

LA CONSTRUCCIÓN SOCIAL DEL CUERPO MASCULINO: GÉNERO, SALUD Y CONDUCTA ANTISOCIAL.

Iván Sambade Baquerín¹

RESUMEN

En la sociedad occidental globalizada, la construcción social del cuerpo masculino ha generalizado las prácticas de cuidado estético entre los varones. Algunos autores sostienen que este fenómeno es una consecuencia de la desestructuración de los patriarcados tradicionales, por lo que el modelo masculino de belleza estaría renovándose mediante su feminización y su sexualización. En cambio, considero que el canon de belleza masculina encuentra sus orígenes en modelos hegemónicos de masculinidad en los que el cuerpo es instrumentalizado conforme al ejercicio de la violencia y al objetivo de la dominación del Otro-diferente naturalizado.

En la actualidad, el modelo normativo de belleza masculina es el modelo del atleta, modelo originario de la antigüedad grecolatina que ha perdurado hasta nuestros días. Este modelo es vehiculado por los *mass media* bien a partir de la representación de los héroes en el cine estadounidense, o bien mediante la explotación de la imagen de deportistas profesionales en el discurso publicitario. De este modo, el morfotipo atlético se ha convertido en el ideal estético al que aspiran millones de varones en el mundo occidental, los

¹ Iván Sambade Baquerín.

Cátedra de Estudios de Género de la Universidad de Valladolid.

Correo electrónico: ivansambade@gmail.com

Este trabajo se enmarca en el Proyecto de Investigación Fundamental no orientada *La igualdad de género en la cultura de la sostenibilidad: Valores y buenas prácticas para el desarrollo solidario* (FEM2010-15599), subvencionado por el Ministerio de Ciencia e Innovación (VI Plan Nacional I+D+I).

cuales han generalizado la práctica del *bodybuilding* (culturismo) en lo que se puede considerar un fenómeno social abarcador.

En relación con la práctica deportiva del *bodybuilding* surge la problemática del dopaje con hormonas sintéticas. Los objetivos del volumen, la potencia y la definición muscular se consiguen de un modo superior y mucho más rápido mediante el consumo de estas drogas. Ahora bien, el consumo de hormonas sintéticas entraña toda una serie de problemáticas para la salud que abarca desde trastornos conductuales y psicológicos hasta graves afecciones viscerales y sistémicas como el cáncer. Además, si bien el dopaje sería un problema social atribuido al deporte de alto rendimiento, los estudios sociológicos más recientes ponen de manifiesto que el consumo de esteroides anabolizantes androgénicos (EAA) se está extendiendo entre la población masculina, incluidos los adolescentes, y que un alto porcentaje de consumidores se dopan por motivos estéticos.

PALABRAS CLAVE: modelos estéticos de masculinidad; construcción social del cuerpo; *bodybuilding*, esteroides anabolizantes androgénicos (EAA); pragmática masculina del control.

INTRODUCCIÓN Y METODOLOGÍA

Las dinámicas socioeconómicas de la globalización han generalizado el morfotipo atlético como canon normativo de belleza masculina en el mundo occidental, induciendo en los varones occidentales el deseo de identificación con el mismo. Este hecho ha generado el auge social de la práctica del

bodybuilding, mediante el cual los varones occidentales construyen su cuerpo conforme al canon estético hegemónico.

La normalización social del cuerpo masculino conforme al morfotipo atlético surgió originariamente en los EEUU, durante las décadas de los cincuenta y los sesenta del pasado siglo, coincidiendo con el auge de la industria del cómic. En el *comic book*, los superhéroes de ciencia-ficción eran representados con cuerpos dotados de una musculatura potente y equilibrada que indujo el deseo de identificación entre la población norteamericana. A su vez, este hecho generalizó la práctica del *bodybuilding*, principalmente entre la juventud.

El *bodybuilding* (o culturismo) es un deporte basado fundamentalmente en el ejercicio anaeróbico con cargas, cuyo objetivo es conseguir una hipertrofia muscular que dote al cuerpo de un aspecto voluminoso, definido y equilibrado. A finales del siglo XIX, Eugen Sandow, primer propulsor del *bodybuilding* profesional, definió el canon estético del culturista como el ideal clásico de la proporción armónica entre las partes y el todo; ideal materializado en la representación escultórica de los héroes de la mitología griega (Chapman, 1994). Este es precisamente el canon estético al que se ajustan los cuerpos de los superhéroes del cómic, de los héroes del cine épico y bélico estadounidense y de los deportistas profesionales: el morfotipo atlético.

