

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional
Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer

Rafael Henrique Santos Pereira

**ANÁLISE DO DISCURSO DE RENATO CARIANI SOBRE O CORPO, ESTÉTICA E
INFLUÊNCIA NO TEMPO LIVRE: um estudo no contexto do fisiculturismo**

Belo Horizonte

2025

Rafael Henrique Santos Pereira

**ANÁLISE DO DISCURSO DE RENATO CARIANI SOBRE O CORPO, ESTÉTICA E
INFLUÊNCIA NO TEMPO LIVRE: um estudo no contexto do fisiculturismo**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Estudos do Lazer.

Linha de Pesquisa: Identidade, sociabilidades e práticas de Lazer.

Orientador: Prof. Dr. César Teixeira Castilho.
Coorientador: Prof. Dr. Cléber Augusto Gonçalves Dias.

Belo Horizonte

2025

P436a Pereira, Rafael Henrique Santos
2025 Análise do discurso de Renato Cariani sobre o corpo, estética e influência no tempo livre [recurso eletrônico] : um estudo no contexto do fisiculturismo / Rafael Henrique Santos Pereira. – 2025.
1 recurso online (116 f. : il.) : pdf.

Orientador: César Teixeira Castilho
Coorientador: Cléber Augusto Gonçalves Dias

Dissertação (mestrado) – Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional.

Inclui bibliografia.

1. Lazer – Teses. 2. Lazer – Aspectos sociais – Teses. 3. Modelagem física – Teses. 4. Musculação – Teses. I. Castilho, César Teixeira. II. Dias, Cléber Augusto Gonçalves. III. Universidade Federal de Minas Gerais. Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional. IV. Título.

CDU: 379.8

Ficha catalográfica elaborada pela bibliotecária Sheila Margareth Teixeira Adão, CRB 6: n° 2106, da Biblioteca da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da UFMG.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
EEFFTO - COLEGIADO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM LAZER - SECRETARIA

ATA DA 207ª DEFESA DE DISSERTAÇÃO

RAFAEL HENRIQUE SANTOS PEREIRA

Às 14h00min do dia 28 de março de 2025, reuniu-se no Mini Auditório da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais - EEFFTO/UFMG a Comissão Examinadora de Dissertação, indicada pelo Colegiado do Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer para julgar, em exame final, o trabalho “ANÁLISE DO DISCURSO DE RENATO CARIANI SOBRE O CORPO, ESTÉTICA E INFLUÊNCIA NO TEMPO LIVRE: Um estudo no contexto do fisiculturismo”, requisito final para a obtenção do Grau de Mestre em Estudos do Lazer. Abrindo a sessão, o Presidente da Comissão, Prof. Dr. César Teixeira Castilho, após dar a conhecer aos presentes o teor das Normas Regulamentares do Trabalho Final, passou a palavra para o candidato, para apresentação de seu trabalho. Seguiu-se a arguição pelos(as) examinadores(as), com a respectiva defesa do candidato. Logo após, a Comissão se reuniu, sem a presença do candidato e do público, para julgamento e expedição do resultado final. Foram atribuídas as seguintes indicações:

Membros da Banca Examinadora	Aprovado	Reprovado
Prof. Dr. César Teixeira Castilho (Orientador)	X	
Prof. Dr. Cleber Augusto Gonçalves Dias (Coorientador)	X	
Profa. Dra. Denise Falcão (UFMG)	X	
Prof. Dr. Wecisley Ribeiro do Espírito Santo (UERJ)	X	

Após as indicações o candidato foi considerado: **APROVADO**

O **resultado final** foi comunicado publicamente, para o candidato pelo Presidente da Comissão. Nada mais havendo a tratar o Presidente encerrou a reunião e lavrou a presente **ATA** que será assinada por todos os membros participantes da Comissão Examinadora.

Belo Horizonte, 28 de março de 2025.

Assinatura dos membros da banca examinadora:

Prof. Dr. César Teixeira Castilho (Orientador)

Prof. Dr. Cleber Augusto Gonçalves Dias (Coorientador)

Profa. Dra. Denise Falcão (UFMG)

Prof. Dr. Wecisley Ribeiro do Espírito Santo (UERJ)



Documento assinado eletronicamente por **César Teixeira Castilho, Servidor(a)**, em 31/03/2025, às 15:55, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Cleber Augusto Goncalves Dias, Professor do Magistério Superior**, em 01/04/2025, às 08:59, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Wecisley Ribeiro do Espírito Santo, Usuário Externo**, em 02/04/2025, às 11:46, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Denise Falcão, Professora do Magistério Superior**, em 08/04/2025, às 11:02, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufmg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **4087343** e o código CRC **7507ED6D**.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus pais, Ângela e Zezé. Apesar dos inúmeros desafios em criar três filhos em meio a dificuldades imensas e incertezas constantes, sempre deram o melhor de si. Éramos cinco e, como expressam Edy Rock e Mano Brown, estávamos solitários numa floresta de concreto e aço. A multidão ao redor era um monstro sem rosto e coração. Seguimos, vivemos e resistimos.

À minha querida e amada esposa, Catharina, minha eterna parceira. Sua força me impressiona e motiva, dando-me alento nos momentos mais difíceis.

Agradeço imensamente ao meu orientador, professor César Teixeira Castilho, que me acolheu desde a disciplina “Lazeres Marginais e Contemporaneidade” e me conduziu, com paciência e dedicação, ao longo de toda a trajetória até aqui. Suas palavras, companhia e cuidado serão sempre lembrados com carinho.

Ao coorientador Cléber Augusto Gonçalves Dias, pela atenção, orientação e pelas luzes lançadas ao meu caminho, minha gratidão.

Ao programa de Pós-Graduação e ao Danilo, por suas explicações e por sempre se empenhar em resolver as questões burocráticas, tornando o processo mais tranquilo.

Aos amigos da Pós-Graduação, Jaqueline e Douglas, meu muito obrigado por tornarem a jornada mais leve e acolhedora. Os momentos que compartilhamos são especiais, e espero que possamos continuar celebrando nosso lazer.

À FAPEMIG (Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais), meu sincero agradecimento pela bolsa concedida, que foi essencial para a realização deste trabalho. O apoio proporcionado fez toda a diferença ao longo dessa caminhada.

Por fim, reconheço que este trabalho é resultado de uma construção coletiva, feita por muitas mãos. Cada contribuição foi, e continua sendo, indispensável para que este sonho se tornasse realidade.

RESUMO

O presente estudo investiga se o discurso de Renato Cariani reflete ou contesta valores predominantes na sociedade contemporânea, com foco no individualismo, consumismo, positividade tóxica e influências no tempo livre de seus seguidores. Fundamentado na análise do discurso de Pêcheux, este estudo explora o dito e o não dito em 250 postagens no Instagram, incluindo elementos visuais e narrativos. A pesquisa adota abordagem qualitativa para mapear representações sociais e compreender se tais discursos constroem subjetividades e reforçam ideologias dominantes. Observa-se que Cariani promove uma narrativa de superação e autodesenvolvimento que centraliza o indivíduo como agente exclusivo de suas próprias conquistas, indicando o alinhamento com as lógicas neoliberais de autonomia e autoaperfeiçoamento. O consumismo aparece de forma implícita, com destaque na promoção de produtos e estilos de vida relacionados ao corpo. Apesar de não predominar, a positividade tóxica surge pontualmente, refletindo tensões entre motivação e a idealização de sucesso. Quanto ao uso do tempo livre, seu discurso reforça a mercantilização do lazer, o reforço de padrões estéticos e performance no momento de lazer que também podem ser interpretados como uma oportunidade de equilíbrio pessoal. A pesquisa conclui que Cariani fortalece lógicas dominantes enquanto dialoga com valores contemporâneos, influenciando a forma como os seguidores percebem o corpo, o lazer e o desempenho.

Palavras-chave: Individualismo. Consumismo. Positividade Tóxica. Análise do Discurso. Tempo Livre.

ABSTRACT

The present study investigates whether Mr. Renato Cariani's discourse reflects or challenges predominant values in contemporary society, focusing on individualism, consumerism, toxic positivity, and influences on the leisure time of his followers. Grounded in Pêcheux's discourse analysis, it explores both the spoken and unspoken in 250 Instagram posts, including visual and narrative elements. The research adopts a qualitative approach to map social representations and understand whether such discourses construct subjectivities and reinforce dominant ideologies. It is observed that Mr. Cariani promotes a narrative of overcoming and self-development, positioning the individual as the sole agent of their achievements, aligning with neoliberal logics of autonomy and self-improvement. Consumerism appears implicitly, particularly in the promotion of products and lifestyles related to the body. While not predominant, toxic positivity emerges occasionally, reflecting tensions between motivation and the idealization of success. Regarding leisure time, his discourse reinforces the commodification of leisure, emphasizing aesthetic standards and performance during free time, yet it can also be interpreted as an opportunity for personal balance. The research concludes that Mr. Cariani strengthens dominant logics while engaging with contemporary values, influencing how followers perceive the body, leisure, and performance.

Keywords: Individualism. Consumerism. Toxic Positivity. Discourse Analysis. Leisure Time.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Resultado da busca no portal Scielo	15
Figura 2 - Resultado da busca no portal CAPES.....	16
Figura 3 - Pôster do filme Freaks de 1932	21
Figura 4 - Steve Reeves no filme As façanhas de Hércules (1958)	23
Figura 5 - Reg Park e Arnold Schwarzeneger no NABBA Universe Pro em 1970	24
Figura 6 - Resumo da biografia e influência digital de Renato Cariani	58
Figura 7 – Coluna destinada ao preenchimento do link de acesso das postagens	63
Figura 8 – Colunas destinadas ao preenchimento do tipo, informações e data da postagem	63
Figura 9 – Coluna destinada às palavras-chave da postagem avaliada	64
Figura 10 – Colunas para avaliar características da modernidade avançada no discurso dito	64
Figura 11 – Coluna para avaliar a relação com o tempo de lazer no discurso dito	65
Figura 12 - Colunas para avaliar características da modernidade avançada no discurso não dito.....	66
Figura 13 - Coluna para avaliar a relação com o tempo de lazer no discurso não dito	66
Figura 14 - Página do Instagram de Renato Cariani	68
Figura 15 - Número médio de curtidas por categoria de postagem de Renato Cariani.....	73
Figura 16 - O discurso “dito” e “não dito” nas fotos e vídeos.....	74
Figura 17 - O discurso “dito” e “não dito” somente nos vídeos	76
Figura 18 - O discurso “dito” e “não dito” somente nas fotos.....	77
Figura 19 – Postagem que reflete características do individualismo contemporâneo	85
Figura 20 - Postagem que reflete características do individualismo contemporâneo	86
Figura 21 - Postagem que reflete características do consumismo	90
Figura 22 - Postagem que reflete características do consumismo	91
Figura 23 - Postagem que reflete características da positividade tóxica.....	95
Figura 24 - Postagem que reflete características da positividade tóxica.....	96
Figura 25 - Postagem que reflete características de influência no tempo livre	99
Figura 26 - Postagem que reflete características de influência no tempo livre	100

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO E JUSTIFICATIVA	13
1.2 OBJETIVOS DA PESQUISA	17
1.3 ESTRUTURA DO TRABALHO.....	18
2 REVISÃO DE LITERATURA	19
2.1 SOBRE O FISCULTURISMO	19
2.2 INFLUENCIADORES DIGITAIS E A TRANSFORMAÇÃO DO CONSUMO E DAS RELAÇÕES SOCIAIS.....	25
2.3 FISCULTURISMO: CULTURA DO CORPO.....	38
2.4 LAZER SÉRIO DE ROBERT A. STEBBINS E APLICAÇÃO NESTE CONTEXTO	47
2.5 CONTEXTO SOCIAL CONTEMPORÂNEO	48
2.6 REFERÊNCIA À OBRA DE NORBERT ELIAS: PARA EVITAR O CARÁTER HAGIOGRÁFICO	55
3 METODOLOGIA	57
3.1 SUJEITO DO ESTUDO	57
3.2 ABORDAGEM METODOLÓGICA.....	60
3.3 FERRAMENTA PARA ANÁLISE DO CORPUS	62
3.4 DETALHANDO A TABELA	67
3.5 PREENCHIMENTO DA FERRAMENTA.....	68
4 RESULTADOS	72
4.1 SOBRE AS CURTIDAS OU <i>LIKES</i>	72
4.2 QUANTIDADE DE VISUALIZAÇÕES E PALAVRAS-CHAVE	73
4.3 SOBRE OS DISCURSOS	73
5 DISCUSSÃO	80
5.1 O PODER DOS <i>LIKES</i> : A MOEDA SOCIAL DA INFLUÊNCIA.....	79
5.2 CONTAGEM DE OLHARES: SOBRE O NÚMERO DE VISUALIZAÇÕES	81

5.3 SOBRE AS PALAVRAS-CHAVE	83
5.4 O DISCURSO “DITO” E “NÃO DITO”	84
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	104
REFERÊNCIAS.....	109

1 INTRODUÇÃO

O fisiculturismo é uma modalidade competitiva derivada da musculação, na qual os participantes competem individualmente por meio de poses coreografadas que realçam silhuetas corporais desenvolvidas por meio de treinamento rigoroso com pesos (Estevão, 2005). Apesar de não se saber exatamente quando surgiu, registros de simetria corporal e competições de beleza datam da Grécia Antiga (Leighton, 1987). No Brasil, o fisiculturismo conquistou maior representatividade na década de 1940, quando o Grupo Força e Saúde organizou os primeiros campeonatos nacionais e estaduais e publicou a primeira revista especializada no país (Neves, 2012). Desde então, a modalidade tem obtido visibilidade e adesão crescente.

Um dos principais divulgadores dessa modalidade foi Bernarr Macfadden, considerado o “pai da cultura física”. Sua obra *Physical Culture*, publicada entre 1899 e 1912, defende a promoção da saúde por meio de exercícios físicos, alimentação adequada e estilo de vida saudável. Suas contribuições ajudaram a definir os princípios essenciais do fisiculturismo, ainda seguidos hoje (Macfadden, [s.d.]).

Antes dele, Eugen Sandow, o “pai do fisiculturismo”, também enfatizou a disciplina, o desenvolvimento físico e a relação mente-corpo, popularizando a prática dessa modalidade (Crompton, 2011). Os fisiculturistas dedicam tempo significativo à preparação para competições, seguindo rotinas extenuantes de treinamento, dietas rigorosas e técnicas especializadas para maximizar o crescimento muscular (Estevão, 2005). Em contraste, os praticantes de musculação têm objetivos mais voltados à manutenção da forma física, ganho de força ou resistência, sem buscar a hipertrofia extrema (Luz e Sabino, 2007).

Além disso, há um grupo intermediário, denominado “veteranos”, que apresenta desenvolvimento muscular acima da média, mas sem o volume dos fisiculturistas. Esses frequentadores de academias desfrutam de reconhecimento social sem a dedicação extrema dos competidores profissionais (Luz e Sabino, 2007, p. 56).

Há, porém, entre os praticantes comuns e os últimos, um meio termo que denominamos veteranos. Não têm a grande quantidade de massa muscular dos fisiculturistas, mas possuem certo status entre os frequentadores das salas de musculação. Ao contrário do fisiculturista, o frequentador veterano não raro desfruta da admiração de grande parte das mulheres, e, devido a tal fato, da admiração masculina também; pois exibem músculos acima da média da maioria das pessoas comuns. Diferente dos fisiculturistas, porém, possuem musculatura menos hipertrofiada.

A musculação é fundamental para a preparação dos fisiculturistas, mas, para muitos praticantes, ela transcende o exercício físico e se torna uma forma de lazer e satisfação pessoal (Prazeres, 2007). Assim, a relação entre fisiculturismo e musculação é complexa, abrangendo preparação competitiva, motivação pessoal e bem-estar individual.

Embora o fisiculturismo esteja fortemente associado à cultura *fitness*, sua ênfase na estética extrema afasta-se dos conceitos tradicionais de saúde. As exigências competitivas impõem padrões rigorosos que podem comprometer o bem-estar físico. Dessa forma, essa prática reflete uma busca intensa por um corpo idealizado, moldado por ideais contemporâneos de beleza e performance (Jaeger, 2009).

O crescimento da indústria *fitness* e a disseminação dessas práticas nas redes sociais ampliaram o alcance do fisiculturismo transformando-o em um fenômeno cultural e econômico. Essa modalidade influencia a percepção social que se tem do corpo e os comportamentos relacionados à saúde e estética (Liokaftos, 2017; Goldenberg, 2006).

Nesse contexto, influenciadores digitais desempenham papel crucial na difusão dessa cultura. A análise dos discursos feitos por personalidades como Renato Cariani pode revelar como os valores contemporâneos — individualismo, consumismo e positividade tóxica — são comunicados e adotados por seus seguidores. Este estudo busca compreender essas dinâmicas por meio de uma análise crítica, fundamentada em autores como Byung-Chul Han e Zygmunt Bauman, das postagens de Cariani no Instagram.

Diante desse cenário, surgem alguns questionamentos acadêmicos. Em que medida o discurso de Renato Cariani reflete ou contesta os valores predominantes na sociedade contemporânea? Suas declarações enfatizam o individualismo e as conquistas pessoais de forma excessiva? Como o consumismo é retratado em suas práticas e comunicações, e de que maneira ele promove produtos e estilos de vida relacionados ao corpo? Além disso, a sua retórica motivacional incorpora elementos de positividade tóxica, reforçando a necessidade constante de superação e a idealização da felicidade? E, finalmente, o discurso de Cariani influencia a forma como seus seguidores administram seu tempo livre? Estas questões orientam a presente pesquisa e propõem uma análise aprofundada e crítica de suas postagens no Instagram na busca de como refletem valores contemporâneos acima citados.

1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO E JUSTIFICATIVA

O fisiculturismo, ao longo das décadas, emergiu como uma prática física e cultural que causa um profundo impacto na sociedade contemporânea. Essa prática, que enfatiza o

desenvolvimento muscular e a estética corporal, evoluiu de um nicho restrito para uma influência difundida que transcende fronteiras geográficas, faixas etárias e gêneros. O crescimento do fisiculturismo e sua influência na cultura moderna são reflexos das transformações mais amplas que ocorreram sobre a percepção do corpo, saúde e bem-estar na sociedade contemporânea. Junto a isso cresceram também os discursos e imagens que divulgam e propagam o fisiculturismo. A relevância desta pesquisa reside na compreensão de como o fisiculturismo, por meio do discurso de um influenciador digital de destaque, se insere e influencia a sociedade contemporânea.

A prática do fisiculturismo vai além de meramente exercitar o corpo; é uma manifestação cultural que exerce uma influência notável na percepção contemporânea que se tem do corpo e da saúde. Reconhecer o seu papel é importante para a análise das dinâmicas culturais e sociais em constante evolução.

Essa atividade não se encerra nela mesma, muito pelo contrário, ela revela valores individuais e societários por meio de uma prática corporal narcísica, individual e, acima de tudo, estética. A aparência, e não a saúde, predomina e se justifica. O corpo “besuntado” de óleo ilumina ainda mais o exterior epidérmico captando os olhares curiosos que buscam incessantemente a perfeição. Compreender esta prática é, acima de tudo, compreender seus personagens e suas inserções sociais. O corpo contemporâneo é objeto de estudo e nos revela as convicções e condutas da sociedade atual.

Nesse contexto, os influenciadores digitais desempenham um papel fulcral na disseminação de tendências e valores relacionados a essa cultura. Esses indivíduos, por meio das plataformas digitais, representam uma forma de pensamento, um discurso digital. Seguidos fielmente por milhões de pessoas, os influenciadores contemporâneos agem como “líderes de seitas” e, tal quais algumas instituições religiosas, monetizam concomitantemente aos sermões (Fisher, 2023). Portanto, a análise do discurso de um influenciador do fisiculturismo pode proporcionar ideias sobre como as concepções acerca de algumas características da sociedade contemporânea são comunicadas e possivelmente adotadas pelo público em geral.

Além disso, ao analisar a produção acadêmica sobre fisiculturismo e seus desdobramentos culturais, uma lacuna explícita emerge. A pesquisa realizada em duas importantes bases de dados (SciELO e CAPES) e no site do Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer (PPGIEL) confirma a escassa representatividade do tema no campo acadêmico. Ao utilizar as palavras-chave "fisiculturismo" e "lazer",

identificou-se que no Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer (PPGIEL) não há nenhuma produção relacionada ao fisiculturismo. No portal Scielo, apenas 15 estudos foram encontrados para "fisiculturismo", enquanto o portal CAPES apresentou 53 resultados. Em contraste, a palavra "lazer" gerou 985 resultados no Scielo e 9.189 no CAPES, indicando que o lazer como objeto de estudo é amplamente abordado, mas dissociado do recorte proposto neste trabalho.

