

## **DOLOR, SACRIFICIO Y PLACER EN LA PRÁCTICA DEL *RUNNING* EN LA CIUDAD DE LA PLATA**

Norma Beatriz Rodriguez

CICES/IdIHCS-FaHCE/UNLP – CONICET

nbrodri@gmail.com

### **RESUMEN**

En este artículo se presenta un breve análisis de los procesos por medio de los cuales la práctica del *Running* construye cuerpos, usos del cuerpo y subjetividades particulares, como manifestación de un contexto sociocultural global/local signado por lógicas de cuidado de sí. El estudio procura relevar y caracterizar los circuitos y los modos de circulación ligados a la práctica del *Running* en la ciudad de La Plata, con especial atención a uno de estos circuitos y a las maneras de vinculación del mismo con otros circuitos de la ciudad. Se trata de una investigación que estudia el gobierno de la vida de una población a partir de los usos del cuerpo. A manera de hipótesis proponemos que la práctica del *Running* tiene como eje articulador al dolor, al sacrificio y al placer, núcleo vinculante que devela posición social, grupos y prácticas de sociabilidad y deporte en las sociedades contemporáneas.

### **ESTADO DE LA CUESTIÓN**

Podemos identificar diversos estudios que en los últimos años se han realizado en torno a la temática de las prácticas corporales, en particular las prácticas deportivas y, entre ellas, el *Running*. Partimos de considerar que el cuerpo, o más específicamente, los usos del cuerpo, pueden interpretarse como manifestaciones de los contextos socioculturales en los que se encuentran insertos, y que a la vez el estudio de usos del cuerpo particulares puede ser de utilidad para comprender las más diversas aristas de estos contextos. De esta manera, el *Running* puede ser comprendido dentro de las dinámicas de la globalización y la mundialización de la cultura (Ortiz, 1996), teniendo en cuenta, asimismo, los procesos de localización, apropiación y producción local que se producen en la globalización (Appadurai, 2001). Como producto cultural de alcance global, se encuentra a la vez ligado a procesos locales y a las vidas cotidianas de sus practicantes (Mora, 2018).

En el marco de este contexto sociocultural general, prácticas como el *Running* vehiculizan procesos que han sido descriptos en el análisis foucaultiano sobre la modernidad occidental y que tienen vigencia aún hoy; entre estos procesos, proponemos a las tecnologías del yo y al

cuidado de sí como vectores analíticos centrales. En nuestro marco conceptual de referencia, este análisis implica un diálogo con conceptos fundamentales tales como cuerpo, usos del cuerpo, subjetividad y técnica, entre los principales. Con estos insumos teóricos, nuestro principal objetivo consiste en analizar los procesos por medio de los cuales la práctica del *Running* construye cuerpos, usos del cuerpo y subjetividades particulares, como manifestación de un contexto sociocultural global/local signado por lógicas de cuidado de sí. A manera de hipótesis de trabajo, proponemos que la construcción de cuerpos y subjetividades propiciada por el *Running* tiene al dolor, al sacrificio y al placer como matriz organizativa. Estudiamos por lo tanto las relaciones sociales producidas en torno al *Running* (relaciones sociales en las cuales se construyen los cuerpos y las subjetividades), como sus características singulares en tanto práctica deportiva; con esto, buscamos cubrir un área de vacancia en el campo de estudio sobre prácticas corporales deportivas, que en general, como veremos en los párrafos que siguen, no han logrado una articulación fructífera entre los campos teórico-metodológicos de las ciencias sociales, de la educación física y de la educación del cuerpo.

A continuación sintetizaremos, en primer lugar, el marco conceptual de referencia general en el cual nos apoyamos; en segundo lugar, revisaremos algunos antecedentes específicos para elaborar un estado de la cuestión de los estudios sobre *Running*, marco teórico que constituye un primer relevamiento de la temática a abordar en esta investigación. La división en apartados de antecedentes generales y específicos tiene como único fin ordenar la presentación, sabiendo que de ningún modo constituyen argumentos aislados.

### **(i) Marco conceptual de referencia general**

El marco conceptual de referencia general que constituye el punto de partida de la presente investigación está conformado por los avances de proyectos grupales previos. En el año 2013 a partir de algunas investigaciones aisladas y en la tentativa de sistematizar un trabajo colectivo, presentamos con un conjunto de investigadores un proyecto de investigación en el Programa de Incentivos a docentes-investigadores que fue aprobado y financiado por cuatro años. El trabajo realizado en el proyecto *Cuerpo y educación: el cuidado de sí y la vivencia racionalizada de los placeres en el pensamiento de Michel Foucault*,<sup>1</sup> me ha permitido avanzar operando con la hipótesis de que en la tercera dimensión de la obra de Michel Foucault se observan desplazamientos en el lugar del cuerpo en la constitución de la

---

1 [http://www.fahce.unlp.edu.ar/idihcs/areas/cices/proyectos-de-investigacion/proyecto\\_h667](http://www.fahce.unlp.edu.ar/idihcs/areas/cices/proyectos-de-investigacion/proyecto_h667)

subjetividad. Esta hipótesis operó en el análisis del desplazamiento que se observa en la obra de Foucault en lo que se describió como el tercer momento, en donde se pudieron identificar tres dimensiones, que responden a las crisis que Foucault atravesó en su vida: la del saber, la del poder y la de la subjetivación. En ese “tercer momento” Foucault afirma que su trabajo tiene como objeto el “foco de la experiencia” que implica en la articulación de tres ejes que, a su vez, efectuaban un desplazamiento con relación a los modos de investigación vigentes hasta entonces. Esos tres ejes y sus desplazamientos respectivos son: “Sustituir la historia de los conocimientos por el análisis histórico de las formas de veridicción; sustituir la historia de las dominaciones por el análisis histórico de los procedimientos de gubernamentalidad, y sustituir la teoría del sujeto o la historia de la subjetividad por el análisis histórico de la pragmática de sí y las formas adoptadas por ella: esas eran las tres vías de acceso mediante las cuales intenté circunscribir un poco la posibilidad de una historia de lo que podríamos llamar ‘experiencias’” (p.21-2). Por otra parte, analizando la obra foucaultiana como un todo, pero en particular en esas dimensiones, la idea de cuerpo es la de una substancia material que es objeto de ejercicio del poder y que no escapa de los dispositivos de control y regulación que sobre él actúan. Las palabras de Francisco Ortega (2008) son muy oportunas: Su obra [de Foucault] no proporciona una fenomenología del cuerpo adecuada para dar cuenta de su dimensión material, como es apuntada por varios comentaristas. La experiencia sensorial envuelta en el hecho de que tengamos un cuerpo no recibe la necesaria atención por Foucault, salvo el placer y el deseo, como únicas sensaciones que el cuerpo parece sentir. La experiencia vivida del cuerpo es eclipsada por el énfasis en los controles reguladores sobre él “En ese momento de su obra Foucault recupera su comprensión acerca del lugar ontológico del cuerpo en la constitución del sujeto, reconoce que la relación del sujeto de sí para consigo se da de manera activa y tiene su centro en las ideas y prácticas que llevan a la constitución del sujeto ético a través de una "estilización de la existencia" (Foucault, M. 2003:198), y reelabora la dualidad constitutiva del sujeto, esto es, como sujeto a alguien por medio del control y la dependencia y, ligado a su propia identidad por conciencia y autoconocimiento (Foucault, 2003: 245). (11/H667). Su aporte nos permite la apertura para pensar la vida humana como una obra de arte, lo cual abre nuevas posibilidades para concebir la relación entre el cuerpo, el sujeto, la verdad y el poder. Estos desplazamientos nos han permitido desarrollar la idea de gobierno y el problema de la crítica. El entrelazamiento entre estas dos nociones se sintetiza en la pregunta foucaultiana: “¿cómo no ser gobernado de este modo, por tal cosa, en nombre de estos principios, con mira a tales objetivos y por medio de tales procedimientos?” (Foucault, 1995: 5). Dicho cuestionamiento invita a una respuesta que