Durante el desarrollo del *bodybuilding* a lo largo del siglo XX, el morfotipo atlético derivó en su variante hipertrófica como canon estético del culturista. Este modelo mantiene el canon de la proporción entre las partes, con la particularidad de que el desarrollo de la masa muscular se extrema hacia dimensiones musculares gigantescas. La representación de héroes masculinos

por parte de culturistas profesionales como Arnold Schwarzenegger, lo normalizó en la sociedad occidental como modelo de belleza basado en la hipervirilidad.

El modelo atlético hipertrófico surge en el *bodybuilding* junto con el uso de esteroides anabolizantes. Este hecho se constata fundamentalmente a partir de los propios comentarios y de las anécdotas de los culturistas y otros deportistas profesionales con anterioridad a la ilegalización de su uso con fines deportivos (Yesalis et col., 1993). Pero, a pesar de su ilegalidad, múltiples estudios sociológicos realizados recientemente en EEUU muestran que el consumo de EAA ha aumentado entre la población general y que la principal motivación de sus consumidores es más bien estética que deportiva (Khun, Swartzwelder y Wilson, 2003). Así, por ejemplo, distintos estudios muestran que, en EEUU, entre un 3-12% de los varones adolescentes admite usar o haber usado EAA (Yesalis, 2000b), y que el consumo de EAA ha aumentado significativamente entre adolescentes atletas y adolescentes no atletas por igual (American Academy of Pediatrics, 1997).

Yesalis concluye que los datos obtenidos de las encuestas sugieren que. Además, un porcentaje notable de los deportistas de élite, muy superior al que se observa en los resultados de los análisis antidopaje, probablemente se dope con EAA.

Considerando la conclusión de que el consumo de EAA ha aumentado significativamente en las 3 últimas décadas entre la población norteamericana (Yesalis, 2000a), Parkinson y Evans (Parkinson y Evans, 2006) realizaron un cuestionario anónimo con el objetivo de conocer los hábitos de consumo de los usuarios de de EAA. Este cuestionario fue publicado en las Webs más

populares entre los usuarios de EAA y recogió una población de 500 encuestados. Sus conclusiones más destacadas fueron las siguientes: el 78,4% (392/500) fueron culturistas no profesionales que se dopan por motivos estéticos; el 59,6% (298/500) admitieron haber usado más de 1000mg de EAA por semana²; el 99,2% (496/500) se auto-administran formulas inyectables de EAA, existiendo un 13% (65/500) que realizan prácticas no seguras de inyección; el 25% (125/500) consume simultáneamente hormona del crecimiento e insulina como adyuvantes; el 99,2% (496/500) de los consumidores admitieron haber padecido efectos secundarios del uso de EAA.

Si tenemos en cuenta que los consumidores de EAA son mayoritariamente varones (Evans, 2004), entonces estas conclusiones muestran que el significativo incremento del consumo de EAA es fundamentalmente una consecuencia de la normalización social de cuerpo masculino. Por otro lado, si considerásemos el hecho de que existe un cierto corporativismo para silenciar el consumo de EAA dentro del deporte profesional (Yesalis, 2000a), llegaríamos a la conclusión de que el número de consumidores de EAA por diversas motivaciones es bastante superior del obtenido como resultado de los métodos de investigación descritos.

Es también significativo el hecho de que sean los culturistas no profesionales quienes admiten con mayor facilidad consumir o haber consumido EAA. Esto puede obedecer a diferentes razones como el arraigo de una cultura del cuerpo dentro de la sociedad norteamericana o el hecho de que el culturismo no es un deporte olímpico. Pero, ante todo, este dato manifiesta un profundo desconocimiento de los efectos secundarios adversos de los EAA por parte de sus consumidores (González Aramendi, 2006).

² Los testículos de un hombre adulto segregan 5-10mg al día de testosterona (Yesalis, 2000a).

