

Congreso de Educación Física y Ciencias

14º Argentino, 9º Latinoamericano, 1º Internacional

18 al 23 de octubre y del 1 al 4 de diciembre 2021

Departamento
de Educación Física

FaHCE



Gimnasia, Fitness, Wellness en la reforma de los curricula

González, Enzo David

Centro Interdisciplinario Cuerpo Educación Sociedad (CICES)

Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (FaHCE-UNLP)

gonzza_david@hotmail.com

Resumen

La ponencia analiza la gimnasia, fitness, wellness a partir de documentos para la reforma curricular en la Educación Superior en la Argentina. Ellos sugieren: la resignificación de la gimnasia por la inclusión del fitness y wellness.

Realiza un recorrido que va desde los documentos curriculares a los estudios que sirvieron de apoyo para interpretar el movimiento del fitness y wellness.

Finalmente, presenta tres supuestos que pretenden habilitan el dialogo entorno a la gimnasia, el sujeto, el fitness y wellness en los documentos de la reforma del 2006, en la Educación Física.

Palabras claves: Gimnasia, Fitness, wellness, Reforma curricular.

Introducción

La ponencia trabaja la gimnasia, fitness, wellness desde los documentos para la reforma de los diseños curriculares jurisdiccionales. Aquí se realiza un recorrido que va desde los enunciados del documento hacia estudios que problematizan la temática, a modo de interpretar lo que de ellos (gimnasia, fitness y wellness) dicen los documentos.

Básicamente, pretende mostrar qué sucedió con la gimnasia en la última reforma de los curricula en la educación física en el profesorado. Una gimnasia criticada con deseos hacia su descentralización¹ para centrar, la reforma, en torno al sujeto. A partir de él, el fitness y wellness

¹ Esta parte del análisis fue presentada en éste mismo congreso, celebrado desde el 18 a 23 de octubre de 2021. https://drive.google.com/file/d/1nJHtXJ8qFAz0AO_hRe5ECwz2n6212T2H/view

comenzaron a cobrar sentido, presentándose en el supuesto “gimnasias evolucionadas, por fuera del ámbito educativo.

Finalmente, tras realizar un análisis del movimiento wellness y el fitness, avanza, a modo de conclusión, hacia ideas conjeturales que habiliten el dialogo y, a su vez, preguntas.

Fitness y Wellness: gimnasias evolucionadas

El fitness y wellness pueden ser asumidos, en términos restringidos, técnicas de cuidar al cuerpo en los tiempos modernos del mercado. Los estudios de sus propuestas muestran modificaciones construyen constantes y sucesivas tras “fallas” en la obtención o no de los objetivos para los cuales fueron creados. En otras palabras, ambos se contienen por la lógica de la satisfacción o no de las demandas de los usuarios en el cuidado del cuerpo.

En las Recomendaciones para la Elaboración de Diseños Curriculares Jurisdiccionales (REDCJ), en el cambio de los currícula, el fitness y wellness son erigidos como formas de “gimnasias evolucionadas”. A su vez, asumidas como dos maneras novedosas de ejercitarse fuera del ámbito educativo. Se pretenden entonces, sean estas recuperadas en las nuevas propuestas de los diseños curriculares provinciales para el profesorado de Educación Física, en la Argentina. De esta manera, el documento de la renovación curricular los reconoce y propone como gimnasia, parafraseando a Landa, a estas dos formas de cuidado disciplinar y amorosa el cuerpo, aglutinadas al redor del sujeto denominado emprendedor (2016, s/p) En función de esto último, proponerlo como gimnasia, y a ésta se le supuso históricamente como contenido, ¿cuál es la intención y qué sostiene la reforma curricular al sugerir la inclusión del fitness y el wellness en el documento, a propósito de descentrar al contenido para centrarse en el sujeto? ¿Construye analogía entre el sujeto emprendedor y del aprendizaje? E inclusive, ¿cuál son los supuestos de gimnasia y cuerpo que reconocer la reforma en estos documentos?