O gráfico abaixo mostra os resultados obtidos a partir da busca pela palavra “fisiculturismo” no portal Scielo.

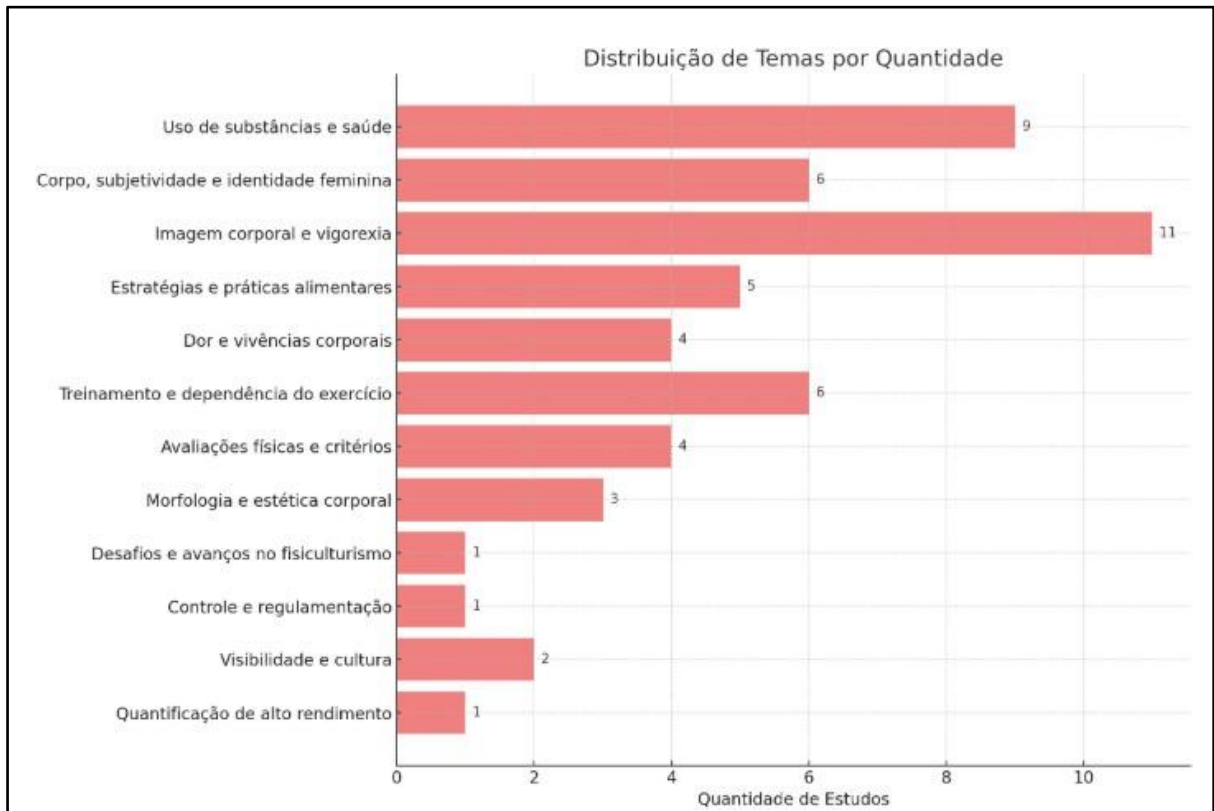
Figura 1 - Resultado da busca no portal Scielo



Fonte: Elaborado pelo próprio autor

O gráfico a seguir revela os resultados obtidos a partir da busca pela palavra “fisiculturismo” no portal CAPES.

Figura 2 - Resultado da busca no portal CAPES



Fonte: Elaborado pelo próprio autor

A análise da distribuição dos temas encontrados a partir da busca realizada revela que nenhum deles apresenta uma conexão direta com o enfoque deste estudo. Embora abordem questões relevantes, os temas identificados não estabelecem aproximações significativas com os objetivos e a abordagem desenvolvida nesta pesquisa.

Mesmo entre as análises mais aprofundadas relacionadas ao fisiculturismo, observa-se que os temas predominantes não dialogam diretamente com questões como lazer sério, características da contemporaneidade (individualismo, consumismo e positividade tóxica), nem com as implicações culturais e sociais do discurso promovido por influenciadores digitais nesse campo. Essa ausência demonstra que as conexões entre o fisiculturismo, os discursos digitais e as lógicas dominantes da sociedade contemporânea permanecem pouco exploradas.

Tal fato representa um risco à medida que a academia, ao não problematizar essas questões, acaba por naturalizar práticas e comportamentos que refletem dinâmicas sociais importantes, mas que carecem de reflexão crítica. A falta de manifestação de estudos nesse

recorte também invisibiliza os impactos culturais e sociais dessas práticas, deixando de propor alternativas ou perspectivas mais amplas para compreendê-las.

Portanto, a importância deste trabalho reside justamente na necessidade de ampliar a discussão acadêmica sobre as interseções entre fisiculturismo, discursos digitais e as lógicas de subjetivação na sociedade contemporânea. A análise do discurso de Renato Cariani oferece um caminho para auxiliar na compreensão de como valores que dizem respeito ao individualismo, consumismo e positividade tóxica são disseminados para seus seguidores, influenciando a percepção deles sobre corpo, sobre a organização do tempo livre e sobre as práticas culturais associadas ao lazer.

Ao trazer para o debate acadêmico um tema contemporâneo e ainda pouco explorado, este estudo contribui para uma reflexão mais ampla sobre a relação entre corpo, cultura e sociedade no contexto das redes sociais e da influência digital. Assim, busca-se compreender as dinâmicas sociais e culturais em torno do fisiculturismo e problematizar os impactos dessas práticas na formação de subjetividades e na organização do tempo livre, promovendo um diálogo crítico e interdisciplinar no campo dos estudos do lazer e da cultura corporal.

1.2 OBJETIVOS DA PESQUISA

1.2.1 Objetivo geral

Analisar se o discurso de Renato Cariani reflete ou contesta as lógicas dominantes da sociedade contemporânea, com ênfase nas noções de individualismo, consumismo, positividade tóxica e a influência desse discurso no que diz respeito ao tempo livre de seus seguidores.

1.2.2 Objetivos específicos

- Investigar as manifestações de individualismo presentes no discurso de Renato Cariani, verificando se o discurso possui foco excessivo no “eu” e se concentra predominantemente nas conquistas individuais.
- Analisar como o consumismo é representado nas suas práticas e comunicações através da promoção de produtos, serviços e estilos de vida vinculados ao corpo.
- Identificar e discutir a presença da positividade tóxica no discurso motivacional de Cariani, conectando essa abordagem à exigência de superação constante e ao culto da felicidade como valor social.
- Verificar o discurso de Cariani no que diz respeito a como ele sugere o uso do tempo livre para os seus seguidores.

1.3 ESTRUTURA DO TRABALHO

O estudo abordará inicialmente o impacto da influência tecnológica na formação das subjetividades. Serão analisados os procedimentos e modos pelos quais as redes sociais utilizam imagens para reforçar identidades, controlar comportamentos e explorar dados. Esse controle tecnológico será discutido em sua capacidade de infiltrar e condicionar a vida cotidiana, transformando hábitos e relações pessoais.

Em seguida, será explorada a questão das formas contemporâneas de colonização, destacando as biopolíticas de poder que operam para regular a vida e o consumo. Nesse contexto, serão discutidos os mecanismos que aprofundam o controle sobre os corpos e subjetividades, apresentando como essas lógicas de domínio se manifestam na sociedade contemporânea.

Posteriormente, o estudo tratará sobre o conceito de “cultura” na sociedade atual e dentro do universo específico do fisiculturismo. Será investigada a “cultura do fisiculturismo” como um fenômeno que promove padrões estéticos e influencia os modos pelos quais os indivíduos constroem e representam suas identidades.

A partir dessa perspectiva cultural, será exposta a representação social dos seguidores de influenciadores como Renato Cariani. O estudo buscará examinar certos padrões estéticos gerados por essa cultura específica e abordará alguns possíveis impactos sobre seus participantes.

A seguir, o trabalho refletirá sobre a conjuntura social vigente, com ênfase em temas como tempo livre, consumismo, individualismo e positividade tóxica, para averiguar os significados desses termos e como eles aparecem na atualidade.

Em seguida, será feita a descrição sobre a abordagem metodológica, na seção de Metodologia, incluindo a seleção e análise do corpus (o discurso dito e não dito de Renato Cariani) e as ferramentas de análise do discurso que serão utilizadas. A seção de Resultados apresentará o que foi apurado a partir da análise das postagens de Renato Cariani, abordando três eixos principais presentes na contemporaneidade: individualismo, consumismo e positividade tóxica, além de averiguar a atuação do influenciador sobre seus seguidores a respeito de como podem ou devem administrar seu tempo livre.

Na seção de Discussão, ocorrem as implicações teóricas e empíricas dos resultados, com a identificação sobre as limitações do estudo e sugestões de caminhos para pesquisas futuras.

Por fim, a Conclusão, apresenta uma síntese dos principais resultados e as considerações finais resultantes desta pesquisa, seguida pelas Referências Bibliográficas que embasam este trabalho. Essa estrutura permitirá uma abordagem para a investigação da influência do fisiculturismo e do influenciador digital na sociedade contemporânea.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 SOBRE O FISICULTURISMO

2.1.1 Resgate Histórico

No período de transição entre os séculos 19 e 20, existia um extenso espaço de mudanças sociais, econômicas, culturais que evidenciavam, também, a exposição ou lugar do corpo frente às novas e ainda inacabadas transformações. Manuela Hasse (2003) indica que, naquele período histórico, emergiu uma nova percepção caracterizada, por um lado, pela censura das extravagâncias e, por outro, pela otimização das metodologias de intervenção e instrução corporal.

Como exemplificação dessa lógica, pode-se pensar sobre o surgimento na Europa dos métodos ginásticos. De acordo com Soares e Moreno (2015), tais concepções são decorrentes da instauração de novas formas de morar, de vestir, de alimentar, de amar, de falar, de educar, enfim, de viver. Novas correntes filosóficas e avanços científicos emergem, influenciando diretamente e, por conseguinte, moldando novas perspectivas no que concerne ao corpo: observação, intervenção e instrução corporal.

Ainda de acordo com as autoras supracitadas, no contexto de novas concepções, comportamentos e atitudes em relação aos indivíduos e à sociedade, surgiram em várias nações formulações científicas substancialmente mais precisas e especializadas, amplamente aceitas na comunidade intelectual, concernentes às práticas físicas e ao papel delas na educação e na promoção da saúde. Esse movimento a favor das atividades físicas, resultante de uma abordagem renovada e mais favorável a elas, teve sua origem e configuração entre o final do século 18 e o início do século 20. Nesse contexto, as intervenções corporais atuam no sentido de produzir certos corpos concebidos dentro de um padrão estético e funcional.

Outrossim, os avanços da compreensão sobre anatomia e fisiologia humana durante os séculos 18 e 19 contribuíram para um entendimento mais profundo sobre músculos e estrutura corporal. Essa compreensão científica forneceu, também, uma base para o treinamento do fisiculturismo.

A título de exemplificação desse contexto, Hermann von Helmholtz (1821-1894), um físico e fisiologista alemão do século 19, fez importantes contribuições para a compreensão da fisiologia humana. Ele estudou fisiologia muscular e nervosa, avançando o conhecimento sobre a contração muscular e o funcionamento dos nervos. Potencialmente, ele sugestionou indiretamente o treinamento corporal posterior, o que influenciou também o fisiculturismo.

Por outro lado, a admiração pela estética dos corpos atléticos da Grécia e Roma antigas também desempenhou um papel significativo no desenvolvimento do fisiculturismo. Naquelas civilizações antigas, atletas e competidores, como os icônicos gladiadores romanos, eram amplamente reverenciados por suas formas físicas imponentes. De acordo com Cassimiro e Galdino (2012), os antigos gregos eram notáveis por seu contínuo cultivo das esferas relacionadas à estética e à promoção do intelecto, incluindo áreas como a Metafísica, a Política e a Ética. No contexto deste entendimento, a prática da ginástica era intrinsecamente associada à busca pela força física e à valorização da beleza como aspectos fundamentais na formação do cidadão grego.

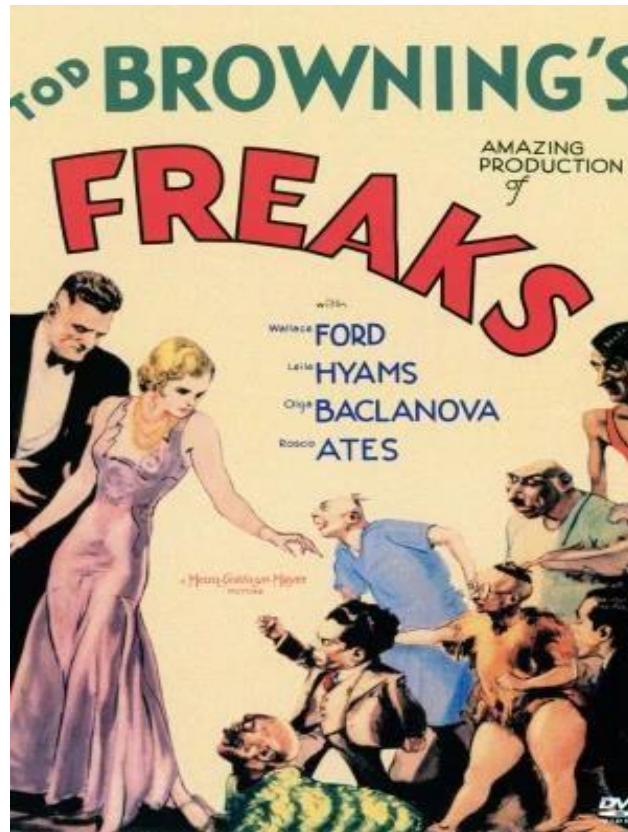
Essa admiração pela harmonia e força do corpo humano nunca desapareceu completamente ao longo da história e, de fato, ressurgiu vigorosamente durante o século 19. Nesse período, circos e exposições itinerantes ganharam destaque, frequentemente apresentando, também, homens e mulheres fortes como atrações principais. Essas exposições públicas ajudaram a popularizar a ideia de exibir corpos musculosos como entretenimento, refletindo a contínua fascinação pela capacidade humana de transformar o corpo.

É interessante apontar, conforme Fabri e Fischer (2017), que durante a segunda metade do século 19 e as primeiras décadas do século 20, emergiu como uma forma de entretenimento popular nas ruas de Paris e nos parques de diversões em Londres a prática de contemplar espetáculos que apresentavam anomalias humanas nos espaços denominados *entre-sorts* (entra e sai), localizados nos passeios públicos frequentemente encontrados em feiras e vias públicas da capital francesa.

Dentre essas apresentações estavam, igualmente, as pessoas muito fortes, com músculos voluptuosos, cuja imagem chamava atenção e se diferenciava em relação à multidão. Faziam demonstrações de força e poses. Uma das famosas referências é o filme norte americano *Freaks*, de 1932, do diretor Tod Browning. O filme narra a história de um anão que trabalha em um circo e se apaixona pela amazona Cleópatra (já comprometida com o indivíduo musculoso). Esta, por sua vez, aproveita-se da situação para casar-se com o anão e apossar-se de sua fortuna, em conluio com seu cúmplice e amante, o domador de animais

Hércules (o homem forte). No entanto, o plano fracassa devido à descoberta por parte dos outros membros considerados *freaks* do circo. Eles desmantelam a conspiração e os culpados enfrentam punição pelos seus atos.

Figura 3 - Pôster do filme *Freaks* de 1932



Fonte: Media Nation. Disponível em: <https://dankennedy.net/2023/06/28/how-freaks-helped-normalize-people-with-disabilities-an-excerpt-from-little-people/>. Acesso em: 28/08/2023

Esses locais de espetacularização de características fenotípicas divergentes adquiriram destaque devido a diversos fatores históricos e culturais que surgiram naquela época. No entanto, é importante destacar, como apontado por Mendes *et al.* (2016), que há uma evidente tendência evolutiva na qual indivíduos da mesma espécie demonstram um profundo fascínio e curiosidade quando se deparam com notáveis discrepâncias em termos de características físicas alheias.

A valorização intensa e crescente da aparência do corpo é uma tendência que tem sido observada ao longo do tempo. Essa ênfase é particularmente evidente no mundo do fisiculturismo, como lembram Luz e Sabino, (2006, p. 4) “o fisiculturismo é a competição estrita da forma. O praticante posiciona-se diante de um júri que vai julgar sua aparência física; mais especificamente o volume e a suposta harmonia de sua conformidade muscular”.

A prática é um concurso de beleza e seus adeptos desejam se adequar a um molde específico considerado ideal nesse contexto.

Essa modalidade insere-se numa perspectiva interessante por exaltar a grandeza dos músculos sem inserção de limites para esse fim. Todavia, indica-se um rigoroso sistema de hábitos e comportamentos diversos que devem ser executados de forma comedida para a obtenção, manutenção e cuidado com os corpos construídos como referência a obras de arte, moldados com zelo e tempo.

Com a chegada dos pioneiros, como Eugen Sandow (1867 – 1925), o fisiculturismo começou a tomar forma de maneira mais organizada e sistemática. Sandow, muitas vezes chamado de “Pai do Fisiculturismo Moderno”, aprimorou seu próprio corpo de maneira metódica e compartilhou seus conhecimentos e habilidades por meio de exposições públicas. Sua dedicação à promoção da saúde, da forma física e da força, estabeleceu as bases para o que hoje reconhecemos como fisiculturismo. De acordo com Crompton (2011), a notoriedade de Sandow foi tamanha que ele foi nomeado Professor de Cultura Científica e Física pelo Rei George V. Além disso, Sandow compartilhou seus métodos de exercício e treinamento físico por meio de várias mídias, incluindo exposições no Museu de História Natural de Londres e sua participação em um filme cinetoscópico de Thomas Edison.

Durante a década de 1890, ainda de acordo com Crompton, Sandow dirigiu sete escolas de cultura física, realizou apresentações e palestras, escreveu alguns tratados sobre força, saúde mental e física. Eugen Sandow desempenhou um papel chave nas discussões sobre o corpo masculino no final do século 19.

O fisiculturismo, como modalidade e forma de expressão física, ganhou notoriedade significativa durante as décadas de 1940 e 1950. Este período marcou um momento imperativo na história desse fenômeno, com a emergência de figuras proeminentes como Steve Reeves (1926-2000) e Reg Park (1928-2007), que não somente revolucionaram sua prática, mas igualmente contribuíram para sua disseminação global.

Steve Reeves, conforme a *Encyclopaedia Britannica*, 2023, nasceu em 1926, emergiu como um dos fisiculturistas mais influentes e carismáticos da década de 1940. Reeves começou a ganhar reconhecimento ao conquistar o título de Mr. America em 1947 e, posteriormente, o prestigioso título de Mr. Universo em 1950. No entanto, seu impacto transcendeu as competições de fisiculturismo, pois ele também conquistou uma carreira de sucesso no cinema.

Reeves estrelou em filmes icônicos da época, como *Hércules* (1958), *O gigante de Marathon* (1959), *O filho de Spartacus* (1963), dentre vários outros, produções nas quais seu físico imponente e sua presença carismática o transformaram em um ícone cinematográfico. Esses filmes cativaram audiências em todo o mundo e posicionaram o fisiculturismo no centro das atenções da cultura popular, inspirando inúmeras pessoas a se envolverem nesse estilo de vida e a buscarem uma vivência, teoricamente, mais saudável e atlética.

Figura 4 - Steve Reeves no filme *As façanhas de Hércules* (1958).