Las razones por las cuales los usuarios de EAA no están adecuadamente informados sobre los posibles efectos adversos de EAA pueden estar relacionadas con la forma en que éstos son comercializados. Como sustancias ilegales, los EAA se obtienen en mercados clandestinos. Existe una amplia oferta de EAA disponible en la red telemática, en páginas dedicadas al *fitness* o al culturismo, y, asimismo, son comercializados en diferentes negocios relacionados con el mundo deporte (como los propios gimnasios) a partir de redes de comercio transnacional. Este mercado negro proporciona un fácil acceso a los EAA para cualquier ciudadano, incluidos los menores.

Como hasta aquí hemos podido observar, la mayor parte de la investigación científica acerca del consumo de EAA y de sus efectos se ha desarrollado en Norteamérica. Esto se debe probablemente a que fue allí donde la cultura del *bodybuilding* y la práctica de los deportes de fuerza como el fútbol americano generalizaron por primera vez su consumo. Por lo tanto, la mayoría de las fuentes cuantitativas para el estudio del consumo de EAA se encuentran en investigaciones científicas norteamericanas.

Como punto de partida, la bibliografía norteamericana nos ofrece un excelente marco científico para el conocimiento de las consecuencias del dopaje con EAA y para el análisis sociológico de las causas del fenómeno social que constituyen tanto la generalización de la práctica del *bodybuilding* como el consumo de estas drogas por parte de los varones.

Existen múltiples indicios de que la práctica del *bodybuilding* se está generalizando entre la población española, lo que podría conllevar la

normalización del consumo de EAA como práctica coextensiva de la primera, con sus consiguientes consecuencias sociales. La reciente y exponencial proliferación de gimnasios dentro del estado español; en concreto la creación de empresas nacionales y transnacionales que monopolizan la gestión de gimnasios locales; la institución de asociaciones deportivas y de competiciones de culturismo, y el creciente número de webs y foros de dominio español acerca del *bodybuilding* y del doping con EAA constituyen diversos indicios que muestran la alta probabilidad de que este fenómeno social esté llegando a nuestra población.

Por lo tanto, en base a las problemáticas que supone el consumo de EAA para los varones, el presente texto se articula en torno a un doble objetivo:

- 1) Contribuir a esclarecer los efectos y los riesgos del consumo de EAA tiene para la salud de los varones.
- 2) Visibilizar la vertebración que la construcción (normalización) social del cuerpo masculino, según el canon de belleza del atleta, tiene dentro del conjunto de valores históricos, prácticas sociales y significaciones de género que constituyen la masculinidad hegemónica.

La integración de estos dos vectores de investigación mostrará que los costes que la construcción social del cuerpo masculino tiene para la salud de los varones, están intrínsecamente ligados con un modelo de masculinidad que en la medida en que está constituido sobre una estructura socio-histórica de desigualdad entre los sexos, la reproduce y la perpetúa.

ESTEREROIDES ANABOLIZANTES ANDROGÉNICOS (EAA). EFECTOS Y RIESGOS.

Los EAA son derivados sintéticos de la testosterona y de la hormona del crecimiento (hGH) que estimulan la producción de ARN y liberan GH en el metabolismo celular, aumentando así la síntesis proteica. De este modo, los EAA tienen un potente efecto anabólico sobre el sistema músculo esquelético, incrementando la masa muscular magra a partir de la hipertrofia de las fibras musculares. En consecuencia, la administración de EAA en dosis suprafisiológicas³ produce ganancias de tamaño, fuerza, velocidad y resistencia musculares. El consumo de EAA también favorece la recuperación o el mantenimiento de la libido como efecto androgénico.

Las principales motivaciones para el uso de EAA por parte de los varones son: 1) La optimización del rendimiento deportivo bajo los objetivos del éxito y del reconocimiento deportivo, primando la competitividad sobre la ética del deporte; 2) La construcción del cuerpo conforme al modelo masculino de belleza del atleta; 3) En menor medida, la recuperación o el mantenimiento de la libido.

El consumo de EAA puede producir numerosos efectos secundarios para la salud de los varones, muchos de ellos de carácter grave e irreversible (González Aramendi, 2006; American Academy of Pediatrics, 1997; Khun, Swartzwelder y Wilson, 2003). Estos dependerán de distintos factores como las dosis, el tiempo de utilización, su combinación con otras drogas y distintos efectos relacionados con la intensidad del ejercicio físico. Los principales efectos secundarios del consumo de EAA son:

³ Los efectos “deseables” de los EAA se producen con la administración de dosis de entre diez y cien veces superiores a la cantidad de testosterona producida por el cuerpo (Khun, Swartzwelder y Wilson, 2003).