En una actitud propositiva, los documentos curriculares sugieren modificaciones en cuanto a la gimnasia en el profesorado. Cuya peculiaridad está en el supuesto: la gimnasia ha ‘evolucionado’, tendiendo a la búsqueda de ‘actividades motrices’ saludables y equilibradoras (subrayo los conceptos salud y equilibrio), creando un campo de opción amplia y enriquecida. Cuando se dice equilibrada, en el documento se está persiguiendo la integración del cuerpo con la mente. Mientras la idea de salud que introducen supone una forma alternativa de posicionar

y reconocerse el ideal de estar saludable; tiende a ser vista a modo de metas por alcanzar por parte del “sujeto activo”. Dichas ideas son presentadas y ejemplificadas por las denominadas gimnasias blandas de Oriente. Según el documento, al momento de la reforma, estas últimas no tenían presencia en los planes de estudio objeto del cambio. Así también, se habla de “ausencia del fitness y el wellness, gimnasia para el acondicionamiento y el bienestar corporal” (INFOD, 2009, p.17) Si estaban ausentes, ¿de dónde llega, fitness y wellness, a la Educación Física para terminar de inmiscuir y constituirse en sugerencias/propuestas en las REDCJ? ¿Es cuestión de “actualidad y popularidad” como propone el documento o está sucediendo algo más, es decir qué movimiento de época hace al surgimiento del fitness y wellness en la Educación Superior en Educación Física? ¿Qué condiciones, en sentido de Foucault, están generándose para que surjan estas técnicas en el plan, además de lo introducido al inicio de este apartado?

El wellness, conocido en los gimnasios como ‘mindfulness o fitness consciente’, “puso a circular un mercado creciente de productos asociados con un estado de plenitud que involucra el equilibrio emocional, experiencias de bienestar y la incorporación de una vida holísticamente saludable” (Markula y Pringle, 2006, p.155-159, citado en Landa 2016, s/p) Sin embargo, él no se agota en estos ámbitos, se extiende a otros apegado a concepciones de salud. “El bienestar está en todas partes hoy en día: limpiezas de jugo, clases de ciclo del alma, cuidado personal” (Dlei, 2017, s/p) La misma autora, insiste: “en las escuelas, hospitales e incluso en las cárceles, los defensores citan el potencial de autoempoderamiento de las políticas de bienestar, señalando la moral en alza y la reducción del estrés” (Dlei, 2017 s/p) Así también, las empresas e industrias están absorbiendo dicho discurso. Porque ofrece la posibilidad de reducir los costos en la salud de los trabajadores y las trabajadoras. Al mismo tiempo, le permite hacer seguimiento de las personas que estén por dejar la empresa, cuidar de ellas y acompañarlas²; al emprendedor, las estrategias de autogestión para maximiza la productividad. Esto está claramente ceñido a idea de la que advertía Foucault, analizando el nacimiento de la biopolítica, donde el sujeto comienza a pensarse como una empresa por la noción de capital humano³; aquí cobra todo su valor. En particular, cobran sentido cuando se piensa en el neoliberalismo europeo y norteamericano y la explosión del movimiento del fitness y wellness.

² SUMMIT Recursos Humanos: Capítulo 6. La nación. <https://bit.ly/2GU7jVv>

³ “...el propio trabajador quien aparece como si fuera una especie de empresa para sí mismo” (Foucault, 2007, p. 264)

Lo anterior para las recomendaciones supone una novedad. Nuestro estudio muestra que no lo es, en tanto y en cuando, lo novedoso sea sinónimo de algo nuevo.

Los estudios del movimiento wellness, dicen: surge en la década de 1970; mientras, el término es popularizado en el 1950, por el Dr. Halbert L. Dunn. En tanto movimiento surge en el marco del debate entre la "medicalización y desmedicalización de la sociedad estadounidense" (Hart, citada en Bingle, 2011, p.128) suponiendo técnicas diferentes para asumir el hecho de reconocerse saludable. En donde se supone, no se es sujeto pasivo de la salud, por un dispositivo hospitalario; la ficha medica no es garante de estar con buena salud sino ubicado en perspectiva más holística, activa y de búsqueda continúa del bienestar. La propia Hart decía que por aquel entonces surgía una propuesta que entendía al sujeto como alguien que puede tomar decisiones informadas sobre su salud, al mismo tiempo, entronaba a éste como responsable de la misma. De este modo, aun cuando se reconoce, en términos discursivos, que la buena salud es importante y objetiva, no alcanza para el bienestar, para que ésta se dé debe incluir un carácter subjetivo, individual y de percepción.