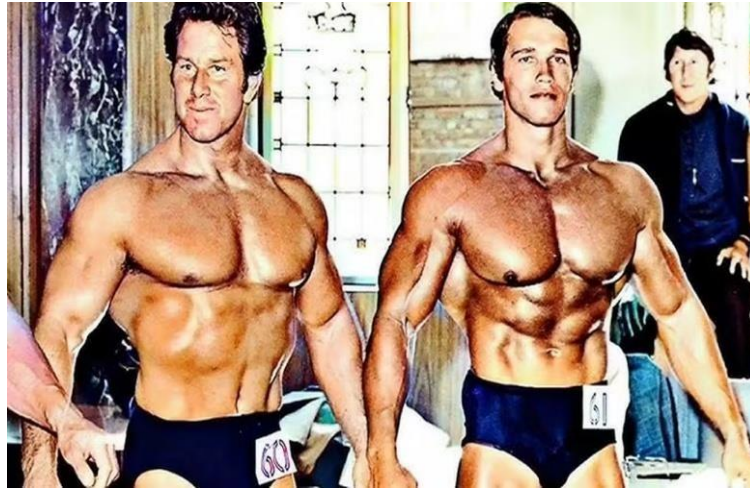


Fonte: Mubi. Disponível em: <https://mubi.com/pt/br/films/hercules-1958>. Acesso em: 30/08/2023

Enquanto Steve Reeves conquistava corações em Hollywood, Reg Park, originário do Reino Unido, emergia como outra figura-chave na disseminação internacional do fisiculturismo. Park venceu o título de Mr. Universo em 1951, 1958 e 1965, solidificando sua posição como um dos melhores fisiculturistas da época. Sua dedicação e habilidade notáveis não apenas o tornaram um campeão, mas também um exemplo inspirador para muitos aspirantes a fisiculturistas em todo o mundo.

Além de suas conquistas no fisiculturismo, Park também seguiu os passos de Reeves e encontrou sucesso no cinema, desempenhando o papel de Hércules em uma série de filmes populares. Sua presença nas telas contribuiu para aumentar a visibilidade do fisiculturismo no Reino Unido e em outras partes do mundo, levando mais pessoas a adotarem essa prática.

Figura 5 - Reg Park e Arnold Schwarzenegger no NABBA Universe Pro em 1970



Fonte: Globo Esporte. Disponível em: <https://ge.globo.com/fisiculturismo/reportagem/2024/11/09/c-reg-park-conheca-o-hercules-que-inspirou-arnold-schwarzenegger.ghtml>. Acesso em: 12/11/2024

Suas realizações e influência contribuíram para que o fisiculturismo saísse das margens e se tornasse parte integrante da cultura popular, inspirando gerações futuras de atletas e entusiastas da aptidão física. Assim, as décadas de 1940 e 1950 são lembradas como um período crucial na história do fisiculturismo, graças ao impacto duradouro de figuras como Reeves e Park.

Já nas décadas posteriores, de 1960 a 1970, ocorreu o que se conhece como a Era de Ouro do fisiculturismo. Joe Weider criou o Mister Olympia, um campeonato mundial de fisiculturismo, cujo primeiro vencedor foi Larry Scott, no entanto, a maior influência dentro dessa modalidade é o famoso Arnold Schwarzenegger, vencedor em sete competições. Ele se tornou muito conhecido, uma figura de referência para os admiradores dessa disputa. Interessante pontuar que Arnold não foi o maior vencedor da competição, tal façanha foi conquistada por Lee Haney e Ronnie Coleman, cada um com oito conquistas. (Serrão *et al.*, 2021).

Todas essas personalidades ajudaram na propagação da modalidade por todo o mundo, popularizando o fisiculturismo globalmente. Nas décadas de 1980 a 1990 a notoriedade do fisiculturismo continuou a crescer, com competidores como Lee Haney, Dorian Yates e Ronnie Coleman se destacando e estabelecendo novos padrões de tamanho e definição muscular. O fisiculturismo contemporâneo, a partir da década de 2000, se tornou mais acessível com a disseminação da informação através da internet e das redes sociais. Atletas como Phil Heath e Kai Greene mantiveram o esporte em destaque, mantendo um alto nível de competitividade.

A cultura do corpo no fisiculturismo é profundamente influenciada por ideais de beleza que promovem a musculatura e a definição como características primordiais de um físico desejável. No mundo do fisiculturismo, a estética é moldada por padrões que valorizam a proporção, simetria, baixo percentual de gordura e músculos bem desenvolvidos. (Jaeger, 2009). Esses padrões têm sido historicamente influenciados por figuras icônicas do fisiculturismo, como Arnold Schwarzenegger e Ronnie Coleman, que incorporaram esses ideais em suas carreiras.

Conforme Luz e Sabino (2006), o treinamento e a dieta são os pilares fundamentais que permitem aos fisiculturistas alcançarem esses padrões estéticos. Os fisiculturistas dedicam-se a rotinas de treinamento intensas, que incluem exercícios de levantamento de peso e resistência, visando hipertrofia muscular e definição. Esses regimes são frequentemente acompanhados por dietas rigorosas, que controlam a ingestão de calorias, macronutrientes e nutrientes específicos para otimizar o crescimento muscular e a perda de gordura. A combinação precisa de treinamento e nutrição é essencial para esculpir o corpo de acordo com os padrões de beleza do fisiculturismo.

No que se refere às competições de fisiculturismo, essas abrangem diversas categorias, cada uma com critérios específicos de julgamento. As categorias masculinas e femininas podem incluir fisiculturismo clássico, fisiculturismo moderno, *body fitness*, *figure* e *wellness*, entre outras. Cada categoria tem suas próprias diretrizes em relação à massa muscular, proporção corporal, definição muscular e pose. Os competidores são avaliados em comparação com os critérios estabelecidos para cada categoria, e aquele que melhor incorpora os padrões estéticos e físicos específicos é declarado vencedor.

Em resumo, a cultura do corpo no fisiculturismo reflete ideais de beleza que valorizam músculos bem definidos, proporções harmônicas e baixo percentual de gordura. Esses ideais são moldados por figuras proeminentes da modalidade e são alcançados por meio de treinamento rigoroso e dieta disciplinada.

Atualmente, também por influência dos fisiculturistas, sobretudo dos que são influenciadores digitais, observa-se um crescimento significativo na adesão à musculação e à prática de exercícios físicos em academias, o que tem culminado em uma valorização cada vez maior do corpo “socialmente desejado”. Embora essas atividades ofereçam uma ampla gama de benefícios, incluindo melhorias na saúde e na qualidade de vida, se forem realizadas de maneira correta, é provável que muitas pessoas ainda se motivem principalmente pela

perspectiva de aprimoramento da estética corporal proporcionada por tais práticas (Liz e Andrade, 2016).

Além dessa busca pelo que é muitas vezes valorizado como belo, percebe-se através da escuta dos praticantes, por meio das redes sociais, e outros veículos de comunicação, que a prática de atividade física, incluindo o fisiculturismo, é um estilo de vida escolhido e vivenciado entre os que a executam. Existe um prazer em se diferenciar, em tornar-se um modelo fora do convencional.

Nessa perspectiva de propagação da lógica do que é belo ou não, das constantes influências contemporâneas sobre o modo de viver, é importante lembrar o papel da mídia, constituída por inúmeras intenções, projeções, perspectivas, ideologias. A veiculação de informação está muito presente e faz parte do dia a dia dos sujeitos. Essa perspectiva será tratada no capítulo seguinte.

2.2 INFLUENCIADORES DIGITAIS E A TRANSFORMAÇÃO DO CONSUMO E DAS RELAÇÕES SOCIAIS

Atualmente, através do maior acesso à internet, as pessoas estão mais ligadas, de modo obsessivo, em seus celulares, notebooks e outros aparelhos cuja conexão e navegação são possíveis. De acordo com a *International Telecommunication Union*, agência pertencente à ONU, mais da metade da população mundial tem acesso à internet.

Essa possibilidade de comunicação e entretenimento, a todo momento, possibilitou trocas e interações em diversos assuntos e sob amplas produções (texto, vídeo, áudios). Os usuários podem, de forma contínua, trabalhar em informações provenientes de diversas fontes e divulgá-las, ao mesmo tempo em que disponibilizam seus próprios dados, permitindo que terceiros os utilizem da maneira que desejarem (O'Reilly, 2007).

De acordo com Soares, Pereira e Soares (2021), nos dias atuais, dentro desse cenário, surgem indivíduos que conseguem alcançar notoriedade em sites, blogs e, mais recentemente, nas redes sociais digitais, desempenhando o papel de serem agentes com capacidade seletiva, no que se refere às informações na internet, e são amplamente reconhecidos como especialistas em seus respectivos campos.

Essa transformação também é vista na evolução dos termos usados para descrever esses indivíduos. Até 2014, as mulheres que compartilhavam conteúdo sobre moda em blogs eram conhecidas simplesmente como “blogueiras de moda”, assim como os homens que abordavam diferentes nichos, como jogos ou decoração, eram chamados de “blogueiros”.

Entretanto, a partir de 2015, houve uma mudança na conjuntura digital radial que afetou sobremaneira as terminologias, com um movimento para redefinir esses termos em um novo contexto discursivo (Karhawi, 2017).

Uma das terminologias abordadas pela autora é a de “influenciador digital”, cujas características são: alto poder de influência, milhares ou milhões de seguidores, propagadores de empresas e/ou serviços. Para Kauak (2020), o termo influenciador digital é:

(...) alguém que possui uma audiência que o segue e o acompanha nas redes sociais através do conteúdo que ele produz. São pessoas suficientemente relevantes a ponto de impactar o comportamento ou as escolhas do seu público (Kauak, 2020).

Conforme o número de seguidores, Kauak (2020) sugere uma classificação para os influenciadores: acima de 1 milhão de seguidores, podem ser considerados celebridades; de 500 mil a 1 milhão de seguidores, mega Influenciador; de 100 mil a 500 mil seguidores, macro influenciador; de 10 mil a 100 mil seguidores, micro Influenciador; de 1 mil a 10 mil seguidores, nano influenciador; até mil seguidores, *Everyday Influencer*. Dentro dessa classificação, Renato Cariani pode ser categorizado como “celebridade”, pois tem milhões de seguidores em cada uma das suas diferentes redes sociais.

Quais são os meios para atrair tantos seguidores? Podem ser vários. Existem diversas estratégias utilizadas pelos influenciadores nas redes sociais. Dentre elas: conteúdo bem elaborado, característico de início, meio e fim; identidade visual marcante e coerente com a temática trabalhada; uso de hashtags de forma adequada (palavra-chave, que vem em seguida do símbolo #); postagens com frequência e de forma diversificada entre fotos e vídeos, busca por interação. (Dos Santos; Durão, 2021).

Kotler (2017, p. 191) ressalta que “nem todos os públicos são iguais, e, quando o conteúdo alcança influenciadores-chave no grupo de público visado, esse conteúdo tem mais chance de viralizar”. Compreende-se, assim, a importância dos nichos na consolidação de uma marca, serviço ou área de interesse. Cada tipo de produto demanda influenciadores específicos alinhados com as características e objetivos das marcas, produtos ou serviços.

Outrossim, ao perceber que o público voltado ao consumo investe boa parte de seu tempo acompanhando celebridades da web, as empresas identificaram a oportunidade de compartilhar seus conteúdos por meio dos perfis dos influenciadores. Essa estratégia se fundamenta na capacidade destes de promover uma publicidade personalizada, estabelecendo uma maior proximidade entre o consumidor e a marca, e, por conseguinte, interferir diretamente o comportamento de seu público-alvo (Himmick, 2016).

Isso acontece com Cariani e suas empresas. Ele é o principal divulgador de suas marcas de roupas, suplementos e canais em mídias sociais. Seu público tem interesse em consumir produtos ou serviços ligados ao universo *fitness*. Ao perceber esse movimento, ele atua como influenciador em seu próprio canal dentro da mídia social.

Essa dinâmica cria relações e tem poder na tomada de decisão do consumidor (Schinaider; Barbosa, 2019). Esse último fator, segundo Elim e Melim (2017), decorre do modo produtivista e acelerado pelo qual todos são submetidos atualmente. Tal modo faz com que as pessoas necessitem de outras, que teoricamente são especializadas em determinados temas, para escolher o que precisam, para tomar a decisão certa sem “perder tempo”. Os influenciadores digitais podem usufruir de estratégias para convencer, ainda que inconscientemente, e atuar nas escolhas dos seus seguidores (Cialdini 2012).

Cialdini (2012) fala sobre o *Princípio da autoridade*. Tal princípio revela uma tendência de as pessoas agirem mediante incentivo de sujeitos autorizados a falarem sobre um tema demonstrando que são inteligentes e imponentes. Os influenciadores estabelecem, também, uma relação única com seus seguidores baseada na autenticidade e na proximidade emocional. Conforme Pasquotto, Vieira e Andreoli (2022):

[...] os influenciadores digitais de fato interferem na reação emocional dos consumidores às peças publicitárias protagonizadas por eles, tanto em termos de direcionamento de visualizações/fixações, quanto de mensuração objetiva ulterior.

Ao compartilharem suas vidas, opiniões e experiências, criam-se laços de confiança e empatia. Essa conexão torna os influenciadores portadores de uma persuasão poderosa, capaz de moldar perspectivas e crenças. Moreira, Lôbo e Da Silva (2018) ressaltam que os influenciadores digitais estabelecem uma forte conexão com seu público ao criar tendências de convencimento e promover sua própria imagem. Eles, igualmente, desempenham um papel essencial na divulgação de marcas, seja de forma sutil ou mais direta, utilizando o carisma e a interatividade das redes sociais como ferramentas estratégicas de merchandising. Essas práticas intensificam a relação com os seguidores, ampliando o impacto das campanhas publicitárias.

Esse vínculo consegue estabelecer comportamentos, moldes e ações nas redes sociais e em toda a sociedade. Os influenciadores, por meio das mídias digitais, estabelecem certos modelos e tendências que são perseguidos por muitas pessoas e muitas vezes com viés consumista.

De acordo com Alves (2019), quem influencia constrói comportamentos, mas também é moldado por eles. Isso reforça opiniões, formas de ver e perceber o mundo, as relações, as formas de ser e existir. Toda essa complexidade atua no sentido de construir valores e crenças, numa lógica cambiante de oferecer e receber informações.

Dessa forma, percebe-se o impacto significativo que os influenciadores digitais exercem na construção de narrativas e na formação de perspectivas. Ao observar as estratégias adotadas por eles no nicho *fitness*, nota-se que desempenham atitudes que os levam ao sucesso e à expansão de suas comunidades online.

Assim como os influenciadores constroem discursos e valores, as redes sociais formam identidades, interações sociais e percepções de corpo, reforçando padrões culturais. Dessa forma, a influência tecnológica vai além do consumo, afetando profundamente a formação de subjetividades no mundo atual. É o que será tratado a seguir.

2.2.1 Influência da tecnologia informática na vida humana contemporânea

A influência das redes sociais e dos diversos sistemas de poder sejam políticos, econômicos, religiosos, educacionais ou familiares, é inegavelmente significativa na formação da subjetividade contemporânea. Essas plataformas e estruturas exercem uma pressão constante sobre os indivíduos, configurando suas interações sociais e suas percepções de si mesmos e do mundo ao seu redor.

Nesse contexto, as redes sociais se destacam como espaços onde valores, estética, esperanças e aspirações são constantemente negociados e construídos. No entanto, como ressalta Sueli Rolnik em sua obra “Esferas da Insurreição” (2018), essa formação da subjetividade é um fenômeno complexo e dinâmico, influenciado por uma multiplicidade de forças políticas, sociais e culturais.

Esse movimento contemporâneo mostra a força das mídias sobre como as opiniões e comportamentos são formados, significados a todo tempo por interações e influências, pela ação das mídias sociais e seus protagonistas: os influenciadores.

Além disso, as redes sociais são capazes de atuar na formação das imagens corporais e na construção das identidades de gênero, raciais e sexuais. Elas podem influenciar a forma como os indivíduos se percebem e se relacionam com os próprios corpos, contribuindo para a disseminação de padrões de beleza e promovendo ideais de perfeição e conformidade.

Portanto, conforme Rolnik (2018) revela, a formação da subjetividade contemporânea é um processo profundamente enraizado nas dinâmicas de poder e nas interações sociais

mediadas pelas redes sociais. Para compreendê-la é essencial considerar as influências externas que desenham nossas identidades e as formas de resistência e insurgência que surgem em resposta a essas pressões.

No contexto político, a título de exemplificação para compreender a autora, existe uma série de acontecimentos ensaiados, orquestrados e posteriormente colocados em prática pelo capitalismo “financeirizado” (termo utilizado por Sueli Rolnik) que envolvem uma teia bastante complexa e bem roteirizada protagonizada pela mídia em conjunto com os poderes jurídicos e parlamentares, cuja finalidade é dar total poder às empresas e ao sistema alimentado pela lógica do capital.

Isso ocorre em meio a uma complexa trama que transmite aos indivíduos uma sensação de justiça, mas na verdade tira o poder dos governos progressistas que possivelmente podem tentar combater os interesses dos comandantes do capital. Tudo isso é muito bem articulado e essa trama consegue formar também opiniões, dar crédito a determinadas pessoas, partidos políticos, empresários, etc. Tudo isso tece o imaginário coletivo e produz de forma sólida uma subjetividade certa na maioria dos sujeitos da sociedade, propiciando a sensação de que tudo está bem e caminhando no sentido de que os detentores do poder e todo o sistema se esforcem rumo a um usufruto uniforme da coletividade, o que não é verdade.

Ademais, Rolnik alerta para as forças da nova versão do capitalismo que se nutre do impulso de criação (muito presente nos influenciadores que dependem de conteúdos novos a todo tempo), modificando seus valores originais. Assim, esse capitalismo contemporâneo direciona a pulsão dos indivíduos para os próprios interesses: a acumulação de capital econômico, político, cultural e narcísico que flerta com o individualismo (Rolnik, 2018).

A autora salienta que a influência capitalista, conforme as características apresentadas, se apresenta como uma sedução aparentemente inofensiva, mas com um potencial agressivo para os indivíduos. Nesse sistema, para um indivíduo, o outro é apenas um objeto para seu prazer narcísico de acumulação de poder, prestígio e capital. O prazer surge da capacidade de um indivíduo dominar o outro e usá-lo conforme sua vontade.

Ou seja, esse processo de formação da subjetividade é algo grande, proposital, organizado e eficiente. As redes sociais e seus influenciadores entram nessa lógica, pois induzem opiniões, atitudes, pensamentos, desejos, crenças, medos e isso tudo vai em direção ao interesse do capital. Articula-se então, na contemporaneidade, um método de controle

eficaz que direciona forças, impulsos e induz a caminhar na direção desejada por quem detém o poder.

Essa força está além dos influenciadores. O sistema, ou capitalismo contemporâneo, é algo muito maior, que também faz uso da divulgação de informações, fazendo e desfazendo-as conforme seu interesse. Essa força incute sonhos, planos, formas de ser, estar, existir e representar aos indivíduos dos tempos atuais. Os influenciadores são também agentes dessa força.

As redes sociais possuem um duplo alcance, ou uma dupla importância. Por um lado, sob essa força maior, divulgam valores, estéticas, aspirações e emoções de maneira complexa e multifacetada, refletindo e reproduzindo as dinâmicas de poder e as desigualdades existentes na sociedade. Elas desempenham um papel irrefutável na formação da subjetividade contemporânea, pois influenciam a construção das identidades individuais e coletivas, assim como as percepções do mundo para os usuários. Entretanto, por outro lado, é importante ressaltar que o processo de formação da subjetividade através das redes sociais não é totalmente negativo. Essas plataformas também oferecem espaços para expressão, conexão e mobilização social. Permitem que as pessoas compartilhem suas experiências, encontrem comunidades afins e se engajem em debates sobre questões importantes para suas identidades e para a sociedade.

Por fim, após abordar os sistemas de poder e como moldam identidades, inclusive recrutando os influenciadores, o subtópico abaixo caminha em direção à análise das imagens. As redes sociais utilizam a proliferação visual para reforçar identidades, controlar comportamentos e explorar dados, é o que será pormenorizado a seguir.

2.2.2 As questões imagéticas das redes sociais

De início, o que aqui se busca é a compreensão das imagens que circulam nas redes sociais (especificamente neste estudo, as imagens selecionadas do Instagram de Renato Cariani), sua proliferação constante e como podem influenciar a construção de identidade a partir desse movimento. Considera-se aqui que essa dinâmica das redes sociais cria uma lógica de vigilância dos usuários, além de explorar comercialmente os seus dados.

A autora Gisele Beiguelman, em sua obra “Políticas da Imagem. Vigilância e resistência na dadosfera” (2021), reitera que a influência das redes sociais na formação da subjetividade contemporânea é inegável. Uma das facetas mais destacadas desse fenômeno é a

proliferação de imagens e sua importância na cultura visual do século 21. De fato, as imagens tornaram-se um dos elementos importantes de sociabilidade e comunicação neste período.