- Sistema cardiovascular: aumento del colesterol, disminución del colesterol HLD, hipertrofia del músculo cardíaco sin aumento de vascularización capilar y presión arterial alta.
- Hígado: disfunción hepática, peliosis hepática, hepatitis y cáncer.
- Sistema reproductor: atrofia testicular, oligo o azoospermia, impotencia, hipertrofia prostática, carcinoma de próstata y ginecomastia.
- Sistema endocrino (a excepción del reproductor): alteración del perfil de varias hormonas, diabetes, acné, estrías...
- Sistema músculo-esquelético: mayor frecuencia de rupturas tendinosas y, en los jóvenes, cierre prematuro de los centros de crecimiento de los huesos largos, con detención del crecimiento.
- Sistema excretor: aumento de la micción y Tumor de Wilms.
- Sistema Inmunológico: disminución de los niveles de IgA, hepatitis B o C e infección por VIH (por compartir agujas)
- Otros: cambios en la libido, aumentos de agresividad, depresión, psicosis.
- Además el uso de EAA inyectables puede producir trombosis en distintos órganos, derivando en infartos cerebrales, de miocardio, etc.

ENFOQUE TEÓRICO.

El aumento de agresividad como consecuencia de del consumo de EAA entraña un debate teórico en lo que respecta a la violencia masculina. Si efectivamente el consumo de EAA fuera la causa física de los brotes de agresividad, entonces las tesis deterministas sobre la conducta antisocial masculina tendrían una prueba significativa de sus argumentos. En cambio,

entendiendo que tal y como muestran ciertos experimentos, los ataques de ira que se producen con el consumo de EAA están condicionados de modo relevante por factores sociológicos; en particular, por la socialización de género de los varones.

Los estudios científicos más recientes sobre el efecto de la testosterona en la conducta masculina han puesto de manifiesto que la relación entre los niveles de testosterona y los de agresividad no es de causalidad sino de correlación. Darbra y Marti-Carbonel (Darbra y Marti-Carbonel, 1998) explican que existen múltiples experimentos que demuestran que el ambiente puede modificar los niveles de testosterona de una persona, invirtiéndose así el orden de la relación de causalidad. Por ejemplo, en un experimento en el que cinco varones que fueron confinados en un barco durante catorce días, se constató que sus niveles de testosterona cambiaron cuando se establecieron categorías de dominación/sumisión entre ellos: cuanta más alta era la posición de dominación, más altos eran los niveles de testosterona. Robert Sapolski (Sapolski, 1997) desarrolló un experimento análogo con primates, con el objetivo de poner de relieve el peso específico de los factores socioculturales en la génesis de la conducta violenta. Sapolsky agrupó un número de primates y les dio tiempo para que constituyesen su estructura social, basada en jerarquías de dominación y sumisión, y una vez que ésta estuvo asentada, se administró una dosis masiva de testosterona a uno de los primates. Éste, efectivamente, se mostró mucho más agresivo en sus relaciones. Pero su agresividad no era indiscriminada; sino que se encontraba dirigida hacia aquellos que estaban por debajo de él en el orden social jerárquico, mientras que mantenía una actitud sumisa frente a aquellos que previamente le habían

dominado. Para Sapolsky, este experimento manifiesta que “la testosterona no es la causa de la agresividad, sino que exagera la que ya existe (Sapolsky, 1997; 155)”.

Por lo tanto, el experimento de Sapolski demuestra que la estructura social y sus relaciones sociales de poder disponen y canalizan la agresividad de los individuos que manifiestan conductas antisociales.

En lo que refiere al consumo de EAA, Middleman (Middleman et cols., 1995) ha formulado la hipótesis de que de que el consumo de EAA es parte de un “síndrome de conductas de riesgo” más que una conducta aislada.