considere a la crítica como una actitud, un *ethos*, frente al hecho de ser gobernados de cierta manera, en este sentido, no significaría que nos podamos sustraer del gobierno -ya que la relación del sujeto consigo mismo como con los otros supone una forma de gobierno- sino de ser gobernados de una manera donde se puedan franquear los límites impuestos al sujeto, a esa forma de sujeto que subyuga y somete. Esto sin dudas conduce a una dimensión ética, una estética de la existencia, que supone un cuidado de sí –acompañado de una pedagogía-, donde el cuerpo adquiere una dimensión central. Cuidar de sí, idea que Foucault recupera de los griegos (de la era clásica) y romanos (del helenismo), era en primer lugar una práctica que debía ser realizada a lo largo de toda la vida, y cumplía un papel de ley ética, de compromiso del sujeto para consigo orientada por la transformación de sí y dada en la enunciación y práctica de la verdad de sí, siendo la dimensión ético-política solo comprensible a partir de una mirada centrada en el cuerpo. El cuerpo emerge como instauración de la vida, pero también, de las prácticas y los saberes, en este sentido el cuerpo, a partir de un cuidado de sí, se convierte en la materia ético-política a través de la cual es posible efectuar un gobierno de sí –y de los otros- tendiente a la transformación de sí y como práctica de liberación. Es en este punto en el que se retoma en la presente investigación, poniendo en tensión esta constelación conceptual a partir de analizar un objeto particular. Es decir, se trata de avanzar ahora en el estudio específico del cuerpo en la práctica del *Running* en la ciudad de La Plata. Cuestión que está siendo abordada a partir del trabajo de campo, en tanto posibilidad de relevamiento que nos permitirá problematizar el cuidado de sí en tanto gobierno de sí que puede a la vez transformar al sujeto para liberarlo o, si por el contrario, nuestros *Running* quedan atrapados en cuestiones discursivas y prácticas que no posibilitan el espacio de la crítica, siendo un estudio que se enmarca también en las discusiones en torno a la Cultura de consumo.

#### **(ii) Estado de la cuestión de los estudios sobre *Running***

Cuando decidimos afrontar el estudio de la temática en tanto forma de entender cómo en el uso del cuerpo puede observarse una manifestación de la modernidad que lleva consigo un conjunto de elementos un tanto complejos, sabíamos también, que había una serie de estudios generales que venían problematizando este gran campo de estudio. Sin embargo, la problemática planteada no había sido investigada en profundidad en nuestro país y solo recuperamos algunos estudios incipientes en Argentina y en otros países de América Latina. Como argumentaremos, la pregunta de investigación y el enfoque teórico-metodológico que estoy proponiendo, resultará en un aporte original a este campo de estudios, porque se inscribe en un área de vacancia y supone abordar temas y problemas a los cuales la

investigación precisa dar algunas respuestas. Dicho de otra manera, no existen hasta donde sabemos, investigaciones sobre las políticas de vida que tomen como caso al *Running*, aunque encontramos algunas tesinas y tesis de maestría que usan en general metodologías de trabajo descriptivas sobre el fenómeno. Es en ese punto en donde es más complejo analizar si son trabajos sobre deporte o sobre grupos sociales, pero esta distinción no será objeto de análisis en éste momento, siendo un subtema privilegiado para abordar en la investigación.

En primer lugar mencionaremos la tesina de Pablo Acciaresi: "*Ya se me había hecho un hobby, una droga*": *Goce, dolor e identificación en un grupo platense de corredores*; en donde estudia los sentidos atribuidos al *Running* por un grupo de corredores. El caso se circunscribe a un grupo de entrenamiento de la ciudad de La Plata que denomina *Masa Resistente*. Por otra parte, en 2015 el mismo autor publica "*Lesiones y dolor en un grupo de corredores de la ciudad de La Plata*", artículo en el que busca "comprender los diversos sentidos atribuidos a las lesiones y al dolor durante la práctica del *Running* por un conjunto de corredores enmarcados dentro de un grupo de entrenamiento de la ciudad de La Plata denominado *Masa Resistente*" (Acciaresi, 2015:1). Esta publicación se propone analizar a partir de un trabajo etnográfico en la *Masa resistente* los sentidos que los corredores le otorgan al cuerpo a partir de las lecturas que hacen sobre el dolor y las lesiones ligadas a un discurso de "aguante". Su investigación "busca dar cuenta de cómo en el *Running* se configura una idea de "práctica saludable" donde el bienestar físico se asocia al bienestar emocional, un bienestar que no excluye el *dolor* ni el miedo ni las lesiones, sino que todos estos conceptos nativos son asociados al *goce* y al placer" (Acciaresi, 2015:1). El texto describe la conformación del grupo desde su origen y argumenta que el crecimiento exponencial del grupo tiene su base en el desarrollo considerable del fenómeno *Running* en Argentina. Para hacerlo analiza datos de participantes en carreras y el aumento descomunal que se realizó en la última década de la oferta de carreras tanto de corta como de larga distancia incluyendo en los últimos años la modalidad ultramaratón: "por ejemplo, en la Argentina, la maratón de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires de 42 kilómetros se organiza desde 1984, con un número creciente de participantes en cada edición: en el 2003 hubo 900 participantes, en el 2004, 2.400, hasta que en el año 2006 ya la cifra trepó a 3.500, y actualmente participan más de 10.000 personas" (Acciaresi, 2015:3). En el análisis de las entrevistas en profundidad, el investigador recupera los sentidos otorgados al dolor que no necesariamente van ligados a lesiones específicas. En las conclusiones realiza una precisión respecto de la distinción entre el *Running* el "*fitness*, o del *wellness*, del discurso médico o fisiológico, o aquellos que hacen hincapié sólo en el *dolor*: en el caso analizado se observan

