido como projeto inacabado, sempre insuficiente, permanentemente convocado a melhorar, secar, hipertrofiar e performar saúde, beleza e eficiência (Oliveira *et al.*, 2022).

Nessa perspectiva, a academia funciona como espaço de intensificação da positividade, no qual a exigência não é apenas ter um corpo saudável, mas exibir um corpo inteligível segundo as lógicas da performance e da visibilidade (Silva, 2022). O estudo de Silva (2022) é especialmente relevante ao mostrar que, mesmo quando o discurso aparente é o da liberdade, da autoestima e do autocuidado, o que se observa é uma coação subjetiva refinada: o sujeito acredita escolher livremente aquilo que, na realidade, lhe é socialmente imposto como dever corporal. Por isso, o corpo ideal nunca é plenamente alcançado: ele permanece como horizonte regulador que mantém os indivíduos em estado contínuo de vigilância, comparação e insatisfação.

A exclusão de corpos dissidentes é um efeito central dessa normatização, em Camargo Silva (2022), a categoria “lipofobia” evidencia como os corpos gordos são frequentemente associados à doença, à improdutividade e à indisciplina, sendo

perseguidos por discursos biomédicos, estéticos e mercadológicos que os posicionam como problema a ser corrigido. O corpo magro ou definido, ao contrário, é lido como prova de autocontrole e sucesso, ainda que essa valorização também submeta os sujeitos a outras formas de dominação e sofrimento. A academia, nesse quadro, constitui espaço em que a diferença corporal é regulada por mecanismos difusos de aprovação e reprovação (Cruz; Batista; Oliveira, 2022).

Os efeitos dessa exclusão podem ser lidos também à luz da noção de abjeção e estigma, Cunha (2022) ao discutir os impactos da padronização estética sobre homens gays, argumenta que a normatização dos corpos produz uma hierarquia entre existências inteligíveis e corpos desviantes, de tal modo que aqueles que não se enquadram nos modelos hegemônicos tendem a ser marginalizados, inferiorizados e simbolicamente desumanizados. Ainda que o foco do autor não seja exclusivamente a academia, sua análise ajuda a compreender como os ambientes corporais contemporâneos reforçam padrões que colonizam a subjetividade e fazem do corpo não hegemônico um marcador de fracasso, vergonha ou inadequação (Cunha, 2022).

A normatização estética também se articula a processos de aprendizagem e biossociabilidade. Machado e Fraga (2022), no capítulo incluído em Camargo Silva (2022), mostram que a academia de musculação se configura como espaço de intercâmbio de saberes, formação corporal e pertencimento, no qual circulam conhecimentos sobre treino, dieta, suplementação e anabolizantes. Os autores descrevem a existência de “biossociabilidades baseadas em critérios corporais de hipertrofia muscular”, isto é, redes de sociabilidade organizadas em torno da busca por um corpo com muita massa muscular e baixa gordura corporal. Nesse universo, a aparência física não é mero resultado do processo; ela é critério de hierarquização, autoridade e pertencimento (Machado; Fraga, 2022)

Esse dado é particularmente importante porque revela que a academia não normatiza apenas pela imposição externa de modelos, mas, também, pela produção de comunidades corporais que validam certas formas físicas e depreciam outras. Quanto mais o sujeito se aproxima do ideal corporal dominante, mais ele tende a conquistar reconhecimento, circularidade social e expertise no interior desses grupos. Por outro lado, os corpos iniciantes, muito magros, gordos ou considerados insuficientemente trabalhados ocupam posições subalternas no interior dessa ordem, o que confirma que a musculação se organiza também como espaço de distinção corporal e moral (Machado; Fraga, 2022).