Tabla 1. Conductas de riesgo entre usuarios y no usuarios de EAA

Conducta de riesgo	No usuarios EAA (%)	Usuarios EAA (%)
Seria consideración de suicidio	23.4	49.6
Hª de enfermedad transmitida sexualmente	4.6	15.9
No utilización del cinturón de seguridad	18.6	45.9
Carreras de motocicletas	21.5	49.0
Conducir tras haber bebido alcohol	10.2	44.8
Llevar armas	18.6	61.3
Conductas de pelea	40.0	83.6

Fuente: González Aramendi, José Manuel (2007), “Uso y abuso de esteroides anabolizantes”, Osasunaz, 8, 185-197.

El hecho de que el consumo de EAA sea parte de un “síndrome de conductas de riesgo” nos muestra que es parte de un conjunto de disposiciones conductuales inducidas socioculturalmente. Si además valoramos los datos de la tabla 2 conforme a la tesis de la correlación testosterona/agresividad, podemos concluir que el consumo de EAA, a su vez, potencia la incidencia de las conductas de riesgo previamente dispuestas en el individuo.

Podemos observar que las conductas de riesgo mencionadas (tabla 1) se caracterizan por un desprecio de los peligros que atentan contra la propia integridad física y una transgresión de las normas puede poner en peligro la integridad física de otras personas. Estas conductas se arraigan en la norma

patriarcal que exige a los varones ser valientes en relación con sus atribuciones “naturales”. Pero, además, la demostración de valentía que entrañan estas conductas conlleva todo un aprendizaje de autocontrol del cuerpo y de las emociones como condición *sine qua non* de la masculinidad hegemónica; es decir, de la identidad del varón que es un “hombre de verdad”; luego activo y dominador “por naturaleza”.

A continuación, trataré de mostrar cómo la construcción social del cuerpo conforme a los nuevos modelos estéticos de masculinidad se encuentra vertebrada por lo que he denominado la “pragmática masculina del control” (Sambade, 2008): un conjunto de prácticas de autocontrol, históricamente legitimadas por los discursos hegemónicos de cada época, a partir de las cuales los varones desarrollan la aptitud y la disposición para permanecer ubicados en los juegos de poder de la esfera social pública. Por lo que, en última instancia, las técnicas masculinas de autocontrol no constituyen sino estrategias para la sujeción del Otro-diferente-naturalizado, fundamentalmente de las mujeres. Ahora bien, la instrumentalización del Otro-naturalizado implicará la previa instrumentalización de la naturaleza del sujeto dominador como condición identitaria.

REVISIÓN CRÍTICA.

Algunos autores sostienen que la construcción social del cuerpo masculino conforme a fines estéticos es un resultado de la emancipación social de las mujeres acontecida en el último tercio del siglo XX (Plaza, 2003). Los nuevos modelos de masculinidad representarían a varones sensibles, sociables

y discretos que se han erotizado para conseguir el éxito. Asimismo, la sexualización de la mujer habría adquirido un carácter andrógino. Es decir, las mujeres también emplearían su erotismo para conseguir el éxito social en tanto que sujetos deseables.

Por el contrario, considero que tanto los modelos de belleza masculina como las prácticas de construcción del cuerpo se encuentran profundamente articulados por representaciones y valores patriarcales. De este modo, aún fragmentada y públicamente criticada, la lógica patriarcal sigue induciendo prácticas y conductas en los varones que reproducen la injusta desigualdad social entre los sexos.

El modelo de belleza masculina es el morfotipo atlético (López y Gauli, 2000), representado tanto por los deportistas profesionales en el discurso publicitario como por los personajes heroicos del cine épico-bélico.

El héroe guerrero es un personaje masculino que encarna el valor tradicional del honor y que se encuentra legitimado en el ejercicio de la violencia, siempre bajo los objetivos de la protección de los suyos y de la conquista de los otros. Su vinculación con una estructura estratificada sexualmente se concreta mediante su representación como agente social y político de la esfera pública, aunque se muestra ficticia en la medida se encuentra ubicado en sociedades históricas e imaginarias.