un mundo de valores nativos donde la *autoimagen* de un grupo, los valores deseados, el sentido de pertenencia, la distinción y el reconocimiento, conviven en un imaginario sobre “lo saludable” (en donde se conjugan la *salud*, el *miedo*, el *dolor*, el *goce* y el *placer*) de la actividad que practican” (Acciaresi, 2015:3). Situado en el marco de estudios sobre sociología del deporte el autor recupera trabajos e investigaciones que son referencias clave para nuestro país. En lo que Acciaresi no avanza, porque seguramente no se encuentra entre sus preguntas de investigación, es en el modo en que se entrenan estos corredores, no se analizan por ejemplo las planillas de entrenamiento, los objetivos propuestos en relación a los resultados obtenidos ni los procedimientos vinculados con la formación.

Una segunda referencia es la tesis de Natalia Gelfman: *Carreras shopping: un estudio de la práctica del Running en Buenos Aires* (Gelfman, 2017). Esta tesis aborda el fenómeno del Running en tanto manifestación cultural contemporánea, y como locus estratégico donde se expresan las formaciones subjetivas contemporáneas (Rose, 2003:215) en los escenarios urbanos actuales. Inicialmente podríamos definir a este fenómeno como un deporte característico de la época, que implica un alto nivel de autocontrol (Gelfman, 2017:1). Su propósito es indagar al *Running* en tanto “fenómeno cultural complejo e identificar las diferentes dimensiones de su práctica” (Gelfman, 2017:7). Caracteriza al *Running* como “un deporte actual, moderno y urbano que se caracteriza en su práctica por ser una actividad individual y que muestra pautas orientadas a la construcción de un estilo de vida activo, funcional y saludable” (Gelfman, 2017:9). Una de las primeras cuestiones que plantea es que se no se encuentran estudios específicos en nuestro país que investiguen el fenómeno del *Running*, por ésta razón es que la estrategia de trabajo recurre a los estudios y bibliografía específica ligada al *fitness*. “Si bien la práctica del *fitness* supone un sinfín de técnicas de autodisciplinamiento, el gimnasio se ofrece como un espacio placentero y divertido para los (potenciales) practicantes (Landa, 2009). El *Running* se presenta de forma similar, los *Running teams* y las carreras son un espacio para entrenar, para disfrutar y hacer amigos. Pero al mismo tiempo representa una mercantilización de las relaciones interpersonales y sus practicantes incorporan una relación instrumental con el cuerpo” (Gelfman, 2017:9). Esta asociación es en principio un tanto forzada porque la autora caracteriza al *Running* como un deporte de modo que, si no fuese posible argumentar con antecedentes específicos podría haberlo hecho a partir de otras prácticas deportivas que toman a la ciudad como escenario privilegiado. Por otra parte, el tema subrayado respecto a las prácticas de autodisciplinamiento o discursos ligados a la vida sana, también se reiteran en infinidad de prácticas deportivas. Como sabemos, el discurso de la salud ha sido (y es) hegemónico en las

prácticas corporales y esto se ha trasladado al campo de la Educación Física como argumento de legitimidad y es, a la vez, parte del sentido común. Esta cuestión que ha sido abordada en numerosos estudios, entre los que se destacan: *El “mito” de la actividad física y la salud* de Yara María de Carvalho, libro publicado en 1998, y los trabajos de Alex Branco Fraga, entre los que se destaca: “Ordem sedentária e políticas da vida ativa” (en prensa). Siguiendo con el análisis del trabajo de Gelfman, podemos afirmar que se observa una valiosa constelación conceptual cuando se propone “analizar el fenómeno del *Running* y las prácticas de (auto) control que en esta cultura activa se actualizan” (Gelfman, 2017:16) y con los objetivos específicos que se dirigen a comprender el *Running* a partir de los modos de organización, promoción y consumo, y de las racionalidades que configuran esta práctica. El trabajo alterna narrativas de prácticas (la autora es corredora) con descripciones y sistematizaciones de los contenidos del corpus de revistas. Por otra parte, en distintos momentos de la tesis aparecen referencias variadas sobre la búsqueda de bienestar personal y de felicidad que se asocia con el *Running*, y también con los imperativos morales que atraviesan estas búsquedas; de este modo, quedan reducidos los análisis de la práctica actual del *Running*. Se enuncia la existencia de relaciones entre algunas nociones teóricas y la práctica del *Running*, pero luego no se da cuenta de ellas; por ejemplo, se afirma que se considerarán en el análisis fundamentalmente las nociones de cuerpo, deporte y capital social, aunque luego las referencias al capital físico y al capital social son muy escuetas. Por otra parte, en los capítulos 3 y 4, se ofrece producción de conocimiento novedoso ligado al *Running* y se realizan aportes a diversos debates, entre los que se destacan las discusiones sobre el ocio y el llamado tiempo libre, y la discusión en torno a las prácticas de *management* corporal. La discusión que se presenta en relación con los usos sobre el espacio público es interesante, aunque la reflexión podría ganar muchos elementos de haber consultado trabajos sobre el espacio público urbano. En el análisis del “cuerpo del runner”, se dejan afuera consideraciones sobre la fisiología y sobre el entrenamiento, aunque sí aparecen en las revistas, y sólo se presta atención a la nutrición. Por último, es muy interesante el análisis centrado en la autosuperación, cuestión que podría enmarcarse en algunas características de este tiempo. Sin embargo, la investigación no aborda al menos de manera sistemática el sistema de entrenamiento y qué lugar se le otorga al cuerpo, aunque consideramos que representa un intento de sistematizar algunos elementos significativos de la práctica. Es precisamente éste un punto del análisis (basado en la descripción en profundidad de la práctica y de su escena) que proponemos incluir en esta investigación, a partir de lo cual

puede introducirse la pregunta por las condiciones de posibilidad de la emergencia de esta escena particular.