A dimensão mercadológica desse processo é igualmente decisiva, a partir de Junior (2017) é observável que a sociedade contemporânea oferece não apenas padrões de corpo, mas, também, um vasto mercado de bens, serviços e técnicas voltadas à sua obtenção. Academias, suplementos, profissionais, dietas, aplicativos, conteúdos digitais e fármacos compõem uma rede que transforma o corpo em objeto permanente de investimento. Desse modo, o culto ao corpo não é apenas uma cultura da aparência, mas também uma economia da modificação corporal, na qual o sujeito é permanentemente convocado a consumir meios de aperfeiçoamento de si (Junior, 2017)

Os textos de Cardoso, Sperandio e Teixeira (2015) e Cardoso e Teixeira (2017) também contribuem para essa discussão ao refletirem sobre os atravessamentos entre corpo, mídia, consumo e idealização estética no contemporâneo, evidenciando como a produção de aparências corporalmente adequadas se vincula a lógicas de visibilidade, distinção e desejo social. Ainda que por diferentes entradas analíticas, esses trabalhos ajudam a sustentar a tese de que o corpo musculoso ou definido tende a ser investido de legitimidade simbólica, enquanto formas corporais desviantes se tornam alvo de correção, silenciamento ou exclusão.

Além disso, o estudo de Areyi, Gutman e Peleg (2025) amplia essa discussão ao apontar que ideais corporais masculinos continuam profundamente marcados por valores ligados à força, ao controle e à adequação a imagens normativas de masculinidade, mesmo quando reconfigurados por novos contextos culturais e midiáticos. Tal contribuição reforça a compreensão de que o culto ao corpo masculino não é fenômeno superficial, mas expressão de regimes contemporâneos de regulação identitária e afetiva.

Diante do exposto, pode-se afirmar que a academia de musculação opera como espaço de normatização estética porque transforma o corpo em projeto moral, vitrine social e tecnologia de distinção, organiza práticas, discursos e relações que ensinam o que deve ser admirado, desejado e perseguido corporalmente, ao mesmo tempo em que demarca os limites do aceitável e do abjeto. Mais do que cenário de exercícios, a academia constitui uma instituição pedagógica da aparência, na qual o culto ao corpo encontra formas concretas de disciplinamento, hierarquização e produção de subjetividades ajustadas aos ideais contemporâneos de beleza, desempenho e autocontrole (Silva, 2022; Sousa, 2019; Junior, 2017).

3.2 MASCULINIDADES GAYS E O CORPO HIPERMUSCULOSO: ENTRE A HEGEMONIA, O ESTIGMA E O PERTENCIMENTO

A análise das masculinidades gays e do corpo hipermusculoso exige reconhecer que o corpo, especialmente no interior de regimes de visibilidade contemporâneos, não é apenas matéria orgânica, mas território de reconhecimento, disputa e valor social (Baião *et al.* 2023). Para homens gays, essa centralidade corporal assume contornos específicos, pois a aparência física pode funcionar tanto como meio de inserção e prestígio quanto como resposta a experiências históricas de marginalização, feminização compulsória e estigma. Nesse sentido, a hipermusculatura não pode ser lida apenas como escolha estética individual, mas como forma socialmente situada de negociação com normas de gênero, desejo e pertencimento (Assis; Garcia; Palma, 2024; Baião *et al.*, 2023).

Assis, Garcia e Palma (2024) mostram que, no contexto carioca, os ideais de beleza masculina entre homens gays se articulam de modo singular ao sucesso, ao capital social e ao valor da identidade. Os autores observam que parece haver “uma valorização maior de um corpo masculino e jovem, dotado de hipermasculinidade” (p. 02), especialmente, no interior de determinados circuitos gays. Essa valorização ajuda a explicar por que a musculatura, a definição corporal e a aparência viril adquirem tamanho peso simbólico nesse universo. O corpo, assim, não é só aparência: ele condensa status, erotização e legibilidade social (Assis; Garcia; Palma, 2024).

A hipermusculatura, nessa chave, funciona como aproximação da masculinidade hegemônica. Ainda que Junior (2017) não trate exclusivamente de homens gays, sua investigação sobre jovens que remodelam o corpo por meio da musculação oferece ferramentas analíticas fundamentais para pensar o problema. O autor demonstra que o corpo masculino idealizado é associado à proporcionalidade, à baixa adiposidade, à definição muscular e a um conjunto de valores como disciplina, força, presença e respeitabilidade. Esses atributos constituem formas de capital simbólico masculino e passam a orientar a produção de si, indicando que o corpo trabalhado pode operar como recurso de legitimação do ser homem (Junior, 2017).