Pierre Bourdieu (Bourdieu, 2005) ha explicado que el honor, como capital simbólico de los varones que se acumula mediante los pactos transaccionales regulados por el mercado matrimonial y el reconocimiento social entre iguales, y que se perpetúa hereditariamente a través del linaje, atribuye a los varones el monopolio de las actividades de representación en la

esfera social pública, mientras que posiciona a las mujeres, como objetos simbólicos, en el orden de la apariencia y del prestigio del núcleo familiar. Por este motivo, los varones adquieren la aptitud y la propensión, constitutivas del sentido del honor, de tomar en serio todos los juegos de la esfera social pública; entre los cuales el juego por excelencia es la guerra. De ahí que la moral del honor masculino se traduzca en la disposición corporal hacia el enfrentamiento, en el acto de mirar a la cara al «adversario» con una postura rígida y firme, garante de seguridad y valentía. En este sentido, es fácil comprender que las conductas de riesgo como las peleas callejeras, la carreras de motocicleta..., y en definitiva la competitividad entre varones y su disposición hacia la violencia, se encuentran inducidas por una cultura androcéntrica del honor que permanece latente bajo la ficción de igualdad que genera el discurso políticamente correcto. En consecuencia, la protección de las mujeres que los varones aprendemos en este código primario de masculinidad, no deja de ser sino una sobreprotección que termina limitando su autonomía (Marqués, 1991).

Por otro lado, a partir de su representación el discurso publicitario, los deportistas profesionales se han convertido de los nuevos modelos de virilidad de millones de jóvenes en todo el mundo. Norbert Elías (Elías, 1992) ha señalado que los deportes competitivos de equipo se han convertido en un símbolo subliminal de la guerra al que trascienden sus valores. En este sentido, Elisabeth Badinter (Badinter, 1993) explica que los modernos deportes competitivos se corresponden con los ritos de iniciación en la virilidad presentes en todas las culturas conocidas, en los que la masculinidad se gana a término de combate; aguantando el dolor físico y exhibiendo las heridas.

Badinter sostiene que a este estoicismo masculino le subyace la idea de que el cuerpo es una herramienta, incluso una máquina, que se emplea para derribar a quienes se opongan a nuestros objetivos. Asimismo, señala la analogía existente entre los modelos deportivos de masculinidad y los modelos de hipervirilidad como los personajes de *Rambo* o *Terminator*.

En lo que refiere a la representación del cuerpo femenino en los *media*, éste es representado fundamentalmente por un morfotipo ectomorfo extremo que refiere al estereotipo tradicional de la femineidad como debilidad esencial. Una imagen de las mujeres complementaria con la definición hegemónica de la masculinidad, pues, como apunta Pilar López (López, 2005), “sin ellas, los personajes masculinos no podrían derrochar todas las características que se asocian a la masculinidad: la protección y la salvación de los personajes femeninos”. Además, Pilar López apunta que el modelo ectomorfo coexiste con una representación altamente sexualizada de la mujer. Lejos de poseer un carácter andrógino, la sexualización del cuerpo femenino responde al placer de la mirada masculina y posee múltiples precedentes en el universo simbólico patriarcal: Eva, Lilith, Salomé, Lolita..., mujeres fatales que, como apunta Pilar Aguilar (Aguilar, 1998), suelen ser ajusticiadas por la trama narrativa del discurso audiovisual.

En síntesis, los *media* proyectan una representación jerárquicamente complementaria de las identidades de género que normaliza la supremacía social de los varones y, por ende, naturaliza la violencia masculina como recurso para la sujeción de las mujeres.

Hemos visto cómo a los modelos de masculinidad esbozados les subyace la idea de que la masculinidad se caracteriza de modo natural y constitutivo por el autocontrol, entendido como control racional-instrumental de la mente sobre el cuerpo. Es decir, como control del cuerpo y de las emociones para ejercer una acción que ha sido previamente determinada (incluso mecanizada) conforme a fines racionalmente elegidos. Por lo tanto, considero que a los modelos estéticos de masculinidad les subyace la *pragmática del control* como dinámica de poder constituyente.

La *pragmática masculina del control* surge originariamente en la Grecia clásica, donde pensadores como Platón y Aristóteles sostuvieron que el control de los propios impulsos era una condición de legitimidad del gobierno justo. De acuerdo a su jerarquía social, el gobierno legítimo era el gobierno de los ciudadanos varones, quienes representaban la máxima expresión del concepto de “humanidad”, en virtud de una condición racional que las mujeres, los esclavos y los niños no poseerían con plenitud. En la modernidad, bajo los paradigmas universalista e igualitarista, el autocontrol deja de ser una condición política para convertirse en una capacidad humana constitutiva. A su vez, dentro de la cosmovisión mecanicista, según la cual todo lo real está compuesto de dos principios: materia y movimiento; se define la razón como la causa del movimiento humano. De este modo, la racionalidad constituiría la condición específicamente humana, mientras que el cuerpo y las emociones serían exclusivamente materia natural; mecos que la razón debería someter y ordenar conforme a su dictamen (Descartes, 1963). En este momento, distintos discursos (filosófico, médico, político, etc.) definieron a las mujeres como personas de condición más natural que racional, legitimando así su

exclusión de la ciudadanía plena. Así, vertebrado, legitimado e inducido por la estructura social y política, el autocontrol se naturalizó como un atributo definitorio del sujeto masculino.