En tercer lugar, el trabajo de Cleber Dias: *Corrida de rua no país do futebol* (artículo publicado en 2017), resulta un valioso aporte dado que el autor reconstruye la historia reciente de cómo se inician en Brasil las carreras de calle, con los formatos y sentidos actuales. Iniciada en la década del 70 e inspirada en las ideas de Kenneth Cooper, este proceso se inició con valores propios de la sociedad actual: por un lado, la urbanización, y por otro, las políticas de gubernamentalización y el ofrecimiento de nuevas prácticas deportivas presentadas a través de nuevos y ágiles métodos de entrenamiento físico y los nuevos paradigmas médicos, son algunas de las cuestiones que el autor menciona. El objetivo de su trabajo es reconstruir y analizar esta historia de cómo en un país de fútbol se inscribe tan fuertemente esta práctica deportiva. La siguiente referencia extraída del resumen del artículo condensa ésta cuestión: “En la década de 1970 se inició la construcción histórica de la carrera callejera en Brasil, con los sentidos, formatos y proporciones actuales. Aunque varios factores hayan concurrido simultáneamente para ésta situación, el nombre y las ideas de Kenneth Cooper quedarían fuertemente asociados a la memoria social de la difusión de este hábito en Brasil. El objetivo de este artículo es reconstituir y analizar esa historia.” (Dias; 2017:1).

Así, las influencias del médico de las Fuerzas Aéreas Norteamericanas impactaron fuertemente en Brasil. Probablemente según nuestro autor la influencia de la prensa brasilera fue uno de los indicadores que le otorgaron una legitimidad indiscutida al método que se expandió en la representación social de la población siendo además legitimado por los modernos discursos científicos, las ideas de eficiencia y eficacia y luego lógicamente la identificación del pueblo brasilero con el éxito deportivo. Según afirma el autor, “El objetivo de este artículo es reconstituir y analizar la historia de la carrera callejera en Brasil. (...) De acuerdo con mi argumento, Cooper desempeñó un papel muy importante en este proceso, pero sólo pudo hacerlo, al mismo tiempo junto a varios otros factores, en razón de un conjunto de circunstancias que le precedieron y que conformaron previamente un ambiente cultural favorable a la asimilación de sus propuestas” (Dias, 2017:3). Cuatro o cinco décadas serían necesarias para que se desarrolle el fenómeno tal como lo conocemos hoy. Las carreras callejeras fueron involucrando a médicos, investigadores, entrenadores, periodistas, gestores de políticas públicas, además, por supuesto, de los propios corredores. Pero una cuestión es central y es justamente la rápida urbanización, los cambios en los modos de estructura ocupacional, las políticas gubernamentales para el incentivo de prácticas deportivas, pero también el afianzamiento de paradigmas médicos o lo que se ha denominado como la

medicalización de la vida. Este conjunto de factores son los que Dias recupera a fin de analizar el proceso histórico que dio lugar al desarrollo de las carreras de calle tal como las conocemos en la actualidad. Entre los argumentos que señala Dias se destacan que este fenómeno también fue influenciado por los discursos de médicos, de entrenadores, de investigadores, periodistas, gestores de políticas públicas y sin lugar a dudas por los propios corredores que son los que toman a la ciudad como lugar de entrenamiento. Por otro lado, la urbanización, los nuevos estilos de vida y el incentivo de políticas públicas que a partir de la relación entre prácticas deportivas y salud intentan y realizan políticas específicas de difusión de estas nuevas modalidades de prácticas corporales. Este proceso histórico sin embargo puede reconocerse en las prácticas de *Running* que *ayornadas* en los modelos de comunicación y el desarrollo de las tecnologías terminan siendo prácticas de alto consumo que lejos están de esa idea romántica de pensar el correr como una práctica muy económica que solo precisaba zapatillas. Sin embargo los métodos aeróbicos van a impactar fuertemente en la preparación física de jugadores de fútbol y esto va a ser un argumento de legitimidad de este tipo de entrenamientos que termina siendo masificado. Así, es importante señalar el impacto que va a tener la implementación de métodos aeróbicos en la preparación física de los jugadores de la selección brasilera de fútbol. Cuando Brasil gana la Copa del Mundo en México, entre los discursos que circulan es que esto fue a causa de la preparación física. El autor señala las fuentes en donde se analiza que luego que Brasil se consagra tricampeón del Mundo en fútbol, se va dar una dimensión relevante al método de Cooper. La victoria brasilera en los campos mexicanos terminó por consagrar a quien habría creado un método científicamente comprobado que fue utilizado primero por astronautas y luego por la selección brasilera de fútbol. Si bien y tal como se señala en el artículo en entrevistas a la comisión técnica se destaca que no fue solo el método Cooper el que se aplicó a la preparación física de los jugadores de fútbol, lo cierto es que en el imaginario social la influencia del método aeróbico de Cooper trascendió los carriles propios de la selección y se instauró en la representación social de la población en general.<sup>2</sup> “Después de que la Organización Mundial de la Salud consideró excelente la forma física de la selección brasileña, se comenzó a hablar en el método Cooper, utilizado en la preparación de los jugadores, como es el caso de la Copa Mundial de la FIFA, utilizado en la preparación de los cosmonautas”.<sup>3</sup> (Dias, C.; 2017:10). Por otra parte la asociación del éxito de la selección

<sup>2</sup> Para garantizar la confiabilidad de las fuentes se incluyen las notas al pie que el autor incorpora en el artículo. Las mismas no han sido traducidas para facilitar a los evaluadores y futuros lectores la búsqueda de las referencias precisas.

<sup>3</sup> Tão em forma quanto a seleção. *Jornal do Brasil*, Rio de Janeiro, 21 set. 1970, n. 143, Revista de Domingo, p. 6.

brasileña ligada a la idea de la preparación física de los deportistas a partir de la implementación del método de Cooper, impactarían también en la difusión de su libro *Capacidade aeróbica*. “Después del lanzamiento de APTITUD FÍSICA EN CUALQUIER EDAD [primer libro de Cooper lanzado en Brasil] iniciamos una verdadera "campaña aeróbica", que trascendió límites de la edición de un libro para transformarse en interés colectivo. En menos de seis meses prácticamente todos los periódicos y revistas habían alabado el método. Porque hay que preparar no sólo once atletas, sino millones de ciudadanos. No se trata de apreciar los domingos veintidós jugadores pateando, sino de concientizar al hombre brasileño, sobre todo el habitante sedentario de nuestras ciudades, de la necesidad de encarar la capacidad aeróbica como condición indispensable de salud, de equilibrio nervioso, de longevidad y de energía” (Los EDITORES, 1972, s / p) (Dias, 2017:11).