El párrafo anterior deja ver a los médicos jugando un papel importante en la cultura bienestar del siglo XX; y, regresando al supuesto de las REDCJ, sugerirlo como forma evolucionada de hacer gimnasia no solo no constituye novedoso, son técnicas influenciadas por los movimientos del siglo XIX. En este siglo, los médicos jugaron un papel crucial. Ejemplo de esto, el accionar del Dr. Ferdinand Hueppe, "un médico que, en la década de 1880, trabajó en el laboratorio de Robert Koch (fundador de la bacteriología moderna), dejó la ciencia básica para estudiar el ejercicio y promover los beneficios de la actividad física en escuelas y lugares de trabajo" (Dlei, 2017, s/p) Esto último merece un llamado por lo siguiente: son tiempos en los que se produjo la reforma de la gimnástica, dando lugar al surgimiento de lo que conocemos como Educación Física, el rol de fisiólogos y de la medicina. En continuidad con lo que venía diciendo, el doctor, en 1899, "publicó el Manual de Higiene, uno de los primeros trabajos de fisiología del ejercicio. Un campo que entró en vigencia en 1904, cuando el educador de gimnasia danés JP Müller, pionero con su propuesta, a la que llamó My System; un entrenamiento diario de 15 minutos que podía realizarse casi en cualquier lugar" (Dlei, 2017, s/p). Se dice del programa, su éxito fue tal, convirtiéndose "en el régimen de entrenamiento favorito de un joven y consciente de la salud, Franz Kafka" (Dlei, 2017, s/p).

En fin, por lo anterior, el supuesto novedoso, al menos desde el punto de vista de la medicina, no supone tal sino, constituye un retorno al siglo XIX. En otras palabras, se propone un retorno hacia las “preocupaciones sobre la estructura, el medio ambiente y la ecología” (Bingle, 2011, p. 128) Así también, en algún punto, esto “pivotea” con la cultura europea. Ese movimiento del bienestar está emparentado, según análisis, con la Gimnasia Danesa. Gimnasia creada por Niels Bukh, inspirándose en la Gimnasia Sueca de Ling. En otras palabras, registra encuentros entre bienestar, gimnasia, salud y medicina.

En todo caso, si los estudios analizados están en lo correcto, es probable que haya en todo lo “novedoso” de las REDCJ una sumatoria antes que renovación del campo gímnico en el cambio curricular. Hasta podría suponerse, hay un abandono de lo gímnico. O sea, la gimnasia ‘entra’ y sigue casi sin análisis al igual que las nuevas propuestas, con clara alineación a la medicina; el cuerpo ligado al componente orgánico y el sujeto a la noción del emprendedor. Una apuesta a cuidar y disciplinar el cuerpo desde “otras” perspectivas.

Por otro lado, siguiendo la perspectiva holística en la salud, un ejemplo, Bingle cuenta el caso de Christine Kaufmann y también de un político que se adhiere a las propuestas del bienestar. Tomemos aquí el primero, Kaufmann,

“percibe que la gestión de su vida cotidiana y, por extensión, de su persona, gira en torno a la difícil negociación de una serie de dicotomías interrelacionadas: trabajo y ocio, orden y libertad, regularidad y excepción, placer y racionalidad, naturaleza y tecnología, emoción y control, materia y espíritu y, por último, pero no menos importante: fitness y bienestar” (2011, p.106),

dicotomías estas que irán haciéndose borrosas y porosas cuando “las personas que simplemente se dan cuenta de que la forma en que gastan su tiempo libre puede afectar su corazón y que los factores del estilo de vida son determinantes de salud”, a partir de aquí, comenzaran entonces un “control directo e inmediato” (íbid., 2011, p.106) sobre las condiciones de su salud. Es claro esto, se emparenta con lo que Hart nos advirtió en los párrafos anteriores en este mismo apartado. Fíjese cómo el sujeto comienza a cobrar lugar junto a un ideal de salud y el modo en cómo perseguirlo: holístico y activo.