En este sentido, Víctor Seidler (Seidler, 2000) ha señalado que los varones hemos aprendido a hablar con la voz de la razón. El uso del lenguaje impersonal y el sentimiento de autoridad que el autocontrol racional proporciona, confiere a los varones múltiples estrategias de poder que hacen que presenten sus intereses como la solución justa y objetiva para todos. Fácilmente, podemos observar cómo los varones nos sentimos en posesión de la verdad absoluta en nuestras discusiones: mantenemos la calma, argumentamos nuestra posición, justificamos nuestras conductas..., todo ello sin reflexionar sobre los sentimientos y las emociones de las personas implicadas (incluidas las nuestras) que subyacen al conflicto. Estas estrategias se muestran más crudas y despiadadas en aquellos varones que ejercen violencia contra las mujeres, quienes legitiman sus actos, culpabilizando a las propias víctimas de los mismos.

Ahora bien, la capacidad de distanciarse del dolor ajeno requiere un previo proceso de represión de nuestra propia emotividad: El aislamiento emocional, la ausencia de empatía, la asunción de comportamientos de riesgo, el desprecio del dolor físico, la sensación de invulnerabilidad, el sentido de la autosuperación, de la competitividad, etc., son todos ellos rasgos que la socialización de género induce en el carácter masculino.

En síntesis, la pragmática masculina del control socializa al varón medio en el ejercicio de la superioridad que la estructura patriarcal le proporciona. Pero, para ello, automatiza su cuerpo y cercena su emotividad, limitando así su

desarrollo humano a un solo campo de toda su potencialidad: aquel que se define negativamente respecto de lo considerado socialmente femenino. A su vez, la definición negativa de la masculinidad ubica a las mujeres en el centro de las prácticas masculinas de discriminación/dominación.

En conclusión, sostengo que la construcción social del cuerpo masculino se encuentra vertebrada desde la lógica patriarcal de la pragmática del control. Es decir, que en la medida en que nuestro cuerpo y nuestra emotividad son instrumentalizados por las prácticas de construcción del cuerpo, los varones somos social y psicológicamente preparados para ejercer, de modo consciente o inconsciente, la discriminación/dominación de las mujeres.

Es fácil observar cómo la proyección de los modelos hegemónicos de belleza masculina en los *media* constituye la función de normalización/naturalización de las prácticas de construcción del cuerpo entre los varones. Asimismo, la propia noción de construcción del cuerpo nos indica que el sujeto masculino se significa a sí mismo como ser racional y a su cuerpo como materia natural a instrumentalizar. Es decir, el cuerpo es concebido como materia mecánica y, en consecuencia, deberá ser disciplinado y modelado conforme a la consecución de determinados fines racionales. A su vez, la práctica del *bodybuilding* consiste en un continuo e intenso entrenamiento de fuerza que, al tiempo que expone al cuerpo a multitud de lesiones del sistema músculo esquelético, precisa de un nivel de concentración psicológica que posibilite sobrellevar el entrenamiento. Inmerso en esta dinámica, el sujeto reprime las sensaciones y emociones que se producen durante el entrenamiento. El cuerpo se ha instrumentalizado y todo su sentido consiste en