El autor muestra la importancia de los libros de Cooper, libros que son difundidos en todos los periódicos y revistas para no solo impactar en la difusión de la preparación física de jugadores de la selección de fútbol sino también para empezar una política identitaria de Brasil como pueblo que puede realizar actividad física no sólo para mejorar su salud sino también para el equilibrio físico y emocional. “En 1972, apenas dos años después de su lanzamiento, el libro *Aptitud física a cualquier edad* ya estaba en su 6° edición, lo que debe haber animado la traducción de otras obras del autor, como *Capacidad aeróbica* y *Método de Cooper para la Mujer*, lanzados en 1972, ambos ocupando también, por varias semanas, la lista de los libros de no ficción más vendidos en Brasil. Hasta el final de la década de 1990, Cooper tendría aún más de una decena de libros lanzados en Brasil, siempre con óptima recepción”<sup>4</sup> (Dias, 2017:12). Por otra parte, el lanzamiento en 1972 del libro *Capacidade aeróbica e Método de Cooper para a Mulher*, que también ocupará en Brasil uno de los libros más vendidos de los de no ficción, tendrá sin lugar a dudas, una fuerte influencia en un país un tanto conservador y machista. Ese mismo año Cooper visitaría Brasil invitado por la Comissão Desportiva das Forças Armadas e do Departamento de Educação Física e Desportos do Ministério da Educação e Cultura, con el objetivo de participar en un seminario para discutir los mejores medios para preparar el equipo olímpico brasileño que participaría en los Juegos de Munich. Su presencia sería de alto impacto para difundir aun más su teoría o método sobre la actividad aeróbica. Es en la década de los 70 que comenzará la masificación de éstas prácticas: caminatas, uso de bicicletas, correr, hacer jogging, serán las prácticas más

---

4 Alguns livros de Cooper publicados no Brasil incluem: “O método Cooper”, “Saúde total”, “Aptidão física em qualquer idade”, “Revolução antioxidante”, “Controlando a hipertensão”, “É melhor acreditar”, “Resgatando a força da juventude”, “Controlando a osteoporose”, “O programa aeróbico para bem-estar total”, “Saúde e boa forma para o seu filho”, “A cura pelo estresse”, “Terapias nutricionais avançadas”, “Correndo sem medo”.

corrientes que tienen una fuerte inspiración en el método de Cooper. Entre las condiciones que acompañan este fenómeno se destacan el desarrollo de la industria farmacológica y la invención entre las décadas de 1940 y 1950 de los antibióticos que reducirían notablemente la tasa de mortalidad por infecciones. El desarrollo de investigaciones traería aparejado el resultado de los beneficios asociados al tipo de alimentación y a los ejercicios físicos en una sociedad moderna en donde había aumentado el sedentarismo y el desarrollo de alimentos industrializados. Múltiples investigaciones y experiencias se realizarán con pacientes cardíacos mayores de 40 años en donde se suministra actividad aeróbica a fin de mejorar su capacidad no sólo respiratoria sino también cardíaca. Por otra parte, la masiva migración de las poblaciones a sectores urbanos que ofrecían trabajos modernos, pero esta urbanización trajo aparejada ciertos males propios de las ciudades. Las personas empezaron a sentirse agobiadas por las formas de trabajo moderno y fue ahí en donde el gobierno desarrollo una difusión importante sobre modos de compensación de esa vida a través del yoga, las caminatas, las corridas, la meditación como modos de combatir las enfermedades modernas. El desarrollo de ejercicios para mujeres que benefician la estética, la imagen, la figura, las formas femeninas de moverse, irán acompañando a los discursos médicos sobre salud. 'Mens sana in corpore sano'...será el principio conductor de esta práctica. En el caso de los hombres ya en el siglo 19 los ejercicios irán ligados a la idea de militarización de la población. Pero pasado el período escolar y el militar, a medida que la juventud quedaba atrás, los ejercicios se iban con ella. "Memorias como las de Joe Henderson (2012), fundador, columnista y editor de la revista *Runner's World* (1966), nacido en 1943, llaman la atención sobre la manera en que la vida estudiantil o militar condicionaba las posibilidades de practicar deportes como la carrera hasta por vuelve a finales de los años 1960, lo que en la práctica confinaba el deporte a un período específico de la vida: la juventud. Según Henderson, "los primeros corredores de larga distancia generalmente se retiraban [del deporte] cuando sus compañeros de universidad (y en pocos casos, del servicio militar), dejaban de alentarlos" (p.17) (Dias, 2017:25). Finalmente este hecho se cristalizó en la primera maratón femenina en los Juegos Olímpicos de 1980. Por último Dias refiere al conjunto de sensaciones que manifiestan quienes corren. Sensaciones ligadas al beneficio no sólo corporal sino emocional, que en algunos casos llega a metaforsarse con el uso de drogas. Lejos estarán los usos actuales de drogas y la medicalización de los *Running* en la actualidad. Pero este análisis será parte de la investigación que proponemos.

De manera sintética hemos presentado tres investigaciones que sobre el fenómeno *Running* que aportan en algún sentido un principio de sistematización sobre la conceptualización de la

práctica. Sin embargo, observamos que para nuestro objeto el trabajo de Dias aporta insumos específicos para nuevas preguntas. Es decir ¿cuáles son las condiciones de posibilidad que hicieron posible la instalación del Running como práctica masiva de adultos? y ¿De qué manera se legitima la práctica corporal y el culto al cuerpo como elemento de distinción?

### **(iii) Dolor, sacrificio y placer**

Uno de los conceptos que introducimos en este apartado es el de tecnologías de gobierno en tanto permiten no solo que sean eficaces las prácticas de gobierno, sino que toman el modo de creencia logrando que los individuos asuman como propias elecciones que le son impuestas. El caso del *Running* es notorio. En primeras indagaciones exploratorias observamos una recurrencia en los discursos de corredores en relación a pensarse a sí mismos como corredores y hacer de eso un modo de organizar su vida. “El corredor desafía al tiempo y a las condiciones climáticas. Corremos aunque llueva, haya viento o haga frío o calor. Nadie nos para.” (Pedro: 2017). Pedro es un corredor de fondo que desde hace casi una década incorporó la práctica del Running como modo de vida. Tiene 43 años, es locutor y actualmente vive en La Plata. En las entrevistas que realizamos en la investigación exploratoria, nos interesó su caso porque además es típico en tanto no sólo organiza su vida en función de las competencias sino que hace muy poco se tatuó en el brazo izquierdo el resultado del electro cardiograma con un número que es el de la distancia de la maratón: (42 km y 195 m) Sin embargo, siempre hay un desafío por lograr y la carrera se constituye en un lugar de encuentro. Los sofisticados teléfonos registran cuerpos sudorosos en imágenes o filmaciones, exquisitos relojes que marcan tiempos de carrera, gasto calórico, organizan sistemas de entrenamiento, almacenan información, son resistentes al agua, tienen GPS, podómetro, pulsómetro, conectividad, iluminación, reproducción musical, whatsapp, etc. parecen ser imprescindibles. Estos Gadgets para corredores son imprescindibles para poder correr, los más sofisticados cuentan con lo que se denomina laps, es decir pueden contar las vueltas, que van de 30 a 1000, pudiendo a su vez organizar un plan de entrenamiento que contenga los intervalos necesarios. Dos cuestiones a señalar en primera medida: los *Running* incorporan un conjunto de palabras, muchas de ellas en inglés que forman parte de su vocabulario habitual y es notorio observar que aun cuando no corren, y hasta quienes tienen trabajos que implican uso de trajes por ejemplo, sea el caso de abogados, médicos, oficinistas, entre otros, quienes tienen un “buen reloj *Running*” lo lleva siempre puesto. Esta es una de las cuestiones a considerar, esa noción de lo público, del espectáculo, en donde ser “ser” y “pertenecer” son manifestaciones que no pueden sino concretarse a través de la mirada de los otros. Imágenes