Um exemplo cabal desse fenômeno é a proliferação massiva de fotografias nas redes sociais. Em um ritmo sem precedentes, as pessoas estão constantemente capturando e compartilhando imagens de suas vidas cotidianas, experiências, viagens e conquistas. Esse comportamento reforça a importância da visualidade na sociedade contemporânea e alimenta um ciclo de influência e validação social. O fisiculturismo é um fenômeno que também se faz e se divulga pelas redes sociais. Isso pode ser constatado em um ditado difundido no meio do fisiculturismo, “se não postar, não cresce”.

Ao postar uma foto em uma plataforma como o Instagram, por exemplo, os usuários compartilham um momento de suas vidas e constroem uma narrativa visual de si mesmos. Essa narrativa é formada pela própria imagem, pelo contexto em que é compartilhada, pelas interações que recebe e pela resposta da audiência. Dessa forma, as imagens representam mais que registros estáticos de eventos, se mostram como veículos ativos de construção e expressão da identidade. Elas permitem que os usuários comuniquem quem são, quem aspiram ser, influenciando e sendo influenciados pelos padrões culturais e estéticos dominantes.

Portanto, as imagens emergem como um dos principais instrumentos de sociabilidade e comunicação do século 21, entrelaçadas intimamente com o fenômeno das redes sociais e desempenhando um papel imperativo na formação da subjetividade contemporânea.

As redes sociais, regidas por um interesse maior do capital, entendem esse fenômeno e aproveitam desse local importante em que a imagem está estabelecida para promover algoritmos atrelados ao lugar e a hora em que são produzidas as imagens e compartilhadas por seus usuários.

Essa conjuntura se entrelaça com a cultura da vigilância, criando uma interseção entre o compartilhamento e o monitoramento. Ao compartilhar conteúdos, desde fotos pessoais até reações a eventos políticos e cotidianos, os indivíduos tornam-se rastreáveis, sujeitos à chamada “profilagem” feita pelo mercado.

A “profilagem”, conforme explica Beiguelman (2021), é uma estratégia baseada na mineração de dados, que busca acumular informações sobre os usuários para prever seus comportamentos e aprimorar a segmentação de produtos e propagandas. Um dos métodos utilizados é a análise das reações dos usuários aos conteúdos, expressas por meio dos ícones de curtidas, amor, ódio e espanto. Essas reações individualizam as respostas e permitem um

mapeamento mais preciso dos perfis, orientando assim o direcionamento de publicidade e mensagens personalizadas.

Considerando o exemplo de uma pessoa que segue e curte conteúdos relacionados ao mundo *fitness*, fisiculturismo e esteroides anabolizantes nas redes sociais, suas interações com esses tipos de publicações fornecem dados valiosos para os algoritmos das plataformas. Suas curtidas e reações a esses conteúdos são registradas e analisadas, contribuindo para a construção de seu perfil online. Com base nessas interações, os algoritmos podem inferir que essa pessoa tem interesse em muitas coisas que contemplam esse universo e isso permite um conhecimento mais preciso do perfil deste usuário.

Conseqüentemente, empresas e anunciantes interessados em direcionar produtos e propagandas relacionadas ao mundo *fitness* e aos esteroides anabolizantes podem utilizar esses dados para personalizar suas campanhas. Por exemplo, essa pessoa que curtiu imagens com essa temática pode começar a receber anúncios de academias, lojas de suplementos ou marcas de produtos voltados ao fisiculturismo ou ao ambiente *fitness*.

Assim como as imagens nas plataformas digitais moldam a subjetividade e expõem os indivíduos ao controle algorítmico, a cultura de massa, amplificada pelos aparelhos tecnológicos, orienta e padroniza a percepção coletiva, destacando a maneira como a tecnologia contemporânea infiltra e condiciona a vida cotidiana. Esse tema será tratado no próximo tópico, movimento do qual os influenciadores digitais fazem parte.

2.2.3 Uma Forma Contemporânea de Colonização

A influência da cultura de massa na formação das experiências humanas contemporâneas é um tema amplamente explorado por estudiosos como Jonathan Crary. Em seu livro “24/7 – Capitalismo Tardio e os Fins do Sono” (2016), Crary delinea como a constante inundação de informações e entretenimento por intermédio de meios de comunicação como televisão, internet e mídias sociais desempenha uma função importante nesse processo.

A disseminação de eventos globais, como a Copa do Mundo e tragédias como ataques terroristas, é destacada como um dos principais aspectos dessa influência. Tais eventos capturam a atenção de pessoas em todo o mundo e são amplamente divulgados e discutidos pela mídia global. Através dessa exposição, a consciência coletiva é formada e a percepção das pessoas sobre o mundo é direcionada por narrativas construídas em torno desses eventos.

Crary (2016) argumenta que esses eventos globais são tão onipresentes e absorventes que acabam filtrando a experiência pessoal dos indivíduos. Em outras palavras, a maneira como as pessoas interpretam e entendem suas próprias vidas é influenciada pela narrativa dominante construída pela cultura de massa em torno desses eventos.

Nessa perspectiva, percebe-se que eventos de grande magnitude capturam a atenção dos sujeitos e as redes sociais, e suas personalidades influentes, exercem um poderoso impacto. Por exemplo, um influenciador é capaz de envolver e penetrar nas vidas das pessoas, levando-as a acreditar que devem imitar suas ações por considerá-las corretas, prazerosas ou benéficas. Esse fenômeno cria uma dinâmica na qual os indivíduos se sentem compelidos a repetir certos comportamentos porque seus influenciadores os adotam e, teoricamente, esses comportamentos levam ao bem-estar, ao sucesso ou a algum tipo de satisfação pessoal.

Essa influência é amplificada pelo papel dos “aparelhos”, termo utilizado pelo autor para se referir aos dispositivos e meios de comunicação que facilitam a disseminação da cultura de massa, como televisores, smartphones e computadores. Esses aparelhos desempenham um papel fundamental na transmissão e na amplificação das narrativas culturais, reforçando ainda mais a influência da cultura de massa na percepção individual e coletiva.

Enfim, o trabalho de Crary (2016) destaca como a cultura de massa, por meio de eventos globais e da constante exposição a informações, solidifica a percepção das pessoas sobre o mundo e a forma como elas interpretam suas próprias vidas, resultando em uma influência significativa sobre as experiências individuais e coletivas. Tais modificações, segundo o autor, têm influência na quantidade e na qualidade dos sonhos/sonhos dos cidadãos, alterando completamente o tempo/espço societário.

Por sua vez, Evgeny Morozov (2018) amplia a discussão ao mostrar como as grandes plataformas digitais, além de construírem a opinião pública, operam dentro de um sistema econômico capitalista que utiliza os dados gerados para manipular e explorar comercialmente os usuários.

Em seu primeiro livro publicado no Brasil “Big tech: a ascensão dos dados e a morte da política” (2018), Morozov, mostra o episódio das eleições ocorridas no Brasil em 2018, no qual houve uma ênfase maior na viralização de mensagens disseminadas nas plataformas online sobre os candidatos à presidência, em detrimento de uma análise aprofundada e crítica das propostas políticas. Isso evidencia o poder político e a influência determinante das redes sociais na formação da opinião pública e no desenrolar dos eventos políticos.

O autor alerta que o verdadeiro desafio não reside na tecnologia em si, mas sim no regime econômico e político contemporâneo, caracterizado pelo capitalismo e neoliberalismo. Ele descreve esse regime como uma poderosa fusão entre o complexo militar-industrial e os setores bancário e publicitário que exploram as tecnologias mais avançadas para promover seus objetivos lucrativos. Sob essa perspectiva, os Estados Unidos desempenham um papel central, com as empresas do Vale do Silício ocupando uma posição proeminente dentro desse sistema.

Para Morozov, vive-se atualmente numa “economia compartilhada” e essa característica é destacada como proeminente na era digital. No contexto da economia compartilhada, todos os aspectos de nossa vida, desde itens físicos até comportamentos e experiências, são catalogados, identificados e inseridos no mercado global.

Desse modo, até mesmo elementos como nossos hábitos de navegação na internet e nossas reações emocionais, como vividas numa viagem ou em um evento específico, são convertidos em dados que são monitorados, comercializados e utilizados para aprimorar estratégias de consumo.

Diante disso, tem-se a múltipla vigilância. Os sujeitos, sempre conectados com seus aparelhos à internet, conseguem ter todos os seus padrões vigiados. Pelo horário que utilizam o celular, é possível inferir se os usuários possuem insônia ou hipersonia, hábitos diurnos ou noturnos, sabe-se quais os sites visitados, as manias exclusivas. Morozov define essa vigilância como “inteligentificação da vida cotidiana” (Morozov, 2018, p. 84). Isso gera algoritmos para o sujeito adquirir produtos próprios que vão ao encontro do seu desejo ou necessidade.

O autor, por fim, afirma a importância de uma reflexão crítica sobre o papel da tecnologia na sociedade contemporânea, sugerindo que diversos atores, como cientistas sociais, jornalistas e artistas, têm um destaque nesse processo. Morozov argumenta que é importante questionar o discurso predominante promovido pelas empresas de tecnologia do Vale do Silício, expondo a falta de neutralidade nos algoritmos e dados que eles apresentam.

Além disso, Morozov enfatiza a necessidade de uma reflexão que vai além do espaço digital, para alcançar uma compreensão mais ampla do contexto econômico e geopolítico no qual as empresas de tecnologia operam. Ele sublinha que a sociedade deve desenvolver uma consciência crítica em relação à política e à economia, a fim de reivindicar uma verdadeira soberania popular sobre a tecnologia.

Diante o exposto, no intuito de uma compreensão um pouco mais profunda sobre o poder das tecnologias digitais na vida cotidiana, faz-se importante atentar-se à atribuição dos influenciadores digitais nesse cenário. Esses indivíduos exercem um significativo domínio sobre a opinião pública e os padrões de consumo, utilizando as plataformas online para promover produtos e estilos de vida.

No entanto, assim como os consumidores são monitorados e categorizados pela “inteligentificação da vida cotidiana” (Morozov, 2018, p. 84), os próprios influenciadores estão sujeitos à lógica do mercado e às estratégias algorítmicas das empresas de tecnologia. Nesse sentido, a reflexão crítica sobre a influência da tecnologia não se limita aos consumidores finais, mas se estende aos agentes que atuam como intermediários nesse processo. Portanto, é interessante considerar a ação dos influenciadores digitais como parte integrante desse ecossistema tecnológico que é complexo, pois todos acabam afetando e sendo afetados.

Após discorrer sobre a influência midiática, das tecnologias, das imagens e identidades, do controle algorítmico e sobre a exploração comercial dos usuários das redes sociais, o tema tratado a seguir será sobre as formas modernas de colonização que reforçam lógicas de domínio. Dentro do capitalismo atual, as biopolíticas de poder operam para regular a vida e o consumo, aprofundando o controle sobre os corpos e subjetividades.

2.2.4 Capitalismo, Biopolítica e Influência: A Vida Regulada no Mundo Digital

As biopolíticas de poder no capitalismo atual referem-se aos mecanismos de controle e regulação exercidos sobre a vida dos indivíduos e das populações dentro do contexto econômico e político do capitalismo contemporâneo. Esse conceito, desenvolvido principalmente pelo filósofo Michel Foucault, aborda como o poder se manifesta em níveis políticos e institucionais e no âmbito da vida cotidiana, influenciando as práticas sociais, os corpos e as subjetividades.

No contexto do capitalismo, as biopolíticas de poder se entrelaçam com os processos de produção, consumo e reprodução, visando à maximização da eficiência econômica e à manutenção da ordem social. Isso pode incluir políticas governamentais relacionadas à saúde pública, educação, assistência social e trabalho, bem como estratégias de marketing, publicidade e controle de recursos naturais por parte das empresas (Pelbart, 2007).

Essas biopolíticas muitas vezes operam através de dispositivos de vigilância, normalização e disciplina, que fabricam os comportamentos e as condições de vida das

pessoas em conformidade com os interesses do sistema capitalista. Isso pode envolver, por exemplo, a medicalização dos corpos, a regulação dos padrões de consumo, a gestão da força de trabalho e a governança dos territórios e recursos naturais (Baracuhy; Pereira, 2013).

Em resumo, as biopolíticas de poder no capitalismo atual são uma manifestação do controle exercido sobre a vida e a saúde das populações em prol da reprodução e do fortalecimento do sistema econômico dominante.

Essas biopolíticas têm uma relação intrínseca com os influenciadores digitais e os possíveis impactos que podem causar na vida das pessoas. Os influenciadores, através de suas plataformas online e alcance massivo, exercem uma influência significativa sobre os comportamentos, hábitos de consumo e até mesmo as percepções das pessoas em relação a temas como saúde, estilo de vida e padrões estéticos.

Esses influenciadores muitas vezes se tornam veículos para a promoção de produtos e serviços, alinhados aos interesses das empresas e marcas que os patrocinam. Dessa forma, eles podem contribuir para a disseminação de práticas de consumo específicas, muitas vezes vinculadas a ideais de sucesso, felicidade e realização pessoal dentro do contexto capitalista.

Também podem atuar como agentes de normalização e padronização de comportamentos, disseminando ideais de corpo, beleza e estilo de vida que se encaixam nos padrões estabelecidos pelo mercado. Isso pode criar uma pressão social e psicológica sobre os seguidores, levando-os a buscar a conformidade com esses ideais, muitas vezes em detrimento de sua saúde e bem-estar.

Por outro lado, também é importante considerar que os influenciadores digitais têm o potencial de desafiar esses padrões dominantes e promover valores mais inclusivos que trazem algum tipo de poder a seus seguidores. Através de suas plataformas, eles podem amplificar vozes marginalizadas, promover a diversidade e a representatividade, e incentivar práticas de consumo mais conscientes e sustentáveis.

Portanto, os influenciadores digitais estão inseridos no complexo sistema de biopolíticas de poder do capitalismo contemporâneo, onde podem tanto reforçar quanto contestar as normas e valores estabelecidos.

O exposto acima oferece uma base para entender o cenário social, do qual os influenciadores digitais fazem parte, na contemporaneidade. Dessa forma, torna-se mais fácil compreender o fenômeno que inclui os principais atores envolvidos, as forças que os impulsionam, como tudo isso impacta os indivíduos e, por sua vez, como os próprios indivíduos influenciam e moldam essa dinâmica.

2.3 FISCULTURISMO: CULTURA DO CORPO

2.3.1 Sobre “Cultura”

Para compreender o que é cultura dentro do fisiculturismo, é importante estabelecer, primeiro, o conceito dessa palavra. De acordo com Sidney W. Mintz (2010) cultura é uma característica distintiva da humanidade, que se manifesta através da comunicação simbólica, da interação social e com o passar do tempo. O autor destaca que a cultura é cumulativa, o que significa que as ideias, tecnologias e elementos culturais são transmitidos e acumulados ao longo das gerações dentro de grupos humanos específicos.

Por exemplo, as tradições, crenças, conhecimentos e práticas de uma sociedade são transmitidos de uma geração para outra, caracterizando continuamente a cultura desse grupo ao longo do tempo. Ademais, a cultura inclui elementos materiais, como ferramentas, artefatos e objetos que refletem as realizações e as características distintivas de uma sociedade em um determinado momento histórico.

Cultura é um termo com significado amplo, complexo, mas em termos gerais refere-se ao conjunto de comportamento, crenças, valores, práticas, costumes, instituições e formas de expressões que são compartilhadas e possuem significados para determinado grupo de pessoas de uma comunidade ou sociedade específica. São transmitidos de geração a geração através da educação, observação, comunicação. Isso gera sentidos e significados para os indivíduos de acordo com a realidade em que estão inseridos. Além disso, a cultura constrói a forma que os sujeitos percebem o mundo ao seu redor e interagem com ele.

2.3.2 Cultura da sociedade contemporânea

Compreender a cultura constitutiva da sociedade contemporânea é uma ação complexa, pois, como defende Siqueira (2019), este conceito de cultura contemporânea está sendo construído por todos individualmente e coletivamente a todo momento.

No entanto, é interessante ressaltar algumas características da cultura contemporânea, pois serão tratados ao longo do trabalho alguns aspectos presentes atualmente que podem diferir de outros tempos sociais.

De acordo com Bonates (2014), algumas características marcantes dessa cultura contemporânea podem ser identificadas, tais como o consumo, que é uma construção identitária cultural, além da presença da mídia e tecnologia, já citadas anteriormente, que são fundamentais para disseminar as informações entre diferentes sociedades em todo o mundo. A

partir dessa comunicação propiciada pelas mídias, algumas características culturais são percebidas e reproduzidas em diversos contextos e realidades.

Outra característica é o individualismo que valoriza a liberdade e autonomia dos sujeitos. A mentalidade tecnológica prefere a mudança recorrente que é associada ao progresso e não mais à permanência de costumes e valores como ocorria em épocas passadas. (Bauman 2001).

Além destas, observa-se a positividade tóxica que enfatiza a importância em ser positivo, motivado, independente das circunstâncias (Han 2015). Essas características pontuais do tempo contemporâneo (consumismo, individualismo e positividade tóxica) serão trabalhadas mais a fundo no decorrer deste trabalho.

A seguir, discorre-se sobre a cultura do fisiculturismo, importante para a compreensão deste grupo específico, dos traços únicos que permeiam essa comunidade.

2.3.3 Cultura do fisiculturismo

De acordo com o dicionário Priberam da Língua Portuguesa (2024), a palavra “fisiculturismo” combina duas raízes etimológicas: “fisi(o)-” e “cultura”. A raiz “fisi(o)-” vem do grego e significa “caráter, formação, produção, natureza”. Já “cultura” vem do latim e significa “ato de tratar, cuidar, desenvolver”. Portanto, “fisiculturismo” significa “prática de desenvolver a formação e a natureza do corpo por meio de exercícios de treinamento resistido”.

Etimologicamente, palavra “cultura” existe em diversas línguas. No latim, “cultura” significa “ato de tratar, cuidar, desenvolver”. No grego, “kulturé” significa “cultivo do solo” e “kultos” significa “culto aos deuses”. Essas raízes etimológicas sugerem a construção da subjetividade, conforme o pensamento de Michel Foucault (1975 / 1976 nas obras “Vigiar e Punir: Nascimento da Prisão” 1975 e “Microfísica do poder” 1976), pois a cultura é um processo de construção e desenvolvimento de valores, crenças e comportamentos que influenciam a formação da identidade individual e coletiva.

Portanto, embora a palavra “fisiculturismo” não seja diretamente relacionada ao significado etimológico presente em sua raiz (o cultivo do solo e o culto aos deuses), a palavra “cultura” em si possui essas conotações. A prática do fisiculturismo pode ser vista como um exemplo de como a cultura (conforme conceituada no item 2,3.1) influencia a formação da identidade individual e coletiva.

Essa polissemia não acontece na palavra em inglês *bodybuilding*. Por isso é interessante observar como é complexa e rica essa possibilidade de compreensão no sentido amplo dessa palavra em português.

O fisiculturismo transcende o simples cultivo da forma física; é um estilo de vida que permeia o corpo, mente e a cultura. Nessa prática, o culto ao corpo se entrelaça com a busca pela perfeição física, levando os praticantes a dedicarem horas incansáveis de treinamento e a adotarem dietas rigorosas em busca da definição muscular e da simetria corporal ideal.

Essa prática também se manifesta como uma cultura própria, repleta de símbolos, valores e rituais únicos. Os fisiculturistas frequentemente se identificam com ícones do esporte, marcas de suplementos e modalidades de treinamento específicas, formando uma comunidade unida por interesses e objetivos comuns.

Dentro dessa cultura do fisiculturismo, há uma valorização particular de determinados padrões estéticos e de masculinidade, que são celebrados em competições de beleza e força muscular. Além disso, a linguagem do fisiculturismo inclui termos e expressões específicas que são entendidos apenas pelos iniciados, fortalecendo o sentimento de pertencimento à comunidade.

As relações sociais são peças essenciais neste contexto. Os fisiculturistas frequentemente encontram apoio emocional, motivação e camaradagem em suas interações com outros praticantes que ocorrem nas academias, em fóruns online ou em eventos relacionados ao esporte. Essas conexões sociais enriquecem a experiência individual do praticante, contribuindo para o desenvolvimento coletivo da cultura do fisiculturismo.