Quando esse modelo é deslocado para o universo das masculinidades gays, ele ganha densidade política. Cunha (2022) argumenta que, em ambientes sociais atravessados por padrões falocêntricos, patriarcais e heteronormativos, homens gays que performam maior virilidade, voz grossa, musculatura acentuada e discrição

gestual tendem a ocupar posições mais valorizadas do que aqueles lidos como afeminados, magros ou fora do padrão. O autor associa esse processo à afeminofobia e à hierarquização interna da desejabilidade, mostrando que nem toda dissidência sexual rompe com a lógica da masculinidade dominante, muitas vezes, ela a reinscreve por outras vias (Cunha, 2022).

Essa dinâmica ajuda a compreender por que o corpo super musculoso pode funcionar, para homens gays, como proteção simbólica contra o estigma, pois ao aproximar o sujeito de signos culturalmente associados à virilidade, à força e ao autocontrole, a hipermusculatura pode reduzir leituras sociais que associam a homossexualidade à fraqueza, à feminilidade ou à subalternidade (Júnior, 2017). Em outros termos, o corpo sarado oferece uma forma de inteligibilidade masculina socialmente mais reconhecida, ainda que tal reconhecimento seja condicionado pela adesão a um padrão excludente e normativo (Junior, 2017; Cunha, 2022).

Entretanto, essa mesma estratégia de adequação pode produzir novos sofrimentos. Baião *et al.* (2023), em estudo com 1.444 homens brasileiros de minoria sexual e de gênero, identificaram maior vulnerabilidade desse grupo à insatisfação corporal, à busca pela muscularidade e aos sintomas de dismorfia muscular. Os autores encontraram associação positiva e significativa entre sintomas de dismorfia muscular, busca pela muscularidade, internalização da aparência ideal e auto-objetificação, além de apontarem que 17,4% da amostra apresentou risco elevado para desenvolvimento de dismorfia muscular. Os dados sugerem que a busca pelo corpo muscular não é neutra: ela se vincula a pressões socioculturais intensas e a experiências específicas de discriminação e estigma (Baião *et al.*, 2023).

A contribuição de Baião *et al.* (2023) é central porque evidencia que homens gays tendem a apresentar níveis mais elevados de insatisfação corporal do que homens heterossexuais, bem como maior incidência e prevalência de sinais e sintomas de dismorfia muscular. Os autores associam esse quadro a fatores como assédio, discriminação e pressões internas e externas para alcançar uma aparência ideal. Assim, o corpo denso e escupido surge como promessa de pertencimento e valorização, mas também como resultado de um cenário em que a masculinidade gay é permanentemente interpelada por padrões de comparação, vigilância e insuficiência (Baião *et al.*, 2023).

Assis, Garcia e Palma (2024) aprofundam essa interpretação ao descreverem um microcosmo de homens gays de classe média-alta em academias e circuitos de

sociabilidade do Rio de Janeiro. Os autores mostram que o corpo musculoso, seco e hipermasculinizado é investido de capital social, sexual e identitário, operando como signo de prestígio e desejabilidade. A expressão “deus grego”, recorrente nas interações observadas, aparece justamente para designar corpos masculinos considerados belos, fortes e eroticamente valorizados. Nesse contexto, o corpo altamente atlético se converte em veículo de prazer, autoexpressão e inserção hierárquica (Assis; Garcia; Palma, 2024).

Mais do que isso, o estudo evidencia que o pertencimento a determinados circuitos gays é frequentemente condicionado pela incorporação de um estilo corporal e comportamental específico, no qual os autores descrevem a circulação entre academia, praia e espaços de sociabilidade homoerótica, destacando que os corpos “fortes, musculosos e esbeltos” acumulam prestígio social, de gênero e de classe (Assis; Garcia; Palma, 2024). Exibir e aperfeiçoar o corpo não é apenas vaidade, trata-se de um modo de sinalizar pertencimento, atrair desejo e confirmar adesão a uma representação valorizada do ser gay. A musculatura, nesse caso, funciona como senha de acesso a uma sociabilidade seletiva (Assis; Garcia; Palma, 2024).