que se multiplican en las apps y que muestran casi con desinterés esos radiantes cuerpos doloridos, sacrificados, placenteros. Así, puede observarse que estos corredores legitiman un conjunto de prácticas que se manifiestan como culto al cuerpo en tanto lugar de partida y llegada del deseo de pertenecer, una especie de tríada que será abordada a lo largo de la investigación: dolor- sacrificio-placer. En *La cultura del dolor*, Morris (1996) señala que el dolor es una experiencia que puede ser transitada en los límites propios de la existencia. Un dolor que se inscribe en la enfermedad y que en ese caso tendría una valoración negativa, pero también un dolor que emerge en una experiencia necesariamente positiva. “Dolor, en efecto, pasa su existencia moviéndose entre los extremos de la absoluta falta de significado y el significado pleno. (...) Ese dolor, podríamos decir, pasa por la vida. Su poder de desvanecerse es el símbolo de su insignificancia, como si (desvaneciéndose) diera testimonio de su inherente falta de significado. De hecho, los golpes y las magulladuras siguen siendo la forma retórica cotidiana para describir todo lo que creemos, automáticamente, *nada serio*. Confirman sencillamente, que continuarnos viviendo en un mundo obstinadamente material, donde, como eternos adolescentes, continuarnos tropezando con las cosas”. (Morris, 1996: 39) Pero esta experiencia inexplicable en principio, está llena de sentidos, como si tropezar, golpearse, lastimarse o entrenar al límite de poder hacerlo, se convierte de esta forma en una experiencia adolescente que goza del privilegio de la falta y en donde puede situarse esa sensación de estar vivos. Sentirse vivos, es sentir también dolor corporal y esa experiencia es notoria en los relatos de los *Runnings*, pero también se trata de desafiar al tiempo y a los posibles daños que eso conlleva para poder situarse en una práctica en la que experimentan ese estado adolescente que se entrecruza con una cuestión que necesariamente es solitaria y a la vez compartida por una comunidad. Siguiendo a Morris acordamos que “No se puede separar el dolor de las preguntas personales y sociales, de los significados personales y sociales que inevitablemente convoca.” (1996: 49) Después de todo, esta cultura o subcultura *Running*, tiende a hacer un culto al dolor, como si una de las formas de percibir el cuerpo fuese a través de esa experiencia física. “Además, como la gente experimenta el dolor sólo al interior de culturas y subculturas específicas, el lazo entre cuerpo y mente se extiende también al medio social. Las familias, los amantes, los grupos étnicos, las campañas de publicidad, las guerras, los descubrimientos científicos; todo ello directa y (más a menudo) indirectamente influye en nuestra percepción del dolor”. (Morris, 1996: 86). Así, una de las cuestiones recurrentes en los relatos de corredores es la noción de sacrificio ligada a la tolerancia del dolor. Un dolor que necesariamente está unido al concepto de trabajo. Dolor que puede leerse en términos de positividad, salvo cuando al pasar cierto límite deriva en enfermedad, lesiones,

tratamientos, cirugías, recuperaciones, etc. para algunos corredores este es límite de su entrenamiento y para otros, un obstáculo a vencer. ¿Qué es el dolor? ¿Cómo se tolera? ¿Qué relaciones hay entre sufrir el dolor o gozarlo? ¿El dolor es el síntoma de la conciencia corporal? ¿Es el cuerpo el que toma al sujeto en sus manos y logra abortar al pensamiento? Sostenemos que el dolor es necesariamente una experiencia que en tanto corporal no puede sino manifestarse a través del lenguaje. Decir o entender los modos en los que se manifiesta el dolor y por cuanto los sentidos y significados que le atribuimos, es ante todo un acto lingüístico que puede materializarse, pero que solo toma sentido en el marco en el que histórica y culturalmente se inscribe. Dolor que puede ser cambiante pero es necesariamente una experiencia singularmente solitaria en la que el sujeto se reconoce como parte de un lugar en el espacio social y en donde es a la vez identificado.

Registramos un dolor ritualizado, el sacrificio humano que, como una ofrenda a los dioses, se le ofrece al cuerpo. Cuerpo que pide un gran sacrificio a cambio de una difusa interpretación de la juventud eterna. Cuerpo que adolece que precisa por tanto señales de estar vivo. Sentir el cuerpo es someterlo a sacrificios que como promesas, esperan bendiciones. Dolor que es muy diferente al de nuestros antepasados, capaces de transitar experiencias de dolor aquellos que perteneciendo a grupos socialmente bien educados, pueden acceder a las actuales drogas que son necesarias en cuanto el dolor es crónico. Mucho ha cambiado desde nuestros antepasados y jugar con los límites del dolor, en modo también de una manifiesta medicalización de la vida, les permite a los corredores transitar los límites del dolor a sabiendas que como un juego pueden entrar y salir de él. Si bien en este apartado no haremos referencia a éste punto en profundidad, han empezado a proliferar artículos que dan cuenta del uso de marihuana como paliativo al dolor. Muchos atletas de largas distancias confiesan consumir barritas de marihuana para controlar los dolores y la presión psicológica. Un artículo publicado en mayo del 2016 desarrolla algunos argumentos sobre las razones por las que los corredores de larga distancia consumen marihuana como paliativo al dolor y a la presión psicológica. Este dato fue suministrado por Pedro en una de las entrevistas exploratorias. Él que ya es un corredor sofisticado y a la vez crítico del sistema, reconoce que ya para entrenamientos duros o competencias de larga duración el consumo es necesario. También suele consumir luego de una carrera de 42 Km. para tolerar más fácilmente los índices de dolor. “En una entrevista con The Guardian el ultramaratoniano Avery Collins (lleva 30 en su haber, entre ellos, la temible Rocky Mountains con sus 321 km, que ganó después 65 horas de carrera) reconocía abiertamente consumir barritas de marihuana en sus entrenamientos.” (2016). Si el ultramaratoniano Avery Collins consume barritas de marihuana en sus entrenamientos,

alguien que quiera imaginar o imaginarse como un gran campeón puede sin lugar a dudas intentar copiar formas o hábitos de entrenamiento en los que puede incluirse el consumo de drogas.<sup>5</sup>