Ou seja, o fisiculturismo é mais do que apenas uma atividade física; é um fenômeno complexo que engloba o cultivo da forma física, o culto ao corpo e uma cultura vibrante e única. Ao entender essa interconexão entre o físico, o cultural e o social, pode-se compreender melhor a riqueza e a profundidade dessa prática que vai além dos limites do corpo humano.

Tudo isso coopera para a construção da representação social, sobre como as pessoas veem o fenômeno e o interpretam, atribuindo significados. O entendimento dessa construção é importante para ajudar na compreensão sobre como grande parte dos seguidores de Cariani simboliza, interpreta e, de certa forma, se veem e se organizam. É o que será tratado a seguir.

2.3.4 Sobre representação social

Serge Moscovici é um autor influente nas áreas de psicologia, história e ciências sociais. Dentre suas obras destaca-se, também, a “*Psychanalyse, son image et son publique*”

de 1961. O autor, através desse estudo, concluiu que entre a concepção científica da psicanálise e sua interpretação pela sociedade francesa, havia um fator intermediário significativo: as representações sociais.

O conceito de representação social abrange as percepções e ideias que um indivíduo, um grupo ou uma sociedade possuem sobre um determinado tema ou assunto. Estas representações estão presentes tanto nas interações sociais quanto nas opiniões e comportamentos dos indivíduos, influenciando suas condutas e valores.

O autor buscou entender como a produção de conhecimentos diversificados constrói e fortalece a identidade dos grupos, dentro de uma sociedade, influenciando suas práticas e como estas, por sua vez, remodelam o pensamento dos que formam os grupos. Essa dimensão lida com a interpretação de significados, símbolos e comportamentos específicos dos diversos grupos que compõem uma sociedade e como os indivíduos são influenciados por tudo isso. No contexto atual, pode-se pensar na produção de conhecimentos diversos que também se faz na circulação em uma vasta audiência através das redes sociais.

No universo do fisiculturismo, influenciadores digitais atuam na formação da identidade da comunidade e na orientação das práticas dos seguidores praticantes. Um exemplo destacado é Renato Cariani, reconhecido por sua vasta diversidade de conhecimentos relacionados ao fisiculturismo e ao mundo *fitness*. Por meio de suas plataformas digitais, compartilha informações detalhadas sobre técnicas de treinamento, nutrição, suplementação e outras áreas, proporcionando um caminho possível para seus seguidores buscarem informações. Sua abordagem educativa e informativa contribui para a formação de uma comunidade de praticantes ávidos por conhecer sobre essas áreas.

Além disso, Renato Cariani estabelece uma forte identificação com sua comunidade de seguidores. Ao compartilhar suas próprias experiências, desafios e sucessos na modalidade, ele cria um vínculo emocional com aqueles que o seguem, inspirando-os a se reconhecerem na sua jornada e a se dedicarem ativamente à comunidade. Essa conexão pessoal contribui para fortalecer a coesão do grupo e promover um senso de pertencimento entre os praticantes. Essa identificação emocional é visceral e pode ser percebida pelos comentários entusiasmados, por meio dos relatos emocionantes de quem diz ter a vida modificada ao se estabelecer no grupo.

Sua forte representatividade no meio fitness (constatados pelo número de seguidores, curtidas e visualizações) sugere que suas recomendações e conselhos sobre exercícios, rotinas de treinamento e escolhas de suplementos podem ter um alto grau de aceitação por seus seguidores, que confiam em sua experiência no campo. Dessa forma, entende-se que ele tem

intenções de influenciar diretamente as decisões e abordagens adotadas por sua comunidade de seguidores.

Como influenciador, exerce um papel marcante em sua comunidade. Isso contribui para a construção da identidade do grupo, orientação de práticas individuais, remodelação do pensamento coletivo, uma vez que o grupo começa a interagir de modo a reunir características e rotinas para atingir determinados resultados, além de instruções motivacionais que conferem aos seguidores o status de “vencedores”, “guerreiros”, “campeões”, mesmo que essa identificação não seja oficial ou tenha algum reconhecimento superior. A impressão é que a força do grupo, em si, é autossuficiente e o reconhecimento é estabelecido entre os pares.

Após essa reflexão sobre os seguidores de Cariani, de como se estruturam, a seguir será abordado o tema a respeito dos praticantes de fisiculturismo. A intenção é compreender como as representações sociais formam a visão que os praticantes têm de si mesmos e da sua comunidade.

2.3.5 Observação das Mentalidades e Imaginário no Fisiculturismo

O fisiculturismo transcende a mera prática esportiva e adentra o âmbito cultural, onde a construção de mentalidades e imaginário próprios se entrelaçam de maneira complexa. Representações sociais disseminadas na mídia, nas redes sociais e na própria comunidade de fisiculturismo alimentam a busca incessante pela perfeição física. A musculatura definida, a simetria corporal e a baixa porcentagem de gordura são idealizadas como padrões estéticos a serem alcançados e mantidos pelos praticantes.

Além do foco no treinamento físico intenso e na busca pela hipertrofia exacerbada, a cultura dos fisiculturistas abrange aspectos que vão além do mero desenvolvimento muscular. Os adeptos desse estilo de vida são reconhecidos por sua notável disciplina, tanto mental quanto física. A dedicação aos treinos rigorosos, à dieta meticulosa, o uso de anabolizantes, as competições específicas são alguns dos traços distintivos desse grupo.

Esses padrões não são meramente estéticos, mas representam o resultado de um comprometimento profundo com a excelência física e o prazer em exibir os corpos e, por consequência, atrair olhares, ter reconhecimento, ser alvo de comentários.

Segundo a análise de Sabino (2002, p. 158), o fisiculturista pode ser considerado a síntese das representações e práticas do corpo presentes em nossas sociedades. Ele se apresenta não apenas como um laboratório ambulante para os testes de uso de drogas e seus

efeitos, mas representa o paroxismo de uma cultura que tem tido “obsessão por invólucros corporais”.

O fisiculturista emerge como um símbolo emblemático dessa busca incessante pela perfeição corporal e pelo reconhecimento social. Ao ser descrito como um "laboratório ambulante" para testes de drogas e seus efeitos, o fisiculturista torna-se mais que um praticante dessa modalidade, torna-se uma figura que personifica as tensões entre os ideais estéticos vigentes e as expectativas sociais relacionadas ao corpo.

Ademais, para Sabino (2002, p. 179): “a mudança física fabricada significa mudança de status, pois esta traduz a aquisição de capital de competência – onde comprar as drogas, com quem, quais os efeitos de cada uma, para qual objetivo cada uma delas se presta – além de capital corporal”.

Isso ressalta como a mudança física fabricada no fisiculturismo vai além de uma mera transformação estética. Ela se traduz em uma alteração de status, representando a aquisição de um "capital de competência" que abrange o conhecimento sobre o uso de drogas, o domínio sobre os meios para obtê-las e seus efeitos específicos. Essa mudança de status não se limita ao âmbito físico, mas permeia as relações sociais dentro da cultura do fisiculturismo, evidenciando a complexidade das dinâmicas sociais e psicológicas envolvidas nesse universo.

O autor descreve o uso de drogas no cenário das academias:

[...]como 'um fato social total', o fisiculturismo acontece em dimensões biopsicossociais. [...] Entre os marombeiros, há um rito de passagem ou, como prefere Bourdieu [...], um rito de instituição, no qual o uso da droga surge como item crucial na transição do indivíduo de um status para outro no campo da musculação (Sabino, 2002, p. 179).

Assim, o imaginário do fisiculturismo é profundamente influenciado por uma vasta gama de elementos simbólicos que permeiam tanto a prática quanto a cultura dessa manifestação. Além dos ícones do esporte e dos troféus em competições, há uma série de outros símbolos que contribuem para a construção desse universo significativo.

Por exemplo, os próprios corpos dos fisiculturistas se tornam símbolos poderosos de determinação e conquista. Cada músculo desenvolvido e definido é um testemunho visual do comprometimento e da disciplina exigidos para alcançar tais resultados. Além disso, os rituais de preparação para competições, como a dieta rigorosa e os treinos intensos, tornam-se símbolos de sacrifício e dedicação exclusivos desse grupo.

Os trajes utilizados em competições também desempenham um papel simbólico importante, pois são cuidadosamente escolhidos para realçar a musculatura e a simetria

corporal, enquanto as poses durante as apresentações são coreografadas para exibir cada detalhe do físico de forma impressionante.

Além disso, o ambiente das competições, com suas luzes vibrantes, música empolgante e plateia entusiasmada, contribui para a construção de uma atmosfera carregada de simbolismo e emoção. Os aplausos e os elogios do público representam não apenas reconhecimento pelo desempenho atlético, mas também uma validação social dos ideais de beleza e força associados ao fisiculturismo.

Esses eventos são parte integrante da cultura que possibilita aos atletas a oportunidade de mostrar seus corpos trabalhados e competir em categorias específicas. A comunidade de fisiculturismo oferece um ambiente de apoio mútuo, troca de experiências e motivação entre os praticantes, criando um senso de pertencimento e reconhecimentos entre os sujeitos.

Outro fator é a dieta, um pilar fundamental na cultura dos fisiculturistas, com refeições balanceadas e específicas para atender às necessidades nutricionais e de desenvolvimento muscular. O uso de suplementos alimentares é comum entre os praticantes, além do uso dos anabolizantes já descrito, para auxiliar no ganho de massa muscular, recuperação pós-treino entre outros objetivos que esse grupo específico necessita para sua performance, o que, é claro, não obstrui os efeitos nocivos que são diversos.

Dessa forma, é possível perceber que o universo do fisiculturismo é rico em elementos simbólicos que transcendem o simples exercício físico, constituindo-se como uma manifestação complexa e multifacetada de valores, aspirações e identidades.

Dentro desse contexto, pode se perguntar: essa cultura específica descrita, aliada às mídias, induz à criação de padrões estéticos? É o que será apresentado a seguir.

2.3.6 Corpos em Exibição: A Mídia e o Fisiculturismo na Construção de Padrões Estéticos

Plataformas de mídia social, como Instagram e YouTube, têm influência significativa na disseminação da cultura do fisiculturismo. Influenciadores *fitness* e fisiculturistas amadores usam essas mídias para compartilhar rotinas de treinamento, dietas e dicas de estilo de vida. Isso induz diretamente a forma como as pessoas percebem o fisiculturismo e sua relação com a estética corporal.

Isso pode ser demonstrado no estudo de Duarte, (2020, p.6), sobre os Influenciadores Digitais *Fitness*:

Os resultados deste estudo foram a alteração dos comportamentos dos seguidores como: fazer a mesma receita, o mesmo treino e o mesmo exercício, devido à

influência dos influencers e as principais motivações foi pelo elevado número de seguidores nos perfis e por fim, também para procurarem inspiração para um estilo de vida saudável.

Vale salientar os aspectos positivos da propagação desse estilo de vida em relação à saúde e ao bem-estar. Isso inclui a promoção da importância do exercício físico regular e de uma dieta equilibrada. No entanto, às vezes, o foco excessivo, ou obsessivo, na estética pode obscurecer esses benefícios mais amplos.

O discurso midiático opera por meio de relações de poder emanadas por instituições de substancial influência política e econômica, cuja relevância tem ampliado significativamente em nossa sociedade contemporânea. A mídia é considerada um veículo de disseminação de narrativas percebidas como verídicas. Essa afirmação, em parte, justifica a razão subjacente à sua credibilidade e a posiciona como parte integrante, para os influenciadores fisiculturistas, dos conjuntos capazes nos quais se deve investir no discurso relacionado ao aprimoramento corporal (Moreira, 2020).

O fisiculturismo e sua relação com a mídia são relevantes para a compreensão cultural contemporânea de como ocorre a influência sobre os padrões de beleza, a cultura do corpo, a promoção da saúde e do bem-estar, a disseminação de informações através das redes sociais. Esses fatores podem moldar a maneira como as pessoas percebem e buscam aperfeiçoar seus corpos e impactam a si próprias e, conseqüentemente, a sociedade de várias maneiras.

A representação dos fisiculturistas na mídia desempenha um papel fundamental na moldagem das percepções da sociedade sobre beleza e corpo. Ao longo das décadas, a televisão, o cinema, revistas e mídias sociais têm apresentado fisiculturistas de diversas maneiras, variando de estereótipos exagerados a retratos mais realistas e humanizados. Essas representações têm um efeito profundo nas pessoas, influenciando as normas de beleza e os ideais de condicionamento físico que as pessoas aspiram alcançar.

A mídia muitas vezes promove a ideia de que corpos musculosos e esculturais são o padrão de beleza, levando muitos a buscar esses padrões por meio de dietas rigorosas e exercícios intensos. Além disso, celebridades e ícones do fisiculturismo desempenham um papel importante na cultura do corpo, inspirando admiradores e contribuindo para a disseminação dessas ideias. (Knopp, 2008).

Nomes como Renato Cariani, Fábio Giga, Rafael Brandão, Francielle Mattos, dentre vários outros, se tornaram símbolos de força e dedicação física, moldando a forma como se vê e se valoriza a estética corporal na sociedade contemporânea. Portanto, a representação na mídia, seu efeito nos seguidores e a influência exercida por celebridades no fisiculturismo

estão intrinsecamente ligados à construção das percepções de beleza e corpo na sociedade moderna.

Conforme ressalta Ferreira (2005, p.170) a busca frenética do corpo ideal pelo ser humano, corpo modelo produzido pela mídia, tem acarretado uma falta de bom senso e critério, pois o considerado importante para muitas pessoas é estar dentro dos padrões determinados, independente das consequências. A beleza é buscada e comprada a qualquer preço e a qualquer custo.

O discurso se faz parecido com o atrelamento entre saúde e corpo esbelto. Percebe-se que os tutoriais de dietas, cujas afirmativas têm planos infalíveis para construção de corpos libertos de gordura, esbeltos e charmosos, são muito consumidos. Essa relação não necessariamente tem vínculo com o conhecimento científico (Dantas, 2011. p.904).

Percebe-se, na sociedade contemporânea, a extensão do culto ao corpo, para além do fisiculturismo, com implicações psicológicas na sociedade em geral. A busca pelo corpo ideal, amplificada pela exposição constante nas redes sociais e pela mídia, coloca uma pressão sobre a autoimagem das pessoas, resultando em efeitos significativos na saúde mental.

Indivíduos de todas as idades enfrentam crescente ansiedade, baixa autoestima e até distúrbios alimentares à medida que se esforçam para atender a padrões de beleza muitas vezes inatingíveis. A constante comparação com modelos irreais perpetua sentimentos de inadequação, contribuindo para um ciclo de insatisfação com o próprio corpo. Portanto, a análise dessa extensão do culto ao corpo vai além da estética, revelando uma preocupação crescente com o bem-estar psicológico e a autoestima das pessoas.

De acordo com Courtine (1995), o culto ao corpo e o esforço muscular desfilam, a todo momento, pelas ruas, não estando mais restritos a ambientes esperados para ocorrência desse fenômeno. Atualmente essa existência que cultua o aprimoramento do corpo é vista na televisão, cinemas, ruas.

Entre a multidão de passantes, os body-builders destacam-se por sua forma de andar: braços afastados, peito abaulado, rigidez (...). O corpo do body-builder pretende tirar todo o benefício do peso no campo do olhar, saturá-lo de massa muscular. Impor-se no olhar alheio. O músculo marca. Ele é um dos modos privilegiados de visibilidade do corpo no anonimato urbano das sionomias. (Courtine, 1995, p. 82-83).

Estabelecer o momento exato em que surgiram as expressões “culto ao corpo” ou “cultura do corpo” é muito difícil. Contudo, diversos estudiosos utilizam essas expressões para alocar características de comportamento no qual o corpo do sujeito aparece como

elemento central, posto numa lógica de obediência estética e comportamental para assegurar a formação de uma identidade socialmente aceita, respeitada e desejada.

De acordo com Berger (2010), a beleza sempre foi considerada muito importante, mas a ênfase dada a essa característica ganha um espaço muito maior a partir da década de 1980.

Vários motivos explicam esse fenômeno: a globalização; as melhorias técnicas na área de cosméticos, alimentos e aparelhos de ginástica; os recursos imagéticos e sua penetração em todas as classes sociais. (Berger, 2010, p. 72).

Esses fatores juntos contribuem para o cenário complexo e em constante evolução do culto ao corpo e influência midiática que, além de afetar a percepção dos próprios sujeitos sobre a autoimagem, levanta questões essenciais sobre identidade, autoestima e saúde mental, fomentando essa discussão sob a luz do contexto social contemporâneo.

Essa conjuntura social vigente será tratada no decorrer deste trabalho, focando principalmente sobre os seguintes temas: o tempo livre, consumismo, individualismo e a positividade tóxica. Contudo, antes de prosseguir, será apresentado o conceito de lazer sério, destacando suas qualidades distintivas. Ademais, serão abordados os modos que as práticas relacionadas ao fisiculturismo e ao universo *fitness* se aproximam dessa forma específica de lazer.

2.4 LAZER SÉRIO DE ROBERT A. STEBBINS E APLICAÇÃO NESTE CONTEXTO

O tempo livre dos indivíduos adeptos ao fisiculturismo e ao universo *fitness* é bem sério. O período do lazer é usado para aderir a dietas específicas, ao treinamento intenso.

Esses indivíduos evitam o uso de bebidas alcoólicas e outras atividades que não fazem parte da lógica identitária do grupo. O uso do tempo disponível é, sobretudo, o tempo da performance, não existem outros tempos a não ser os de “bom uso”. Essa postura de seriedade faz parte de um estilo de vida escolhido, ou talvez imposto, pelas inúmeras pressões sociais, por aqueles que aderem a este estilo. Essa postura se comunica muito bem com o lazer sério pensado por Robert A. Stebbins.

O conceito de lazer sério, de acordo com Stebbins, refere-se à dedicação intensa e sistemática a uma atividade de lazer central, na qual o praticante se envolve de maneira comprometida, frequentemente desenvolvendo uma "carreira de lazer". Essa prática pode ser realizada por amadores, praticantes de hobby ou voluntários e é caracterizada pelo desenvolvimento de habilidades especiais, conhecimento aprofundado e pela busca por resultados que proporcionam satisfação pessoal e social.

Stebbins identifica seis qualidades distintas do lazer sério: perseverança, carreira, esforço substancial, benefícios duráveis, etos exclusivo e identificação (Stebbins 2008, pp.11-13).

Ao relacionar o conceito de lazer sério ao universo *fitness* e ao fisiculturismo, várias dessas qualidades se tornam palpáveis. A primeira é a perseverança, que pode ser observada no comprometimento dos praticantes em seguir rotinas rigorosas de treino e alimentação, mesmo diante de obstáculos como lesões, fadiga ou períodos de estagnação nos resultados.

O compromisso de longo prazo igualmente reflete a carreira dentro do lazer sério, em que o fisiculturista passa por fases de iniciação, desenvolvimento e manutenção, buscando aprimorar constantemente suas habilidades físicas e conhecimentos sobre treinamento, nutrição e saúde.

O esforço substancial é outra qualidade central, pois envolve a dedicação diária ao treino, à alimentação controlada e à constante busca por melhorias na performance física e estética. Esse esforço é acompanhado pelos benefícios duráveis, como o reconhecimento social em competições ou na comunidade *fitness*, que muitas vezes resulta na melhoria da autoestima. Ademais, os praticantes compartilham um etos exclusivo, ou seja, formam um "mundo social" próprio, com normas, valores e uma forte identidade coletiva que os une em torno de uma cultura de disciplina, superação e estética corporal.

Para concluir, a identificação é uma qualidade que emerge naturalmente nesse contexto. O fisiculturismo ultrapassa, em significado, o exercício físico e se torna parte essencial da identidade de seus praticantes, que muitas vezes se veem e são reconhecidos por outros a partir de seus corpos e estilo de vida *fitness*. Desta forma, o lazer sério no universo *fitness* e no fisiculturismo envolve dedicação física e emocional intensa, com impactos duradouros na vida dos indivíduos que seguem essa jornada.

Um questionamento se apresenta: Renato Cariani, através do seu discurso, tenta influenciar seus seguidores a administrarem seu tempo de lazer de acordo com os padrões do lazer sério, vivenciado por ele? Esse questionamento será desenvolvido no decorrer deste estudo. A seguir, uma exposição sobre a atual conjuntura social no que se refere ao recorte aqui proposto.

2.5 CONTEXTO SOCIAL CONTEMPORÂNEO

No contexto social contemporâneo, marcado por uma interseção de avanços tecnológicos, mudanças culturais e transformações nas relações interpessoais, emerge um

cenário onde a busca incessante pela perfeição física se torna uma narrativa dominante. (Bauman, 2001).