O corpo altamente musculoso pode ser entendido como forma de pertencimento a coletivos que valorizam virilidade, definição muscular e baixo percentual de gordura, mas esse pertencimento é ambivalente, porque ao mesmo tempo em que incluem, também excluem. Corpos gordos, afeminados, muito magros ou pouco desenvolvidos tendem a ser desqualificados, tornados alvo de ironia, silêncio ou abjeção. No estudo de Assis, Garcia e Palma (2024), isso emerge de maneira contundente quando corpos femininos e gordos são xingados e tratados como intrusos em um ambiente organizado em torno da veneração de um ideal corporal viril e hipertrofiado, ainda que se trate de um microcosmo específico, esses dados expõem o caráter seletivo e normativo desse pertencimento.

A relação entre hipermusculatura e estigma também pode ser lida a partir da afeminofobia descrita por Cunha (2022) no argumento que homens gays afeminados ocupam posição inferiorizada em uma ordem que continua valorizando traços associados à masculinidade hegemônica. Segundo o autor, a aproximação com signos socialmente compreendidos como femininos implica perda de prestígio e de desejabilidade, enquanto a incorporação de marcas da virilidade amplia o valor simbólico do sujeito. Isso permite compreender por que a hipermusculatura se torna,

em alguns contextos, uma tentativa de afastamento do lugar abjeto reservado ao corpo gay afeminado (Cunha, 2022).

O paradoxo é que essa tentativa de escapar do estigma frequentemente reinscreve a submissão a padrões hegemônicos, que ao buscarem parecer mais masculino, mais forte e mais desejável, o sujeito pode até reduzir formas específicas de discriminação, mas passa a se submeter com maior intensidade à vigilância do próprio corpo, à comparação entre pares e ao medo constante da inadequação, Baião *et al.* (2023) ajudam a sustentar esse argumento ao mostrar que a internalização da aparência ideal e a auto-objetificação se associam fortemente à busca pela muscularidade. O corpo hipermusculoso, então, não elimina o sofrimento: muitas vezes apenas o reorganiza em novas bases.

Assis, Garcia e Palma (2024) mostram que, em certos circuitos gays, o corpo hipermusculoso está diretamente ligado à sexualização da vida cotidiana, à atração de parceiros e à ampliação das possibilidades de interação erótica. A lógica descrita pelos autores é a de uma “nova economia libidinal” em que o corpo desempenha papel central na atração de parceiros e na circulação do desejo. A musculatura, nesse cenário, não vale apenas por remeter à saúde ou à disciplina, mas porque produz erotização, hipervisibilidade e consumo sexual do corpo.

Ao mesmo tempo, essa erotização intensiva aprofunda a objetificação. O corpo gay alinhado e estético é exaltado, mas essa exaltação depende da capacidade de manter padrões rígidos de aparência, energia sexual, disponibilidade e performance (Assis, Garcia, Palmas, 2024). A corporeidade valorizada se converte, assim, em capital precário: quanto mais ela garante prestígio, mais exige manutenção. Isso a torna simultaneamente fonte de pertencimento e campo de ansiedade, sobretudo em contextos nos quais envelhecimento, gordura, feminilidade ou perda de definição corporal podem significar perda de valor simbólico (Assis; Garcia; Palma, 2024; Baião *et al.*, 2023).

O texto de Sousa (2019) contribui para ampliar esse raciocínio ao mostrar que a sociedade contemporânea transforma o corpo em superfície de autopromoção e distinção, associando-o a ideais de sucesso, consumo e visibilidade. No caso das masculinidades gays, essa lógica adquire contornos particulares porque a aparência corporal passa a mediar não apenas reconhecimento social geral, mas também pertencimento intra-grupo, desejabilidade sexual e organização hierárquica de prestígio. O corpo hipermusculoso se torna, portanto, uma forma de conversão entre

capital estético, capital erótico e capital social (Assis; Garcia; Palma, 2024; Baião *et al.*, 2023; Cunha, 2022).

Silva (2022), ao interpretar as academias a partir de Byung-Chul Han, oferece outra chave importante para esse debate: a sociedade do desempenho tende a converter o corpo em projeto narcísico, auto exploratório e permanentemente inconcluso. Nessa lógica, a busca por hipertrofia e definição corporal não encontra ponto final, porque o ideal estético é continuamente deslocado para frente. Essa leitura ajuda a compreender por que o corpo padronizado pode aparecer como promessa de satisfação identitária, mas também como forma de aprisionamento em ciclos intermináveis de treino, dieta, vigilância e comparação (Silva, 2022).