Para cerrar, quizás, el fitness al igual que el bienestar sean antes que gimnasia “ideologías que pueden llevar a la instrumentalización de las relaciones de los consumidores con sus cuerpos”

(Bingle, 2011, p.107) siguiendo una supuesta autorrealización. En donde las preocupaciones están fuertemente pensadas en relación al “deseo”⁴ de vivir más, al costo de perder el sentido, de este modo, convertirse en un consumidor de la última oferta. En eso, es probable que el estudio de Bingle acierte. No se trata ya de transmitir un legado sino vivir más. Donde “mi único capital verdadero, mi legado, es mi cuerpo, el tiempo y las experiencias a las que tengo derecho” (2011, p.110-111); trayendo la idea “emprendedurismo”, esto tal vez sea un hecho más de estar “formado el buen empleado, yo fuerte”. Por lo tanto, no hay análisis de lo gímnico.

Cierre: ideas para seguir dialogando

Comienzo por decir, tentado por la hipótesis de otros respecto a la gimnasia en la educación, la gimnasia en las REDCJ es “contenido de la educación física que se ha venido abandonando” (Lugüercho, 2009; Giraldes, 2001). En otras palabras, la gimnasia parece encaminarse al olvido de una revisión epistémica en las propuestas de reforma curricular. Al parecer, el documento no propone estudiar la gimnasia sino un cambio de técnica en el marco de un modo de vida.

Además, el documento nos traslada hacia la oferta norteamericana de técnicas para ejercitarse, para seguir a tono con la fuente de análisis. ¿A caso solo eso constituye gimnasia o puede incluir otras cuestiones, inexploradas por esta propuesta? ¿Son sinónimos el sujeto emprendedor y el del aprendizaje; podrían formar parte del mismo movimiento de época? ¿Qué efecto tiene en la propuesta de formación de maestros descentrar el contenido y centrar en el sujeto (emprendedor y/o aprendizaje)?

Finalmente, las REDCJ nos dicen que la gimnasia fuera de los lugares socialmente reconocidos educativos (escuelas) goza de buena reputación a propuesta del fitness y el wellness. ¿Alcanza con esto para incluirlos, en tanto sea el contenido un recorte cultural con valor social, en la educación y formación de maestro? ¿Constituyen gimnasias tanto las propuestas aglutinadas en el fitness (CrossFit, entrenamiento funcional) y el wellness (gimnasia consciente)? A propósito de estos, ¿qué queda de la gimnasia en tanto saber en la reforma de los curricula?

Referencias

⁴ Quizás no constituya un deseo en los términos del psicoanálisis, según nuestra lectura de Lacan.

Bingle, L G. (2011) Under the Sign of the Body: Technology, Commodification and Embodied Consciousness in Late 20th Century Germany (Tesis inédita de doctorado). Universidad Técnica de Munich; Munich. Disponible <https://d-nb.info/1029818959/34>

Dunn, H L (1959) Lo que significa el bienestar de alto nivel. *Revista canadiense de salud pública*, 50 (1), 447-457. [Consultada el 13/08/2020]

Dlei, D. (4 de enero de 2017). The False Promises of Wellness. *Daily.jstor.org*. Recuperado de <https://daily.jstor.org/the-false-promises-of-wellness-culture/>

Foucault, M. (2007) Nacimiento de la biopolítica: curso en el Collège de France: 1978-1979 - la ed. - Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

Giraldes, M. (2001) Gimnasia. El futuro anterior. De rechazos, retornos y renovaciones. Editorial Stadium. Buenos Aires.

Instituto Nacional de Formación Docente. (2009) Recomendaciones para la Elaboración de Diseños Curriculares. Profesorado de Educación Física. Recuperado de <https://cedoc.infed.edu.ar/review/recomendaciones-para-la-elaboracion-de-disenos-curriculares-profesorado-de-educacion-fisica/>

Landa, M. (2016). Del ethos del bienestar al de la autocompetencia: desplazamientos en la oferta del fitness. IX Jornadas de Sociología de la UNLP, 5 al 7 de diciembre de 2016, Ensenada, Argentina. En Memoria Académica. Disp. en: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.9257/ev.9257.pdf

Lugüercho, S. H. (2009) Gimnasia en la escuela. ¿Gimnasia en la escuela? [En línea] *Educación Física y Ciencia*, 11. Disponible en: http://www.fuentesmemoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.3986/p.r.3986.pdf