Neste contexto, o culto ao corpo adquire uma proeminência singular, delineando padrões estéticos, moldando comportamentos, valores e relações sociais. Este capítulo propõe uma reflexão sobre três características da sociedade contemporânea que igualmente podem ser associadas com o culto ao corpo: o consumismo, o individualismo e a positividade tóxica. Por meio dessa reflexão, busca-se compreender um recorte do contexto social contemporâneo e algumas dinâmicas sociais que permeiam a vida moderna, lançando luz sobre o funcionamento, ainda que de forma parcial, sobre o fenômeno atual da influência digital.

2.5.1 Consumismo e Corpo: A Influência do Mercado na Construção da Imagem Corporal

O consumismo é o comportamento caracterizado pelo desejo constante de adquirir bens e serviços, além das necessidades básicas, movido por uma busca incessante de satisfação imediata. Na sociedade contemporânea, ele está extremamente relacionado com o conceito de modernidade líquida descrita por Zygmunt Bauman, no qual tudo é efêmero e transitório. O capitalismo incentiva o consumo excessivo, criando a ilusão de que a felicidade e o status social estão ligados à posse de bens. No entanto, de acordo com o autor, essa prática pode resultar em frustrações pessoais, degradação ambiental e desigualdades sociais, pois, nesse contexto, os indivíduos focam mais no ter do que no ser, sem considerar as consequências a longo prazo.

Esse fenômeno tem um impacto significativo na construção da imagem corporal, pois a maneira como os corpos são percebidos, valorizados e desejados é elaborada por uma complexa interação entre mídia, publicidade e indústria da moda e beleza.

Não se trata, pois, dos objetos definidos segundo sua função, ou segundo as classes em que se poderia subdividi-los para comodidade de análise, mas dos processos pelos quais as pessoas entram em relação com eles e da sistemática das condutas e das relações humanas que disso resulta. (Baudrillard, 2006, p. 11).

Na citação acima, percebe-se a relação dos objetos para além das suas funções esperadas. Segundo Jean Baudrillard, existe uma dinâmica complexa nas relações entre humanos e objetos, e como essa interação estrutura o sistema de condutas e das relações sociais.

Essa lógica também é percebida e pode ser estendida para a percepção que se tem do corpo humano, no atual contexto, reconhecendo-o como um objeto com diferentes

significados e funções que transcendem a mera biologia. O corpo se torna um palco de simbolismo e expressão, influenciando a forma como nos percebemos, nos relacionamos com o mundo e somos percebidos pelos outros.

A objetificação do corpo mostra como este se torna palco de expressão da identidade, rotulagem, preconceitos e diversos outros sentimentos, valores e crenças. Um corpo musculoso pode representar disciplina e força, já um corpo gordo, nos moldes vividos atualmente, pode demonstrar preguiça, indisciplina e outras percepções ou pré-julgamentos depreciativos. Torna-se um controle social essa objetificação do corpo. O mercado da beleza lucra com a insegurança e o desconforto que as pessoas têm em relação a sua própria aparência e comercializam a promessa de felicidade plena ao atingir o padrão corporal “desejável”.

Aparecem como soluções possíveis para atingir o público: dietas com determinados produtos, cirurgias diversas, procedimentos estéticos, aparelhos com promessas de emagrecimento, medicamentos, cosméticos e muitas outras ofertas para alcançar a “perfeição física” sempre alimentando a busca por um corpo idealizado. A imagem corporal, nesses moldes, torna-se um produto que pode ser comprado, modificado e exibido.

O corpo mídia é o protagonizado, revelado e criado pela publicidade. Sua função é transmitir os valores e ideias dos anunciantes, estar sempre à disposição do que o mercado publicitário quer vender. É um corpo impalpável, pois é glorioso demais, não tem cheiros, pelancas, rugas, tem apenas características congeladas dirigidas pelo mercado (Campelo, 1996).

A exploração da relação entre o consumismo e a imagem corporal revela uma dinâmica complexa, na qual o corpo é constantemente reinterpretado e remodelado pelos interesses do mercado. Este exerce uma influência poderosa na construção da imagem corporal, criando percepções e comportamentos por meio de publicidade, mídia social e normas culturais. Embora haja uma crescente conscientização sobre a importância da diversidade e da inclusão, ainda há um longo caminho a percorrer para que os padrões de beleza se tornem verdadeiramente representativos e saudáveis.

2.5.2 Individualismo: Uma Análise das Implicações Sociais

O individualismo é a valorização da autonomia pessoal e da busca por realização individual em detrimento dos laços coletivos. Nas redes sociais, essa tendência é amplificada por influenciadores digitais promovendo estilos de vida centrados no "eu", incentivando a autopromoção e a criação de identidades baseadas em consumo e aparência. A busca por

validação através de curtidas e seguidores reflete essa lógica, na qual o sucesso individual se torna o foco e a conexão social real é substituída por interações superficiais e a constante exposição de si.

A evolução do individualismo pode ser observada na transição de sociedades tradicionais, baseadas em laços comunitários e coletivos, para sociedades modernas, onde a autonomia pessoal e a realização individual são altamente valorizadas. Esta transformação trouxe consigo mudanças significativas nas estruturas sociais, econômicas e políticas, afetando a forma como os indivíduos se relacionam uns com os outros e com a sociedade em geral.

Para Bauman (2001), a sociedade contemporânea possui uma característica essencial que a distingue das épocas anteriores: o incessante e sempre inacabado processo de modernização, acompanhado pelo constante processo de individualização. Este aspecto intrínseco é o ponto fixo que define a modernidade atual.

A individualização é um destino certo para Bauman. Não há “caminhos outros” a seguir. “Na terra da liberdade individual de escolher, a opção de escapar à individualização e de se recusar a participar do jogo da individualização está decididamente fora da jogada” (Bauman, 2001, p. 43).

Na sociedade contemporânea, as fronteiras entre o público e o privado tornaram-se nebulosas. Bauman argumenta que o interesse público é cada vez mais dominado por curiosidades sobre a vida privada de figuras públicas, transformando a exposição de questões de interesse coletivo em um espetáculo de intimidades pessoais. A arte de discutir e debater questões públicas relevantes foi substituída pela confissão de assuntos e sentimentos íntimos, quanto mais privados melhor. Assim, questões públicas que não se encaixam nesse molde de exposição pessoal tornam-se difíceis de compreender ou são simplesmente ignoradas.

Além disso, as expectativas da sociedade em relação ao poder público foram reduzidas a dois aspectos principais. Primeiro, espera-se que o governo observe os direitos humanos, permitindo que cada indivíduo siga seu próprio caminho. Segundo, espera-se que o governo garanta a segurança de todos, protegendo seus corpos e propriedades. Para isso, o poder público deve prender criminosos reais ou potenciais e manter as ruas livres de assaltantes, pervertidos, pedintes e qualquer tipo de pessoa considerada constrangedora ou perigosa.

A tendência de transformar o que deveria ser de interesse público em um espetáculo de intimidades privadas prejudica o entendimento e a discussão de temas realmente importantes para a sociedade, ao mesmo tempo em que a sociedade espera do poder público

apenas a proteção da liberdade individual e da segurança pública, com foco na manutenção da ordem e da paz social. Ou seja, o poder público na sociedade atual cada vez mais se afasta da responsabilidade de promoção do bem-estar coletivo e do encorajamento da justiça social, isso pelos padrões formatados pela modernidade avançada.

Ademais, a busca por segurança e a idealização de uma comunidade perfeita têm levado à privatização dos espaços públicos e à criação de novos tipos de controle social. Bauman introduz o conceito de “política do medo cotidiano”, que descreve como o medo da insegurança nas ruas faz com que as pessoas se afastem dos espaços públicos e busquem segurança em ambientes privados ou controlados. Esse medo contribui para uma visão de comunidade que exclui o diferente, valoriza a homogeneidade e alimenta a individualidade.

A “nova concepção de comunidade” descrita por Bauman é caracterizada por uma segregação que reflete a exclusão do “outro” – pessoas que são vistas como diferentes ou ameaçadoras, como mendigos, bêbados ou grupos juvenis, são constantemente monitoradas e vigiadas, logo, a comunidade idealizada, segundo Bauman, torna-se um “gueto voluntário”, onde a separação entre “os de dentro” (aqueles que compartilham valores e comportamentos similares) e “os de fora” (aqueles que são percebidos como diferentes ou perigosos) é acentuada.

Bauman também observa que, na sociedade contemporânea, os indivíduos estão cada vez mais isolados, vivendo em um “gueto cibernético” que rompe barreiras físicas pelo alcance, mas reforça a segregação social e o fechamento individual. Embora a era cibernética permita uma conexão global, intensifica a sensação de isolamento, já que as interações virtuais não substituem completamente a necessidade de comunidades coesas e inclusivas. Portanto, a modernidade cria um paradoxo em que os indivíduos são incluídos em uma rede global, mas, por outro lado, permanecem enclausurados em suas próprias realidades e medos, mantendo-se separados dos outros que são vistos como estranhos ou ameaçadores.

A análise de Bauman sobre a modernidade e o individualismo revela um panorama complexo e paradoxal. A transição de sociedades tradicionais para modernas trouxe consigo uma valorização intensa da autonomia pessoal e da realização individual, mas carrega novos desafios e formas de controle social. A nebulosidade entre o público e o privado, a transformação do interesse público em um espetáculo de intimidades pessoais e a redução das expectativas em relação ao poder público para mera proteção da segurança e dos direitos individuais refletem uma tendência constante e universal.

A "política do medo cotidiano" e a criação de comunidades segregadas, sejam elas físicas ou virtuais, revelam como o desejo de segurança e a idealização de uma comunidade perfeita podem levar a um isolamento crescente e a uma exclusão do diferente. A modernidade, portanto, apresenta uma incongruência: enquanto conecta globalmente os indivíduos, também acentua seu isolamento e a fragmentação social.

2.5.3 Positividade Tóxica e o Ideal de Corpo Perfeito: Os Efeitos Nocivos da Pressão Social

A positividade tóxica ou excessiva, descrita por Han (2015), é definida como a imposição de uma visão otimista constante, que desconsidera ou minimiza sentimentos negativos e dificuldades reais. Nas redes sociais, isso se manifesta quando influenciadores digitais promovem um ideal de felicidade e sucesso inatingível, focado em produtividade, autossuperação e estilo de vida perfeito. Essa narrativa, ao ocultar as complexidades da vida, faz com que os seguidores se culpem por não alcançarem esses padrões, contribuindo para a auto exploração e uma percepção distorcida da realidade, em que fracassos são vistos como falhas pessoais, e não fruto de contextos sociais complexos e heterogêneos.

O autor explica que no passado, o poder era exercido de forma direta, e muitas vezes violenta, pelo Estado soberano, que se manifestava por figuras de autoridade e grandes instituições. Entretanto, na contemporaneidade, o mercado se tornou o novo centro de poder, já o Estado ficou com uma função subordinada, muitas vezes visto como um "braço operacional" das dinâmicas do mercado. Essa mudança não apenas reconfigurou as estruturas de poder, mas também transformou a maneira através das quais as relações sociais e individuais são edificadas e percebidas.

A evolução das relações de poder e organização social ao longo do tempo refletem uma mudança significativa da estrutura de controle estatal para a influência predominante do mercado, amplificada pelos princípios neoliberais.

No contexto do neoliberalismo, a linguagem desempenha uma função importante na ocultação das realidades de exploração e opressão. A chamada "gramática neoliberal" é um conjunto de termos e conceitos que apresenta a exploração sob uma luz positiva, disfarçando a verdadeira natureza das condições de trabalho e das práticas de controle.

Byung-Chul Han, em sua análise crítica, contribui para essa discussão ao explicar como o neoliberalismo promove uma positividade tóxica que reinterpreta a exploração e a auto exploração como oportunidades de crescimento pessoal. Segundo Han, essa positividade tóxica transforma a experiência de exploração em algo aparentemente desejável, desviando a

atenção dos indivíduos das estruturas sociais e econômicas que perpetuam a opressão (Han, 2015).

O autor argumenta que a positividade tóxica se manifesta na forma como os indivíduos são encorajados a ver suas dificuldades e sofrimentos como falhas pessoais, em vez de reconhecer essas condições como formas de opressão sistemática. Essa mudança na percepção é facilitada pela instrumentalização da linguagem neoliberal, que utiliza jargões e práticas voltadas para a produtividade e a positividade para engajar os indivíduos em um ciclo de auto exploração. Assim, a exploração é mascarada por uma fachada de escolha e sucesso pessoal, fazendo com que as condições adversas sejam aceitas como normais ou até benéficas.

Essa instrumentalização da linguagem e a sedução mascarada resultam em uma obediência por parte dos indivíduos que passam a aceitar passivamente as condições impostas, muitas vezes sem perceber que estão sendo explorados. O “processo de sedução” exemplifica como a linguagem e as práticas de engajamento social podem gradualmente induzir os indivíduos a reinterpretar suas experiências e sofrimentos. Em vez de reconhecer a violência e a exploração como imposições externas, os indivíduos podem vir a aceitá-las como parte de um processo de autoaperfeiçoamento. Esse processo é criticado por Han, pois se articula como uma distorção da realidade promovida pela lógica neoliberal.

O neoliberalismo, ao substituir o controle estatal por uma influência de mercado dominante, utiliza a linguagem e a positividade tóxica para ocultar e justificar a exploração. Essa manipulação psicológica e cultural resulta na aceitação da exploração e na resignificação da violência e dos sofrimentos pessoais, dificultando a crítica efetiva das estruturas de poder e a compreensão das verdadeiras condições adversas enfrentadas pelos indivíduos.

Esse mecanismo funcional perpetua a opressão e o controle ao transformar a exploração em uma experiência aparentemente positiva e desejável, reforçando assim as desigualdades e as estruturas de poder neoliberais, inclusive muito vistas nas redes sociais, produzidas e reproduzidas pelos influenciadores que também fazem parte dessa grande engrenagem, muitas vezes, de forma inconsciente.

O contexto social contemporâneo, marcado pelas características mencionadas acima, sobretudo, exalta o individualismo e a busca incessante por resultados que sustentem narrativas de sucesso. Nesse contexto, frequentemente, são colocados em pedestais os influenciadores que fazem seus discursos embasados nas características da positividade tóxica (visão otimista constante, produtividade, autossuperação...) e usam suas próprias trajetórias

como exemplos inquestionáveis. No entanto, esses discursos ignoram os contextos específicos, pessoais, históricos e econômicos que levaram esses influenciadores à posição em que se encontram. O resultado são discursos que colocam os influenciadores como únicos responsáveis por suas trajetórias de sucesso.

É nesse cenário que influenciadores como Renato Cariani surgem, apresentando frutos de seus próprios esforços, bem como reflexos de condições específicas que favoreceram seu reconhecimento. Antes de aprofundar a análise sobre o papel de Cariani e o impacto de seu discurso, é essencial evitar uma visão hagiográfica que atribua todo o mérito de seu sucesso exclusivamente a ele. O próximo capítulo busca, portanto, desmistificar essa perspectiva, revelando como diversos fatores contribuíram para consolidar sua influência no imaginário social.

2.6 REFERÊNCIA À OBRA DE NORBERT ELIAS: PARA EVITAR O CARÁTER HAGIOGRÁFICO

Aqui, se faz importante referenciar Norbert Elias, renomado sociólogo alemão, que utiliza a biografia de Mozart como ponto de partida para explorar temas amplos sobre a sociedade e cultura do final do século 18. A partir dessa abordagem, ele enfatiza que o sucesso individual não é uma conquista isolada, mas o resultado de uma complexa interação de fatores sociais, culturais e históricos. Em sua análise, Elias contextualiza o indivíduo dentro de um enredo social mais amplo, destacando as estruturas que formam o artista Mozart.

Sob tal ponto de vista, essa análise pode ser aplicada a figuras contemporâneas como Cariani reconhecido pelo fisiculturismo e empreendedorismo. Sua trajetória não deve ser vista somente como fruto de uma força de vontade extraordinária, e sim como resultado de um processo social. Assim como Mozart, cuja vida foi influenciada pelas rígidas estruturas de poder de sua época, Cariani também enfrentou pressões e desafios sociais que esculpiram sua carreira. Desde o bullying por ser obeso na infância até a busca por aceitação social e sucesso financeiro, sua trajetória reflete o impacto de circunstâncias sociais e culturais que ele precisou contornar.

Cariani, em uma entrevista ao Globo Esporte em 2023, descreveu como a musculação transformou sua vida, tornando-o fisicamente mais forte e mentalmente mais resiliente. Esse relato é uma expressão de como os desafios pessoais e sociais moldaram sua trajetória. Entretanto, não se pode ignorar que sua ascensão foi facilitada por fatores que estavam além

de sua força de vontade individual, por exemplo: o meio em que vivia, ser branco, heterossexual, a existência de possíveis redes de contatos, o acesso ao saneamento básico, a região em que cresceu e viveu, e vários outros pontos que atuam no sentido de favorecimento do sujeito. Cariani se insere num contexto em que o fisiculturismo estava em crescimento, em um cenário em que corpos musculosos eram valorizados como símbolos de poder e sucesso, especialmente nas décadas de 1970 e 1980, quando a cultura do fisiculturismo estava em alta. A busca pelo sucesso nesse meio exigiu que Cariani se adaptasse a comportamentos e expectativas sociais, assim como Mozart, que, segundo Elias, teve que abraçar as normas culturais e musicais da corte para ser aceito. Para figuras públicas, o sucesso depende de se alinhar às expectativas de uma audiência específica e Cariani, por meio de suas postagens, vídeos e entrevistas, precisou se ajustar às demandas do público que o segue. Esse processo revela a constante pressão para corresponder a expectativas, independentemente da autonomia que possa ter em sua carreira.

Elias também aponta que, para entender as realizações de protagonistas como Mozart, é essencial considerar as restrições e possibilidades oferecidas pelas estruturas sociais. Da mesma forma, o sucesso de Cariani foi desenhado por essas mesmas forças que influenciaram suas escolhas e direcionaram suas ações. Ao contrário da ideia de que ele superou obstáculos por meio de um poder sobrenatural, seu sucesso pode ser visto como o resultado de uma série de interações entre sua vontade individual e o ambiente social que o rodeava.

A comparação entre Mozart e Cariani ilustra como as trajetórias de sucesso são construídas por fatores sociais. Ambos enfrentaram desafios econômicos e sociais em suas juventudes e buscaram, por meio de suas respectivas áreas, alcançar reconhecimento e emancipação. O contexto cultural, as pressões sociais e as oportunidades disponíveis foram imprescindíveis para a formação de suas carreiras. No caso de Cariani, sua adesão às normas do universo *fitness*, somada às demandas de seu público, demonstram que, mesmo em uma posição de destaque, ele permanece ligado às expectativas de uma estrutura maior. Deve conformar-se, adaptar-se a um padrão comportamental esperado por quem o acompanha.

O sucesso, portanto, não é o resultado exclusivo de uma força de vontade individual ou de uma habilidade inata. Como Elias destaca, o indivíduo é esculpido pelas condições históricas e sociais em que está inserido, e sua trajetória é influenciada por uma multiplicidade de fatores. Assim, a ideia de sucesso como algo alcançado apenas pela determinação pessoal é uma ilusão, já que as condições sociais, econômicas e culturais desempenham um papel fundamental na construção da trajetória de qualquer indivíduo.

Concisamente, a obra de Elias ajuda a compreender que o sucesso de protagonistas como Mozart e Cariani não pode ser isolado das estruturas sociais que os cercam. Suas histórias são, em grande parte, produtos dessas condições, e o reconhecimento de suas realizações deve levar em conta essa complexa rede de influências. Dessa forma, evita-se o erro de transformar suas biografias em narrativas hagiográficas, que distorcem a realidade ao supervalorizar a vontade individual em detrimento das circunstâncias sociais e históricas. Dito isso, a seguir, será abordado o sujeito do estudo, Renato Cariani, sua trajetória de vida, adversidades, conquistas e sucesso nas redes sociais como influenciador digital.

3 METODOLOGIA

3.1 SUJEITO DO ESTUDO

Renato Cariani é o influenciador que motivou a realização da pesquisa nos moldes em que foi estruturada. Ele nasceu em 1976, na cidade de São Paulo, no bairro Cidade Dutra. Os pais eram de origem simples, a mãe empregada doméstica e o pai operário industrial.