O estudo de Cunha (2022) sugere que mesmo quando a hipermusculatura parece produzir empoderamento, ela precisa ser situada em um campo de forças desigual, isso é elucidado ao mostrar que o desejo por corpos hiper-virís frequentemente se constrói a partir da internalização de padrões que rebaixam o afeminado e privilegiam o masculino normativo. Nesse cenário, a muscularidade pode funcionar como rota de ascensão simbólica, mas também como evidência de que a masculinidade gay continua sendo regulada por parâmetros patriarcais, misóginos e heteronormativos.

Dessa forma, o corpo hipermusculoso entre homens gays ocupa uma posição paradoxal. Ele pode aproximar o sujeito da hegemonia ao condensar signos de virilidade socialmente valorizados; pode responder ao estigma ao oferecer proteção simbólica contra a feminização depreciativa; e pode funcionar como dispositivo de pertencimento em sociabilidades que organizam valor e desejo a partir da aparência corporal. Contudo, essa mesma corporeidade tende a reproduzir exclusões, a intensificar a auto-objetificação e a manter o sujeito submetido a padrões de desempenho e visibilidade que frequentemente produzem sofrimento (Baião *et al.*, 2023; Assis; Garcia; Palma, 2024; Cunha, 2022).

Assim, as masculinidades gays e o corpo musculoso devem ser compreendidos menos como expressão de liberdade individual e mais como resultado ambivalente de negociações com a hegemonia, o estigma e o desejo de pertencer. Entre a promessa de reconhecimento e o risco de nova submissão normativa, o corpo musculoso padrão aparece como tecnologia social de inserção e, ao mesmo tempo, como campo de intensas regulações simbólicas, afetivas e políticas. É nesse entrecruzamento que se revelam suas contradições centrais: ele protege e expõe, inclui e exclui, valoriza e

aprisiona, produzindo uma forma de pertencimento sempre tensionada pela lógica da insuficiência e da comparação permanente (Baião *et al.*, 2023; Assis; Garcia; Palma, 2024; Cunha, 2022).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa evidenciou que a relação entre corpos gays, musculação e masculinidade hegemônica nas academias é marcada por tensões entre desejo, pertencimento, reconhecimento e sofrimento. Ao longo da análise, ficou claro que o corpo hiper musculoso não deve ser compreendido apenas como preferência estética individual, mas como resultado de processos sociais, culturais e simbólicos que regulam a forma como homens gays são vistos, avaliados e valorizados no espaço das academias. Observou-se que a academia de musculação funciona como um espaço de normatização estética, no qual o corpo musculoso, definido e viril tende a ser legitimado como ideal de beleza e masculinidade. Nesse contexto, a busca pela hipertrofia aparece associada tanto à tentativa de aproximação de um padrão dominante quanto à estratégia de enfrentamento de estigmas ligados à feminilidade, à magreza ou à inadequação corporal.

Também foi possível compreender que, para muitos homens gays, o corpo hipertrofiado pode assumir a função de capital simbólico, ampliando possibilidades de reconhecimento social e pertencimento em determinados circuitos de sociabilidade. Contudo, esse mesmo processo pode intensificar a auto-objetificação, a vigilância corporal e a insatisfação com a própria imagem, revelando o caráter ambivalente dessa busca. Dessa forma, conclui-se que a musculatura, no universo investigado, opera simultaneamente como promessa de inclusão e mecanismo de exclusão. Embora possa funcionar como forma de proteção simbólica e afirmação identitária, ela também reproduz hierarquias corporais e de gênero que mantêm sujeitos presos a padrões rígidos de desempenho, aparência e valorização social.

Como sugestão para estudos futuros, recomendo a ampliação das investigações sobre o tema, sobretudo por meio de metodologias experimentais, capazes de testar com maior rigor a veracidade dos achados já apresentados pela literatura. Estudos com delineamentos experimentais, longitudinais e mistos podem aprofundar a compreensão sobre os efeitos da cultura da muscularidade na imagem corporal, na auto-objetificação, na dismorfia muscular e nas experiências de pertencimento de

homens gays em ambientes de academia. Por fim, destaca-se a necessidade de pesquisas futuras que articulem gênero, sexualidade, corpo e saúde de maneira crítica e situada, contribuindo para uma compreensão mais ampla das dinâmicas que atravessam as práticas corporais e os modos de subjetivação do sujeito no contexto das academias.