Llegado este punto es necesario analizar el dolor en relación al sacrificio. Uno de los trabajos que tomamos como referencia es la investigación que realiza Alejandro Rodríguez. En un artículo publicado recientemente analiza la relación del dolor en tanto percepción de un “buen entrenamiento”. Este dolor moderno, implica una conversión que necesariamente se transita con mucho sacrificio. Una conversión que ya no es una ofrenda a los dioses sino a ese “Otro” que observa y en donde se muestran por un lado discutiendo fuertemente el paso del tiempo e inscribiéndose en un conjunto de representaciones en las que *pueden*, o aun *pueden*, tal como los jóvenes someter el cuerpo a duros entrenamientos. Poniendo a prueba su cuerpo, sacrificándolo a límites extremos con tal de reconocerse y ser reconocidos como *Runnings*. “Este último se transformó en un elemento positivo [refiere al dolor], símbolo del sacrificio que debían pagar si querían redimirse. En otros términos, en el dolor encontraron un mecanismo para probarse a sí mismos. Visto desde este punto de vista, es posible construir un puente entre estas experiencias entrenadas de dolor y las antiguas prácticas de flagelación religiosa en las que los mártires cristianos se sometían a toda una amplia gama de dolores corporales a fin de, finalmente, alcanzar la gracia de Dios (DESCHNER, 1993, p. 81). Aún con las notables diferencias, la idea de que uno puede convertirse a través de transitar el dolor sobrevuela ambas experiencias. (Rodríguez, a. 2017: 750) En esta primera aproximación reconocemos que el dolor es uno de los modos manifiestos que puede reconocerse en el duro entrenamiento. Pero tal como señala Morris el problema del dolor no sólo es un tema epocal, sino que se inscribe en un campo cultural. “La conciencia que espero emergerá de la evidencia reunida en este libro es que el dolor que hoy sentimos es muy diferente del dolor que sentían nuestros antepasados. Ni siquiera es el mismo dolor que las bien educadas y bien vestidas pacientes europeas de Freud experimentaban hace menos de un siglo. Demasiado ha cambiado. Hoy experimentamos el dolor en un campo cultural tan único y original como el perfil de rascacielos de nuestras ciudades principales. (Morris, D.; 1996: 65)

Resumiendo, hasta acá trabajamos sobre el concepto de experiencia, estética de la existencia, cuerpo, dolor, sacrificio y desafíos. Pero esta constelación conceptual solo puede situarse en el marco de interpretar a la modernidad como una experiencia. Como un territorio histórico pero a la vez subjetivo en donde el cuerpo ocupa un lugar de privilegio y el “ser” ser

---

5 <https://smoda.elpais.com/belleza/barritas-marihuana-rendir-mas-ultramaraton/>

“constituye” en tanto la transición de la esfera privada a la pública. Estos corredores no solo toman la ciudad como lugar de entrenamiento y competencia, sino que los registros y los modos de exposición en redes sociales, le otorgan a lo público un lugar de privilegio para esa experiencia. La siguiente referencia nos permite reconocer que el fenómeno *Running* se inscribe en una matriz mayor y por tanto podemos señalar que nuestra hipótesis de trabajo es que podemos estudiar los modos en los que se manifiesta el neoliberalismo en nuestra sociedad a partir de una investigación sobre un grupo social en el que las condiciones generales de existencia y de pertenencia se plasman de manera notoria. “La modernidad es más que nada una experiencia histórica y subjetiva y menos un período cronológicamente delimitado. La complejización de la estructura urbana y un correspondiente refinamiento de la estructura subjetivas. Son marcas que se profundizan en ese proceso enmarcado por la aceleración del tiempo, por la producción de una diferencia, aunque a veces claudicante, entre la esfera pública y la privada, por la valorización del éxtasis y del espectáculo. Todo ello sólo es posible por cuenta de las condiciones materiales que se imprimen, como el desenvolvimiento tecnológico oriundo de las transformaciones en la ciencia y la industria, con reflejos que van de la política y educación de las relaciones personales las artes”. (Fernández Vaz, A.; Bombassaro, T.; 2012: 60, 61). Llegado éste punto y a fin de presentar un marco mayor en donde se inscriba nuestro estudio hay una serie de temas, problemas y preguntas que podrían ser recuperadas a partir de algunos textos como los de Lipovetsky que refieren a la cultura del consumo y la cultura del narcisismo. Textos escritos en la década del 70 cuando el *Running* está comenzando en los EEUU. Si bien se inscriben en un marco aun mayor, lo cierto es que nuestro problema se enmarca en la cultura del consumo. Una cultura en la que las identidades son múltiples y que los modelos son difundidos de manera corriente. En este estudio nos interesa profundizar y problematizar la “identidad *Running*”. ¿Cómo se construye la identidad *Running*? ¿Cuáles son los sacrificios corporales a los que habría que someterse? ¿Cómo se transita el dolor?

La Identidad *Running* supone tener una disciplina, un entrenador, metas para cumplir, una experiencia cotidiana, una cultura de consumo y dentro de ésta cultura de consumo está la producción de consumo de imágenes, acá son fundamentales las redes sociales. Nos interesa problematizar de qué manera el sacrificio es un modo de conversión en tanto permite transformar la propia identidad en una identidad *Running*. Por esta razón, no tomamos como principales casos aquellos que llegan primeros en una maratón, sino aquellos que corren los 42 Km. en cinco, cinco y media o aún en seis horas y que llegan al tiempo que ya han desarmado las instalaciones provisionales que sirvieron de marcación para la competencia. ¿Qué

significa cinco horas de sufrimiento? ¿Cómo manejan el tema del sufrimiento? ¿Qué sociedad es ésta que te obliga a hacer una práctica extrema para poder tener un poco de goce, de realización. Etc. En resumen, esta investigación toma como tema la triangulación entre dolor, sacrificio y placer en *Running* en la ciudad de La Plata. El trabajo se inscribe en lo que podríamos denominar sociología del deporte, siendo la disciplina específica la educación del cuerpo. En trabajos previos avanzamos sobre ésta categorización afirmando que nuestros estudios se inscriben en el campo de la educación del cuerpo, en tanto trasciende los marcos de las investigaciones clásicas en Educación Física para explorar temas y problemas ligados al uso del cuerpo como lugar en donde se teje subjetividad.

### C. CONSIDERACIONES FINALES

El aporte original al tema se inscribe en la pregunta sobre el dolor, el sacrificio y el placer, siendo esta pregunta la que tiene el potencial de producir un aporte original al campo de conocimiento en el que se inscribe la investigación. Se trata de una investigación que plantea estudiar el gobierno de la vida de una población a partir de los usos del cuerpo. Así, el *Running* como práctica corporal forma parte del conjunto de dispositivos que da cuenta de la modernidad actual. Pero también, analizamos al *Running* en el marco de una matriz deportiva que implica en términos generales, una condición de clase en tanto posición en el espacio social en el que por un lado los corredores intentan situarse y que a su vez, son situados por otros.