Sua infância foi humilde, sofreu bullying na escola por usar roupas deterioradas e por ser obeso. Sempre muito estudioso, foi o melhor aluno do ensino fundamental. Com muitos empecilhos, concluiu o ensino médio profissionalizante. A musculação foi uma forma de libertação em relação ao bullying sofrido.

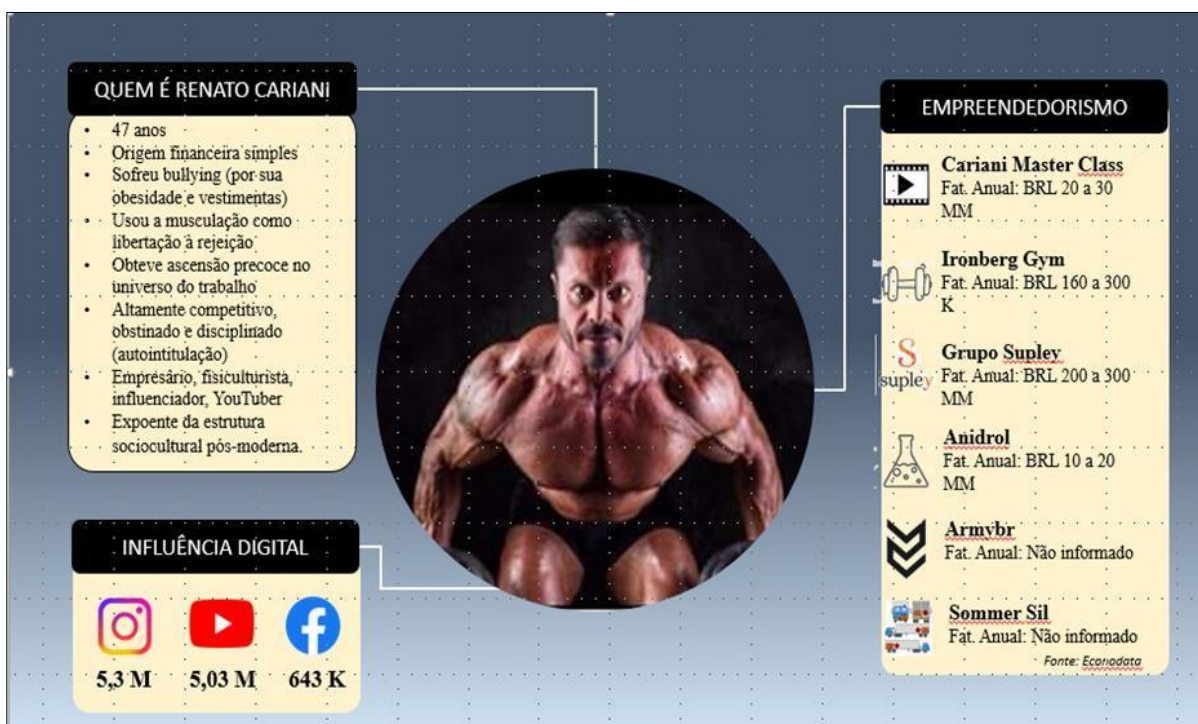
Aos 15 anos, Cariani iniciou sua carreira como auxiliar de laboratório paralelamente às práticas de musculação, passou por diversas empresas e se tornou Responsável Técnico, na área química, aos 24 anos.

Aos 23 anos já havia conquistado o Vice-Campeonato paulista de fisiculturismo, transformou o seu físico e o forjou a ferro, no decorrer de sua adolescência e juventude. Trabalhando e estudando, concluiu duas graduações, em Química e Administração. Ao mesmo tempo, vivia sua vida de atleta, mantendo hábitos e rotinas disciplinadas, acompanhando de perto o cenário do fisiculturismo e suas dinâmicas.

Aos 40 anos tinha uma carreira já reconhecida, tendo adquirido sua empresa na área da indústria química situada no ABC Paulista. Tudo isso, sem perder o foco na sua prática esportiva e sempre participando de campeonatos na área do fisiculturismo. Cariani se tornou o “campeão dos campeões”, conquistando o título *Overall*. Todo esse sucesso e superação geraram diversos fãs e entusiastas. Cariani passou então a se dedicar à produção de conteúdos via plataforma YouTube (CMSBC, 2019).

Em julho de 2023, Cariani tinha 5,3 milhões de seguidores no Instagram, além de ter alcançado no YouTube, cerca de 628 milhões de visualizações. Os conteúdos postados têm relação com o desenvolvimento muscular aliado ao discurso do bem-estar físico e emocional, dietas, promoção da juventude, assuntos que envolvem uma visão de crescimento pessoal e temas comunicantes nessa perspectiva. Sempre sob o ponto de vista que todos são capazes de se adequarem ao estilo de vida dito saudável.

Figura 6 - Resumo da biografia e influência digital de Renato Cariani



Fonte: Elaborado pelo próprio autor

O sujeito escolhido consegue traduzir bem um conjunto de valores e visões de mundo que permeiam essa comunidade, até por isso faz muito sucesso, pela capacidade de vocalizar um conjunto de expectativas coletivas. Ele possui milhões de seguidores que o seguem na plataforma digital e respondem com likes ou curtidas, o que indica aceitação de suas ideias.

Renato Cariani consegue condensar e expor em suas falas um conjunto de traços presentes nos adeptos da prática do fisiculturismo. Pretende-se aqui compreender esses traços, com delineamentos sobre alguns aspectos que aqui são considerados como constituídos e constituintes à dinâmica social em que Cariani se insere.

Dentro da perspectiva de optar por um indivíduo expoente no assunto, é importante refletir que essa opção se mostra como uma possibilidade que permite a interpretação de determinados recortes que mostram não somente uma personagem, mas refletem um

determinado período, lugar social e a multiplicidade de características presentes que perpassam ao meio investigado (Gomes, 2015).

Em outras palavras, a opção de analisar a trajetória de um influenciador que se destaca foi feita por entender que essa trajetória pode expressar as vozes e contextos de outros influenciadores que atuam na área do fisiculturismo.

Já explicitados o protagonista e os motivos da sua escolha, a seguir, será abordada a representatividade de Renato Cariani na rede social Instagram, que é uma plataforma digital de mídia social, cujos participantes dedicam tempo para compartilhamento de diversas ferramentas audiovisuais.

Em seu início, a plataforma era dedicada a fotos e vídeos curtos. Contudo, atualmente existem diversas funcionalidades e formas de interação, como: assistir a vídeos curtos e longos, evidenciar acontecimentos diários por fotos, vídeos, envio de mensagens, publicação de notícias, integração com outras redes sociais. A mídia possibilita curtidas, comentários, e muitas outras combinações que conectam milhões de pessoas de todo o mundo (Globo.com, 2012).

Dentro dessa plataforma, Renato Cariani possuía, em outubro de 2023, 6,6 milhões de seguidores. Dessa forma, ele é um protagonista bastante conhecido e respeitado pelas pessoas que fazem parte do universo do fisiculturismo, *fitness*, universo que inclui bem-estar, dietas, desenvolvimento muscular, estética e assuntos afins.

Cariani possui mais de 2.220 publicações e, de acordo com seu perfil nessa plataforma, ele se intitula como Atleta profissional, professor de Química e de Educação Física, Empresário e Youtuber. Realiza postagens diárias sobre sua vida, seus negócios em diferentes ramos (medicamentos, suplementos, academias, estúdio de criação de vídeos, vestimentas diversas), atraindo milhões de curtidas e visualizações, conforme os próprios números mostrados pelo Instagram ao visitar a página (Instagram de Renato Cariani, 2023).

A partir dessas postagens, fez-se um recorte de 250 análises, correspondentes a oito meses seguidos (13/11/2022 a 04/07/2023), dentro do tempo disponível para o pesquisador, considerando também, a possibilidade de operar com os dados obtidos.

A seguir serão demonstradas as formas de análise em cada etapa que indicam a montagem da tabela, seguidas da explicação de como cada uma foi pensada sob a luz dos autores das respectivas teorias, concepções e avaliações que serão relatadas em seus respectivos momentos.

3.2 ABORDAGEM METODOLÓGICA

Para compreender como foi desenvolvida a ferramenta para avaliar os dados coletados a partir da seleção de postagens, é essencial ter uma compreensão da metodologia que serviu como fundamento para a criação dessa ferramenta. Optou-se pela teoria da análise do discurso para investigação das informações.

De acordo com Minayo, todo texto tem potencial para admitir inúmeras possibilidades de interpretação. A produção de significados é construída pelos autores e leitores, falantes e ouvintes.

A possibilidade de múltiplas interpretações apoia-se no fato de que o processo discursivo não tem um início preciso: ele acumula sentidos de discursos prévios e parte deles, sendo reinterpretados pela experiência concreta do leitor do interlocutor ou do analista. (Minayo, 2010. p. 322)

Dessa maneira, a análise do discurso propicia a prerrogativa de abordar a interpretação do texto sob uma subjetividade, caracterizada pela apreensão da realidade individual de leitura e percepção da realidade. A interpretação considera as diversas, mas claro, não todas as possibilidades de significados que podem estar contidas no discurso.

Para Bachelard (2006, p.165) o conhecimento humano a respeito da realidade nunca é perfeito, absoluto ou imediato. Limitações e sombras sempre acompanharão a compreensão. Por isso, se faz necessária a percepção das imperfeições intrínsecas ao conhecimento e manutenção constante de revisões e aprimoramentos.

A partir da compreensão dessas condições inerentes ao ser humano e sua relação frente à busca por saberes, a presente pesquisa sugere a metodologia qualitativa. De acordo com Minayo (2010, p.57):

O método qualitativo é o que se aplica ao estudo da história, das relações, das representações, das crenças, das percepções e das opiniões, produtos que os humanos fazem a respeito de como vivem, constroem seus artefatos e a si mesmos, sentem e pensam.

Os estudos qualitativos são mais adequados para investigações focadas em análises de discursos feitos por grupos sociais, atores sociais e as relações desses discursos com contextos em que foram produzidos.

Dentro da perspectiva da abordagem qualitativa encontra-se como possibilidade a teoria da análise do discurso, que aborda a linguagem pela perspectiva da dicotomia entre os sentidos compreendidos e o intuito da fala. Neste sentido, Minayo (2010, p. 319) afirma que:

Os pressupostos básicos da teoria de análise do discurso podem resumir-se em dois princípios, segundo Pêcheux: (1) O sentido de uma palavra, de uma expressão ou de uma proposição não existe em si mesmo. Ao contrário, expressa posições ideológicas em jogo no processo sócio-histórico no qual as formas de relação são produzidas, (2) toda formação discursiva dissimula, pela pretensão de transparência, sua dependência das formações ideológicas.

Michel Pêcheux (1982), na teoria francesa da análise do discurso, entende que a lógica de produção do discurso se coloca num lugar favorecido, por não atribuir ao indivíduo (autor do discurso) a elaboração das suas próprias falas, porque elas correspondem a uma coerência da sociedade. O sujeito é apenas resultado dos desdobramentos gerais que ocorrem na vivência coletiva, ou seja, seu discurso é influenciado e construído por um sistema social maior, alocado em intencionalidade, ideologias e significados que fogem do controle subjetivo individual.

Pêcheux relata que o enunciado se constrói numa lógica interpretativa e possui lógica, estrutura, relações de concordância e toda uma cadeia de sentido, mas pode apresentar pontos de dúvida, incerteza, ambiguidades, dentre outras possibilidades que levam à interpretação. É nessa interseção entre o discurso e a dúvida que se faz a análise do discurso (Orlandi, 2005).

Portanto, para discutir o discurso do influenciador Renato Cariani, será utilizada a técnica de análise de Pêcheux (1982). Essa proposta visa submeter o texto² a vários procedimentos de catalogação, no que se referem ao caráter semântico³, sintático⁴ e lógico⁵.

Para Pêcheux essa possibilidade de automatização se deve ao fato da “repetição do idêntico”, através de formas distintas. A intenção é utilizar essa ferramenta de análise para entendimento do discurso de Renato Cariani. Para isso, será realizado um recorte de suas postagens no Instagram com o intuito de mapear e compreender sua narrativa.

Para além daquilo que é dito, observa-se ainda o não dito, contudo repleto de intencionalidades que também faz parte do discurso, entretanto, nesse caso, não verbal. Cariani utiliza gestos, expressões faciais e, especificamente, determinadas marcas de roupa, posição corporal e valorização da estética (cabelos bem arrumados, postura ereta, dentes extremamente brancos, roupas justas que destacam os músculos, ausência de rugas

² O texto é visto como unidade de análise, ou seja, é uma fonte complexa de significados. Pode ser uma palavra, um conjunto de frases ou um documento completo (Minayo, 2010, p.321).

³ Num sistema linguístico, o componente do sentido das palavras e da interpretação das sentenças e dos enunciados (Oxford University Press Languages, 2023).

⁴ Se refere à sintaxe que é componente do sistema linguístico que determina as relações formais que interligam os constituintes da sentença, atribuindo-lhe uma estrutura (Oxford University Press Languages, 2023).

⁵ Raciocínio coerente, acertado (Oxford University Press Languages, 2023).

possivelmente devido a procedimentos estéticos), além de um tom de voz calmo e uma fala pausada, demonstrando conhecimento, ou convencimento de possuí-lo, sobre o que diz.

Esses elementos contribuem para a análise do discurso, uma vez que o corpo comunica, assim como o ambiente em que esse corpo está inserido, e todos esses aspectos são fundamentais para a construção de um discurso convincente. As análises realizadas para identificar palavras-chave e resumir o discurso foram minuciosas, considerando todos esses detalhes para extrair o máximo de significados possíveis da mensagem que Cariani transmite.

Como mencionado, o discurso se manifesta de diversas formas, e a palavra falada, por si só, nem sempre consegue expressar o sentido pretendido por quem a utiliza, podendo até transmitir o oposto em casos de ironia ou outras intenções. Dessa forma, a análise buscou observar o contexto completo em que o discurso se insere para captar a mensagem mais autêntica possível. No entanto, é importante ressaltar que interpretações podem variar e a análise não está livre de possíveis equívocos.

Cada uma das 250 análises, incluindo fotos e vídeos (dependendo de cada postagem), foi revisada várias vezes para que fosse captado o contexto, expresso e implícito. É importante esclarecer que este recorte não visa caracterizar Cariani como indivíduo, mas sim como influenciador. Objetiva-se mapear sua dinâmica e compreender se seu discurso contesta ou corrobora os três eixos contemporâneos aqui contemplados (consumismo, individualismo e positividade tóxica).

Não se trata de um julgamento ou de qualquer abordagem tendenciosa, mas da tentativa de refletir sobre o que foi observado dentro do recorte proposto. Conforme Pêcheux (1982) ressalta, o sentido do discurso se constrói dentro da lógica do momento, do sentimento e do contexto específico, além de ser direcionado a um público próprio em determinado momento.

Essa é a abordagem proposta: não se isenta de falhas, mas direcionada a decifrar o discurso em uma lógica mais ampla, para então transformá-lo em palavras-chave e estruturas resumidas para análises posteriores. Serão apresentados, enfim, os passos em busca dessa análise, que serão detalhados a seguir.

3.3 FERRAMENTA PARA ANÁLISE DO CORPUS

Devido ao tipo de estudo e diante à abordagem metodológica empreendida, fez-se necessária a construção de uma ferramenta analítica para suporte da organização dos dados obtidos nas postagens selecionadas. Nesse sentido, construiu-se uma tabela, utilizando o

programa *Microsoft Excel*, com as seguintes seções e itens (que serão explicadas no decorrer do texto), respectivamente:

Informações gerais:

- **Informações da postagem:** Link de acesso para a respectiva postagem, Tipo de postagem (foto ou vídeo), Data de consulta, Quantidade de *likes*, Quantidade de visualizações, Data estimada da postagem;

Figura 7 – Coluna destinada ao preenchimento do link de acesso das postagens

Nº	Link
1	Renato Cariani (@renato_cariani) Instagram
2	https://www.instagram.com/reel/CuP_1MZur20/
3	https://www.instagram.com/reel/CuNFWe8LRyd/
4	Renato Cariani (@renato_cariani) Instagram
5	Renato Cariani (@renato_cariani) Instagram
6	Renato Cariani (@renato_cariani) Instagram
7	Renato Cariani (@renato_cariani) Instagram
8	Renato Cariani (@renato_cariani) Instagram
9	Renato Cariani (@renato_cariani) Instagram
10	Renato Cariani (@renato_cariani) Instagram

Fonte: Elaborada pelo próprio autor

Figura 8 – Colunas destinadas ao preenchimento do tipo, informações e data da postagem

INFORMAÇÕES DA POSTAGEM				
Foto/Vídeo	DATA DE CONSULTA	Qtd de likes	Qtd de visualizações	Data estimada da postagem
Foto	05/07/2023	148.235		04/07/2023
Vídeo	05/07/2023	59.025	960.000	04/07/2023
Vídeo	05/07/2023	64.593	1.200.000	02/07/2023
Vídeo	05/07/2023	49.349	1.100.000	02/07/2023
Vídeo	05/07/2023	40.669	747.000	01/07/2023
Vídeo	05/07/2023	6.790	304.000	30/06/2023
Vídeo	05/07/2023	19.967	586.000	29/06/2023
Vídeo	05/07/2023	20.527	591.000	28/06/2023

Fonte: Elaborada pelo próprio autor

Após essas primeiras colocações, tem-se a divisão sobre o que é dito e, posteriormente, o que não é dito.

Sobre o que é dito:

- **Avaliação da legenda (o que é escrito):** o intuito é ouvir/ler o discurso de Cariani e verificar a repetição do idêntico que se manifesta de formas diferentes. A partir disso, elencar palavras-chave para caracterizar cada postagem avaliada. Através desse procedimento foi possível mapear, catalogar e compreender seu discurso, possibilitando análises a partir dessa esquematização.

Figura 9 – Coluna destinada às palavras-chave da postagem avaliada

AVALIAÇÃO DAS LEGENDAS (O que é escrito/postado) - N de palavras	
Palavras-chave (3 a 5 palavras)	
	idade, amadurecimento, sorriso
	dieta, massa muscular, gordura
	construção, ambição, desconforto
	sucesso, amigos, inimigos
	treino, fitness, dieta
	tecnologia, hospital, personalizado
	diferença, vontade, campeão
	Marvel, Disney, série

Fonte: Elaborada pelo próprio autor

- **Observação de diálogo com a modernidade avançada:** Individualismo, Consumismo e Positividade tóxica/extrema. O discurso dito por Cariani em suas publicações é analisado e reduzido à função binária “sim” ou “não”. Sendo “sim” caso ele aponte alguma aproximação com o eixo mencionado e “não” se não dialoga com a característica analisada, a modernidade avançada.

Figura 10 – Colunas para avaliar características da modernidade avançada no discurso dito

(DITO) Observação de diálogos com características da modernidade avançada		
Individualismo (Dito) ▾	Consumismo (Dito) ▾	Positividade tóxica/extrema (Dito) ▾
Sim	Não	Não
Sim	Não	Não
Não	Não	Não
Sim	Não	Sim
Não	Não	Não
Não	Não	Não
Sim	Não	Não
Não	Não	Não

Fonte: Elaborada pelo próprio autor

- **Influência no Tempo livre:** A mesma observação é feita aqui sobre a influência no uso do tempo livre de seus seguidores. Caso ele induza os seguidores com o discurso

dito sobre a utilização do tempo livre, a coluna será marcada com “Sim”; caso contrário com “Não”.

Figura 11 – Coluna para avaliar a relação com o tempo de lazer no discurso dito

DITO (Tempo de lazer)
Sim
Sim
Sim
Não
Sim
Não
Não
Sim

Fonte: Elaborada pelo próprio autor

O discurso não dito

A observação se dá pelas imagens e vídeos com intenções de verificar se estes contêm elementos ou aspectos que dialoguem com o consumismo, individualismo e a positividade tóxica de forma não dita. Isso quer dizer, sentidos não expressos diretamente no discurso, no entanto, contidos em outros suportes presentes, por exemplo, nos cenários, decoração, objetos, logotipos discretos, presença de acessórios, produtos ou serviços ligados ao que está sendo observado, postura corporal, cuidados excessivos com a estética, ambientes isolados ou bens que indicam exclusividade. A partir disso, preenche-se a tabela, agora com foco no “não dito”, considerando a aproximação ou não com os elementos e aspectos avaliados. Isso permite, posteriormente, a comparação com o discurso que foi dito.