alcanzar el objetivo racionalmente elegido. Este duro disciplinamiento del cuerpo puede derivar además en distintos trastornos obsesivos como la vigorexia (dismorfia muscular) o leves episodios ciclotímicos. Por lo tanto, el *bodybuilding* entraña de por sí ciertos riesgos para la salud de sus practicantes. Riesgos que se incrementan bajo las disposiciones de aquellos individuos que, inducidos por su socialización de género, exponen de sobremanera su integridad física conforme al objetivo dispuesto. Me refiero, entre otros, a los consumidores de EAA. Éstos, por lo general, desarrollan múltiples conductas de riesgo que, a su vez, se pueden ver potenciadas por los efectos secundarios de los EAA. Si además consideramos el hecho de que a través del disciplinamiento del cuerpo el sujeto queda preparado tanto física como emocionalmente para ejercer la violencia, parece evidente que las consecuencias negativas del consumo de EAA no sólo afectan al propio individuo, sino a aquellas personas que puedan ser alcanzadas por sus aberrantes conductas.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, Pilar (1998), *Mujer, Amor y Sexo en el cine español de los 90*, Fundamentos.
- American Academy of Pediatrics. Committee on Sports Medicine and Fitness (1997), "Adolescents and Anabolic Steroids: A Subject Review", *PEDIATRICS* Vol. 99 No. 6, June, pp. 904-908
- Badinter, E. (1993), *XY. La identidad masculina*, trad. Monserrat Casals, Alianza Editorial, Madrid.
- Bourdieu, Pierre (2005), *La dominación masculina*, trad. Joaquín Jordá, Anagrama, Barcelona.
- Champan, David (1994), *Sandow the magnificent: Eugen Sandow and the beginnings of bodybuilding*, University of Illinois.
- Darbra Marges, Sònia; Martí-Carbonel, Sunsi (1998), "Psicobiología de la conducta antisocial", en Vincent Fisas, *El sexo de la violencia*, Icaria, Barcelona, pp. 43-60
- Descartes, René (1963), *Las pasiones del alma*, Trad. Consuelo Berges, Buenos Aires: Aguilar.

- Elías, N. Y Dunning, E. (1992), *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*, F.C.E., Madrid, 1992.
- Evans NA (2004), "Current concepts in anabolic-androgenic steroids", *Am J Sports Med.* Mar; 32(2):534-42.
- González Aramendi, José Manuel (2007), "Uso y abuso de esteroides anabolizantes", *Osasunaz*, 8, 185-197.
- Marques, Josép Vicent, Osborne, Raquel (1991), *Sexualidad y sexismo*, UNED, Fundación Universidad-Empresa, Madrid.
- Middleman AB, Faulkner AH, Woods ER, Emans SJ and DuRant RH (1995), "High-risk behaviors among high school students in Massachusetts who use anabolic steroids", *Pediatrics*, 1995; 96: 268-272.
- Khun, Cynthia; Swartzwelder, Scott, y Wilson, Wilkie (2003), *Anabolizantes, estimulantes y calmantes en la práctica deportiva*, Ed. Paidotribo, Barcelona.
- López, Marian y Gauli, Juan Carlos (2000): "El cuerpo imaginado", *Revista Complutense de Educación*, vol. 11, n.º 2, pp. 43-57
- López Díez, P. (dir.) (2005) "Representación, estereotipos y roles de género en la programación infantil 1", en *Infancia, televisión y género. Guía para la elaboración de contenidos no sexistas en programas infantiles de televisión*, Madrid: IORTVE e Instituto de la Mujer.
- Parkinson AB, Evans NA (2006), "Anabolic androgenic steroids: a survey of 500 users", *Med Sci Sports Exerc.* Apr; 38(4):644-51.
- Plaza, Juan F., *Modelos de varón y mujer en las revistas femeninas para adolescentes. La representación de los famosos*, Madrid, Fundamentos, 2003.
- Sambade, Iván (2008), "Medios de comunicación, democracia y subjetividad masculina", en Alicia Puleo, *El reto de la Igualdad de Género*, Biblioteca Nueva, Madrid, pp. 344-360
- Sapolski, Robert (1997), *The trouble with testosterone and Other Essays*, Simon&Shuster, Nueva York.
- Seidler, Víctor (2000), *La sinrazón masculina*, Paidós, UNAM, México.
- Yesalis CE (2000a), *Anabolic steroid in sports and exercise*, Human Kinetic Publisher, Champaign.
- Yesalis CE, Bahrke MS (2000b), "Doping among adolescent athletes", *Baillieres Best Pract Res Clin Endocrinol Metab*, Mar; 14(1):25-35.
- Yesalis CE, Courson SP, Wright J (1993), *History of anabolic steroid use in sport and exercise. Anabolic steroids in sport and exercise*, Human Kinetics, Champaign p. 35