La presente investigación resulta relevante debido a que no existe en nuestro medio sistematizaciones teóricas en torno al tema propuesto, tampoco indagaciones empíricas que den cuenta de las representaciones que los propios sujetos construyen respecto al modo en que se despliega la propia subjetividad y el cuerpo en la práctica del *Running*. Aun más innovador resulta el abordaje de dicha práctica desde un punto de vista que implica una pedagogía del dolor. Es relevante estudiarla desde las políticas de vida sana, por un lado problematizadas a partir de la perspectiva foucaultiana usando la constelación conceptual que se describió en los antecedentes que dan cuenta del lugar del cuerpo en la construcción de la subjetividad, pero también del lugar del cuerpo como sitio privilegiado desde donde se ejerce el poder. Por otra parte esta propuesta toma como referencia la teoría que desarrolla Adorno sobre la Industria cultural.

En este marco el trabajo avanzará en describir la práctica, el proceso de formación y la escena en la que se desarrolla el *Running* y a partir de ahí también analizar su auge en la ciudad de la Plata.

A manera de hipótesis, proponemos que la construcción de cuerpos y subjetividades propiciada por el *Running* tiene como matriz referencial ineludible al dolor, al sacrificio y al placer. Proponemos estudiar tanto las relaciones sociales producidas en torno al *Running* (relaciones sociales en las cuales se construyen los cuerpos y las subjetividades), como sus características singulares en tanto práctica deportiva; con esto, buscamos cubrir un área de vacancia en el campo de estudio sobre prácticas corporales deportivas, que en general, no han logrado una articulación fructífera entre los campos teórico-metodológicos de las ciencias sociales, de la educación física y de la educación del cuerpo.

## BIBLIOGRAFÍA

- Acciaresi, P. L. (2014). "Ya se me había hecho un hobby, una droga": Goce, dolor e identificación en un grupo platense de corredores [en línea]. Tesis de grado. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. En Memoria Académica. Disponible en:
  - <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1085/te.1085.pdf>
- Acciaresi, P. L. (2015). Lesiones y dolor en un grupo de corredores de la ciudad de La Plata. *Educación Física y Ciencia*, 17(2). Recuperado de
  - <http://www.efyc.fahce.unlp.edu.ar/article/view/EFyCv17n02a07/>
- Appadurai, Arjun (2001) *La modernidad desbordada. Dimensiones culturales de la globalización*. México: Fondo de Cultura Económica.
- De Carvalho, y M.; (1998) El “mito” de la actividad física y la salud. Traducción Francisco Zaragoza. Lugar Editorial Buenos Aires. Editora Hucitec. São Paulo, 1998.
- Fernández Vaz, A.; Bombassaro, T.; (2012) Esporte e modernidad em Florianópolis- primeiras aproximações. En Fernández Vaz, A.; Bombassaro, T.; (Orgs.) (2012) Fragmentos para uma história da educação do corpo em Santa Catarina. DIOESC. Diretoria da Imprensa Oficial e Editora da Santa Catarina. 1º Edición. Florianópolis.
- Foucault, M. (2005a). El cultivo de sí, en Historia de la sexualidad III. La inquietud de sí (pp.38-68). Buenos Aires, Argentina: Siglo XXI Editores Argentina.
- ----- (2003) Historia de la sexualidad II. El uso de los placeres. Siglo XXI editores. Buenos Aires.
- ----- (1995). Crítica y Aufklärung [“Qu’est-ce que la Critique?”]. *Revista de Filosofía-ULA*, ISSN 1315-3463, N° 8, 1995.

- Fraga, A. B. Ordem sedentária e políticas da vida ativa (in press). In: Rui Machado Gomes. (Org.). O Corpo e a Política da Vida (in press). Coimbra: Centro de Estudos Biocinéticos, 2009, v., p. -.
- Fraga, A. B. Estilo de vida activo: un nuevo orden físico-sanitario. In: Pablo Ariel Scharagrodsky. (Org.). Gobernar es ejercitar: Fragmentos para una historia de la Educación Física en Iberoamérica. 1 ed. Buenos Aires: Prometeo Libros, 2008, v. 1, p. 169-176.
- Gelfman, N. (2017). Carreras shopping: un estudio de la práctica del running en Buenos Aires. (Tesis de posgrado). Bernal, Argentina: Universidad Nacional de Quilmes. Bajada el 21 de Septiembre de 2017 de: <https://ridaa.unq.edu.ar/handle/20.500.11807/269?show=full>
- Mora, Ana Sabrina (2018) "Rap del barrio. Apropiación cultural y creación artística situada con un producto cultural mundializado". Actas del XXXVI Congreso Internacional LASA (Latin American Studies Association). Barcelona, España, 23 al 26 de mayo de 2018.
- Morris David B. (1996) Los significados del dolor. Cap. 2; en La Cultura del Dolor. Editorial Andrés Bello. Barcelona · Buenos Aires > México D. F. • Santiago de Chile.
- Morris David B. (1996) Una epidemia invisible. Cap. 3; en La Cultura del Dolor. Editorial Andrés Bello. Barcelona · Buenos Aires > México D. F. Santiago de Chile.
- Ortiz, Renato (1996) *Otro territorio (Ensayos sobre el mundo contemporáneo)*. Buenos Aires: Ediciones de la UNQui.
- Rodríguez, N. y equipo (2013- 2016) Cuerpo y educación. El cuidado de sí y la vivencia racionalizada de los placeres en el pensamiento de Michel Foucault. Proyecto de Investigación y Desarrollo (PID). [http://www.fahce.unlp.edu.ar/idihcs/areas/cices/proyectos-de-investigacion/proyecto\\_h667](http://www.fahce.unlp.edu.ar/idihcs/areas/cices/proyectos-de-investigacion/proyecto_h667)
- Rodríguez, A. (2017) Si te duele es porque estás entrenando bien. La sensación paradójica de dolor Corporal en los gimnasios de fitness de La ciudad autónoma de Buenos Aires. *Movimento, Porto Alegre*, v. 23, n. 2., p. 743-754, abr./jun. de 2017.

#### Páginas web citadas

<http://blog.running.decathlon.es/trucos-para-correr-bajo-la-lluvia/>

<http://www.vamosacorrer.com/noticias/equipate-bien-para-correr-bajo-la-lluvia-3712.html>

<https://smoda.elpais.com/belleza/barritas-marihuana-rendir-mas-ultramaraton/>