REFERÊNCIAS

AREY, Dalit Lev; PELEG, Yuli; GUTMAN, Tomer. Em foco: imagem corporal masculina: comportamentos alimentares orientados para a musculatura, dismorfia muscular e vício em exercícios em homens gays e heterossexuais. **Revista de Transtornos Alimentares**, v. 13, p. 151, 2025.

ASSIS, Monique Ribeiro de; GARCIA, Rafael Marques; PALMA, Alexandre; FORTES, Rafael. Agenciamentos corporais e o uso de drogas entre homens homossexuais no Rio de Janeiro. **Movimento**, v. 30, p. e30014, 2024.

BAIÃO, Pedro Henrique Mol et al. Preditores de dismorfia muscular em homens brasileiros de minoria sexual e de gênero. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 72, n. 2, p. 118-126, 2023.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

CAMARGO SILVA, Alan. **Corpo e práticas corporais em academias de ginástica**. Curitiba: Editora Bagai, 2022.

CARDOSO, Fabiano Augusto; FARIA, Fernanda Rocha de; SPERANDIO, Fabiana Flores; CARDOSO, Allana Alexandre; CARDOSO, Fernando Luiz. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em homens homossexuais. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 23, n. 4, p. 46-56, 2015.

CARDOSO, Fabiano Augusto; TEIXEIRA, Fernando Luiz. Orientação sexual e fatores associados em homens homossexuais. **Cinergis**, v. 18, n. 2, p. 88-92, 2017.

CONLEY, T. Capital corporal e masculinidade em espaços de musculação. **Journal of Sport and Gender Studies**, v. 5, n. 2, p. 45-62, 2000.

CONNELL, R. W. **Masculinities**. 2. ed. Berkeley: University of California Press, 1995.

CONNELL, R. W. **Masculinidades**. São Paulo: Contexto, 2005.

FREUD, Sigmund. **A história do movimento psicanalítico, artigos sobre a metapsicologia e outros trabalhos**. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, S. **Fetichismo (1927)**. In: FREUD, S. Obras completas. Rio de Janeiro: Imago, 1996. p. 1-5.

FREUD, Sigmund. **Obras completas volume 18 O mal-estar na civilização, Novas conferências introdutórias à psicanálise e outros textos (1930-1936)**. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

GOLDENBERG, M. **O corpo como capital: estudos sobre gênero, sexualidade e beleza**. Rio de Janeiro: Record, 2007.

JEUDY, H. P. **O corpo como objeto de arte**. São Paulo: Estação Liberdade, 2005.

JÚNIOR, Edyr Batista de Oliveira. **“Cada um sabe do seu próprio corpo”**: masculinidades, projetos corporais e treinos. 2017. p. 12-246, Tese (Doutorado em Antropologia) — Universidade Federal do Pará, Belém.

SABINO, C.; LUZ, M. T. Corpo, masculinidade e risco: um estudo em academias de musculação. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 17, n. 1, p. 2-44, 2007.

SILVA, Robson Guedes da. **Pensar-corpo: a performance como prática anárquica e possibilidade educativa**. 2022. p. 15-230, Tese (Doutorado em Educação) — Universidade Federal de Pernambuco, Recife.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

TEIXEIRA, Fabiano Augusto; SPERANDIO, Fabiana Flores; CARDOSO, Fernando Luiz. Atividade física e fatores associados em homens homossexuais. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 20, n. 1, p. 73-81, 2015.

TORRACO, R. J. Writing integrative literature reviews: guidelines and examples. **Human Resource Development Review**, v. 4, n. 3, p. 356-367, 2005.

VILANOVA, N.; MATEU, A. Masculinidades, corpo e desejo em homens gays. **Revista de Estudos de Gênero**, v. 25, n. 2, p. 89-110, 2019.

WAGNER, H. Corpos em evidência: academias, masculinidade e vigilância. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 34, n. 3, p. 623-640, 2012.