- **Observação de diálogo com a modernidade avançada:** Individualismo, Consumismo e Positividade tóxica/extrema;

Figura 12 - Colunas para avaliar características da modernidade avançada no discurso não dito

(NÃO DITO) Observação de diálogos com características da modernidade avançada		
Individualismo (não dito)	Consumismo (não dito)	Positividade tóxica/extrema (não dito)
Sim	Sim	Não
Sim	Sim	Sim
Não	Não	Não
Sim	Não	Sim
Não	Não	Não
Não	Sim	Não
Sim	Não	Não
Não	Não	Não

Fonte: Elaborada pelo próprio autor

- **Influência no Tempo livre:** O mesmo ocorre com a influência a respeito do tempo livre no discurso de Cariani a seus seguidores.

Figura 13 - Coluna para avaliar a relação com o tempo de lazer no discurso não dito

Não dito (Tempo de lazer)
Sim
Não
Não
Não
Não
Não
Não
Sim

Fonte: Elaborada pelo próprio autor

O objetivo em cada uma dessas divisões, de forma geral, é inferir se existe ou não a presença de tais significações nas postagens de Renato Cariani. Adota-se para cada característica, dos discursos ditos e não ditos que são qualificáveis, uma análise binária, isto é, foi avaliado apenas se existe ou não aquele elemento no discurso de Cariani.

Dentro dessa perspectiva, para balizar o discurso, foram utilizadas, também, algumas análises de aproximação com textos e teorias que serão apresentadas a seguir.

3.4 DETALHANDO A TABELA

Na seção chamada “Avaliação das legendas (o que é escrito/postado) - N de palavras” - exclusivamente presente no discurso dito - foram coletadas as palavras-chave do discurso de cada postagem (entre 3 e 5 palavras), a fim de se obter uma análise e entendimento mais granular do discurso escrito.

Em “Observação de diálogo com a modernidade avançada”, - presente na seção discurso dito e não dito - existem três eixos (Individualismo, Consumismo e Positividade tóxica/extrema) que serviram como bases principais para serem utilizadas como auxiliadoras no processo de mensurar e classificar o discurso de Renato Cariani, aliadas às ideias dos filósofos Byung-Chul Han, Zygmunt Bauman e suas percepções sobre a dinâmica social. Além deles, podem ser citados outros autores com intuito de complementação e diálogo de ideias.

Quanto ao Individualismo, visto com mais ênfase nos tempos modernos, com foco excessivo no “eu”, a intenção foi observar se o influenciador digital enfatiza constantemente a busca de resultados individuais, como a construção de um corpo perfeito, a conquista de metas pessoais de condicionamento físico ou a obtenção de uma aparência específica por esforço exclusivo próprio. Enfim, verificar se seu discurso se concentra predominantemente nas conquistas individuais.

Nesse contexto, Han (2015), no decorrer do seu livro intitulado “Sociedade do Cansaço”, faz uma reflexão sobre o sistema neoliberal presente na sociedade atual caracterizada por uma crescente descentralização e um foco maior no individualismo. Isso alimenta a ideia de que cada sujeito tem o controle absoluto sobre os seus meios de produção, e pode alcançar a excelência por meio de esforço próprio exclusivo.

De maneira categórica, Han compara essa lógica à dinâmica mestre-escravo, como se cada um fosse o dono e o servidor de si mesmo, numa relação abusiva do ser com o próprio ser. Esse empenho é enfrentado por cada pessoa na busca por uma recompensa, tornando os hábitos completamente competitivos e desgastantes.

Sobre o consumismo, Bauman (1999) o vê com um olhar crítico, considerando-o um fator prejudicial que auxilia na dissolução do contato humano. Ele caracteriza o consumismo como uma forma de consumo ostensivo, impulsionado por comportamentos impacientes, descontrolados e sem preocupação com a responsabilidade ambiental. O intuito é verificar se ocorrem essas características nas postagens analisadas, ou não.

Em relação à positividade excessiva/tóxica, conceito descrito por Han (2015), a intenção é observar se Renato Cariani, constantemente, enfatiza a importância de ser positivo, motivado e ter uma mentalidade vencedora. Pretende-se observar se o discurso é baseado exclusivamente em mensagens de motivação sem espaço para reconhecer desafios reais, dificuldades ou emoções negativas. Isso pode indicar positividade tóxica.

Na seção “Tempo livre”, - presente no discurso dito e não dito - busca-se perceber se o que Cariani diz, escreve, posta, comunica, de alguma forma incentiva sobre como seus seguidores devem ou podem ocupar seu tempo livre.

3.5 PREENCHIMENTO DA FERRAMENTA

A título de exemplificação do preenchimento da ferramenta, será demonstrada a análise de uma postagem. Esse trabalho repetiu-se 250 vezes a fim de mapear e compreender melhor o empresário e influenciador digital sob os aspectos desejados.

Figura 14 - Página do Instagram de Renato Cariani.



Fonte: Instagram Renato Cariani. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CuRinMqOLTz/>. Acesso em: 05/07/2023

A data de publicação dessa postagem foi em 04/07/2023, trata-se de uma fotografia, com 163.085 curtidas.

Discurso “dito” na postagem

No trecho da publicação de Cariani, é possível identificar elementos do consumismo, individualismo e positividade tóxica, embora de forma sutil, na mensagem de superação e busca por uma vida plena. A análise de cada um desses conceitos revela como eles estão presentes no discurso, mesmo que implícitos, refletindo tendências contemporâneas sobre corpo, sucesso e bem-estar.

Primeiramente, o consumismo se manifesta na valorização de um estilo de vida que se preza pela juventude e disposição, independentemente da idade que tenha o influenciador. Ao afirmar que aos 47 anos se sente como se tivesse 27, Cariani sugere a possibilidade de desafiar o tempo e, de certa forma, prolongar a juventude. Esse sentimento pode ser associado ao consumo de produtos e práticas que buscam o antienvelhecimento e a manutenção de um corpo em forma.

A procura por um corpo forte e aparentemente saudável não se enquadra exclusivamente ao esforço pessoal, porque envolve o acesso a academias, suplementos e até mesmo intervenções estéticas, o que reflete a função do mercado em oferecer meios para prolongar a juventude e melhorar a aparência. O corpo, assim, torna-se um produto a ser constantemente aperfeiçoado.

Em relação ao individualismo, seu texto mostra uma forte exaltação sobre o seu mérito pessoal e na sua capacidade de superar obstáculos para alcançar o sucesso. Cariani celebra seu próprio amadurecimento e disposição, afirmando que cada lágrima foi um aprendizado que o levou aos sorrisos de hoje. Isso reflete uma visão individualista, na qual o sucesso é fruto exclusivo da determinação pessoal e do esforço próprio, sem menção a fatores coletivos ou de apoio externo. O corpo, nesse contexto, é visto como o resultado de uma jornada pessoal de superação, em que o reconhecimento está ligado à própria capacidade de edificá-lo de acordo com os padrões desejados, sem considerar as circunstâncias sociais que podem influenciar esse processo, como apontado por Norbert Elias em sua obra sobre Mozart já citada anteriormente.

Por último, a positividade tóxica também pode ser observada na forma como o discurso lida com o conceito de superação. Ao afirmar que "amadurecimento não significa idade, mas sim acúmulo de sorrisos", a mensagem sugere que todas as dificuldades podem ser superadas e transformadas em algo positivo, como se o processo de sofrimento fosse sempre um caminho direto para o sucesso.

Essa legenda postada por Cariani não contempla a complexidade das emoções humanas e a validade das experiências negativas. Além disso, promove a ideia de que, para alcançar a felicidade e a realização, é necessário reprimir ou superar completamente as adversidades, em vez de aceitá-las como parte natural da vida. A pressão para manter essa disposição constante, como se as lágrimas fossem apenas uma etapa para o sucesso, pode reforçar a positividade tóxica, pois desvaloriza os momentos de vulnerabilidade e de falha.

Portanto, no discurso de Cariani, podem-se observar traços de consumismo, individualismo e positividade tóxica que, embora apresentem uma mensagem de motivação e resiliência, reforçam uma visão limitada do corpo e do sucesso, fortemente influenciada por expectativas sociais e pela necessidade de mostrar força e superação em todos os momentos.

Ainda nessa publicação de Cariani, é possível verificar que ele tenta exercer, de maneira implícita, influência sobre a percepção de tempo livre de seus seguidores. Embora o foco da mensagem seja a superação pessoal e a valorização do amadurecimento, o contexto em que o relato é construído envolve a ideia de que o uso do tempo livre deve estar diretamente relacionado ao aprimoramento pessoal e físico. Essa ideia reflete padrões de produtividade e autocuidado que são predominantes na sociedade atual.

Nesse contexto, o tempo livre pode ser interpretado como uma oportunidade para o autodesenvolvimento, principalmente no que se refere ao cuidado com o corpo e a saúde. A imagem de fisiculturista representa um modelo de sucesso e depende do uso disciplinado do tempo para que esse estereótipo seja alcançado. Isso pode passar a ideia de que é necessário investir muitas horas do lazer em atividades produtivas, como treinos intensos, para alcançar um físico semelhante. A postagem sugere, portanto, que a dedicação ao tratamento do corpo é uma das formas mais valiosas para empregar o tempo fora do trabalho.

A frase “cada lágrima é parte de um processo de aprendizado” pode incentivar seus seguidores a usarem o tempo de lazer para atividades que promovam o crescimento pessoal, deixando de lado a possibilidade de simplesmente descansar ou desfrutar momentos de ócio.

Portanto, pode-se concluir que, de maneira indireta, Cariani sugere a seus seguidores sobre como percebem e utilizam seu tempo livre.

Discurso “não dito” na postagem:

Em consonância às observações descritas na imagem acima, verifica-se, ainda, características do consumismo, individualismo e positividade tóxica. Os três eixos aparecem interligados pela busca de um ideal de corpo e sucesso. O corpo retratado na foto aparenta ser

construído para se adequar aos padrões de beleza contemporâneos, reforçando uma ideia de que a perfeição física pode e deve ser alcançada.

Essa visão remete ao consumismo porque sugere que a aparência física ideal é algo que pode ser adquirido e aperfeiçoado por meio de produtos, serviços, exercícios e procedimentos estéticos. O corpo passa a ser tratado como um objeto de consumo, um reflexo do mercado de saúde e beleza, no qual a busca por uma imagem perfeita se torna uma mercadoria.

Há indícios, ainda, de uma postura individualista na forma como o corpo é apresentado. O foco está na força física e na virilidade. Isso pode representar um projeto individual do próprio influenciador que reflete uma cultura em que o valor da pessoa está atrelado à sua capacidade de esculpir a própria imagem de acordo com padrões sociais, sem levar em consideração fatores coletivos, como saúde mental ou bem-estar social. A supervalorização da aparência e da força física alimenta a ideia de que o sucesso pessoal está diretamente ligado à forma do corpo e à capacidade de superar os outros por meio da estética corporal.

A ideia da positividade tóxica também se faz presente. A imagem promove a noção de que somente o corpo forte, jovem e esculpido é digno de admiração, o que pode criar uma pressão constante para manter uma aparência impecável. Essa expectativa desconsidera a realidade das imperfeições humanas, tornando o fracasso em atingir esse ideal algo indesejável e, muitas vezes, uma fonte de frustração. A positividade tóxica, nesse contexto, está na imposição de um estado constante de perfeição física e emocional que nega as vulnerabilidades naturais e as complexidades do corpo humano.

Nesse contexto, a imagem sugere uma combinação de consumismo, individualismo e positividade tóxica, expondo um cenário em que o corpo perfeito se mostra como um ideal inalcançável para a grande maioria das pessoas e, torna-se ainda, uma mercadoria, construído por forças sociais que incentivam a busca incessante pela perfeição física e pelo reconhecimento pessoal.

Outrossim, sobre a influência no tempo livre através do discurso não dito, a comparação visual entre os dois momentos - o de um corpo jovem e o de um corpo mais maduro, ambos igualmente fortes e trabalhados - promove a ideia de que o tempo livre pode ser dedicado ao cuidado com o corpo e à manutenção de uma forma física ideal, independentemente da idade. Ao mostrar que, mesmo aos 47 anos, ele mantém um corpo semelhante ao de quando tinha 27, Cariani transmite a mensagem de que a juventude, força e

estética podem ser preservadas através de um trabalho contínuo e disciplinado. A sugestão implícita é que o tempo livre deve ser usado de forma produtiva, em atividades que promovam a manutenção ou aprimoramento do corpo, como exercícios físicos, alimentação regrada e, possivelmente, outras práticas relacionadas ao *fitness*.

Enfim, essa mensagem, não dita, reforça a ideia de que, para ser bem-sucedido, é necessário disciplinar o tempo livre transformando-o em um espaço de autocuidado intenso, focado no corpo e na imagem.

Essas análises foram feitas em todas as 250 postagens examinadas no intuito de verificar a presença, ou ausência, dos eixos mencionados: consumismo, individualismo, positividade tóxica e influência no tempo livre nos discursos ditos e não ditos nas postagens de Renato Cariani. A seguir serão expostos os resultados obtidos.

4 RESULTADOS

4.1 SOBRE AS CURTIDAS OU LIKES

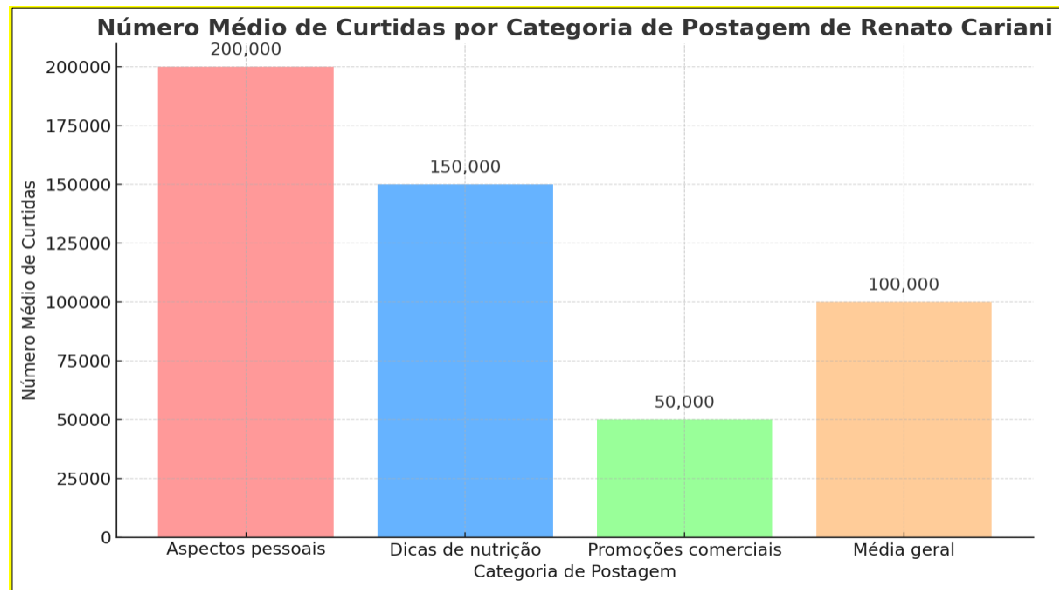
Das 250 postagens de Renato Cariani, 81 são fotos e 169 são vídeos. Observou-se que as relacionadas a aspectos mais pessoais de sua vida, como o chá de revelação do neto, momentos de lazer com a família, declarações de amor à esposa, e encontros com celebridades como Gustavo Lima e DJ Alok receberam o maior número de curtidas. Esses conteúdos apresentam uma média de 200 mil curtidas por postagem.

Postagens que oferecem dicas práticas relacionadas à nutrição e ao consumo de calorias também atraíram um número significativo de engajamento, com uma média de 150 mil curtidas.

Em contrapartida, as postagens com menor número de curtidas incluem promoções de parcerias comerciais, como a divulgação de programas de fisiculturismo, anúncios de plataformas *fitness* e produtos associados, além de eventos beneficentes e solidários, como treinos para arrecadação de alimentos e propagandas para hospitais e clínicas de saúde. Essas postagens apresentam uma média de 50 mil curtidas.

O número médio de curtidas de todas as postagens analisadas, independentemente do tipo de conteúdo, é de aproximadamente 100 mil.

Figura 15 - Número médio de curtidas por categoria de postagem de Renato Cariani



Fonte: Elaborado pelo próprio autor

4.2 QUANTIDADE DE VISUALIZAÇÕES E PALAVRAS-CHAVE

A análise das palavras-chave extraídas dos vídeos de Renato Cariani no Instagram revela padrões distintos entre os vídeos de maior e menor engajamento. Nos 114 vídeos que ultrapassaram 1 milhão de visualizações, as temáticas mais recorrentes envolvem aspectos relacionados ao universo *fitness*, como dieta, treino, transformação, musculação e disciplina. Entre as palavras mais frequentes estão: "dieta", "calorias", "músculo", "massa muscular" e "rotina", refletindo o foco em instruções práticas de saúde e condicionamento físico.

Outras temáticas tais como "disciplina", "sucesso", "resiliência" e "autocontrole" demonstram o foco constante de Cariani em mensagens motivacionais e de desenvolvimento pessoal.

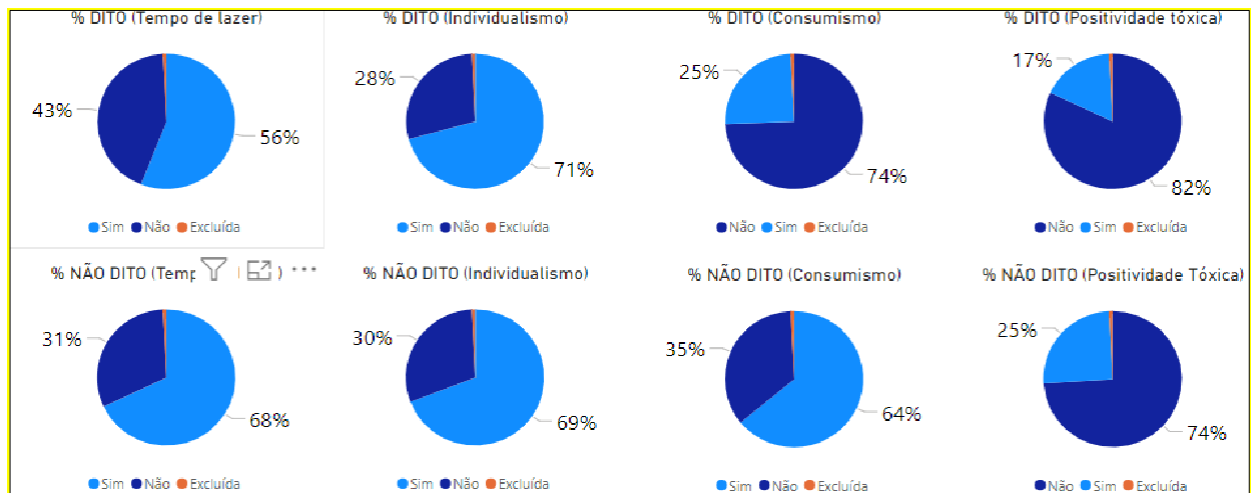
Por outro lado, os vídeos que obtiveram menos visualizações abordam, em sua maioria, temas relacionados à divulgação de produtos e eventos, como "tecnologia", "hospital", "publicidade", "plataforma" e "army" (sua marca de roupas), com um foco específico em promoções de marcas pessoais e de terceiros. Isso contrasta com os vídeos de maior sucesso, que são mais centrados em dicas de *fitness* e desenvolvimento pessoal.

4.3 SOBRE OS DISCURSOS

Na seção abaixo, apresentam-se os resultados obtidos a partir da análise das postagens de Renato Cariani a respeito do que foi explícito e implícito em suas publicações divididas por grupos, considerando os objetivos de verificar se os conceitos de individualismo,

consumismo, positividade tóxica e influência sobre o tempo livre estão presentes em seu discurso nas fotos e vídeos publicados. É interessante observar que algumas porcentagens não chegam a sua totalidade (100%), isso porque Cariani excluiu algumas postagens entre o momento da coleta e da análise.

Figura 16 - O discurso “dito” e “não dito” nas fotos e vídeos



Fonte: Elaborado pelo próprio autor

Tempo de Lazer

No que diz respeito ao tempo de lazer, no discurso dito, observa-se que 56% das postagens de Cariani interferem diretamente na forma como o lazer é vivenciado por seus seguidores, enquanto em 43% não apresentam essa característica. Apenas 1% das postagens foi excluída entre o período de coleta e análise, o que justifica a ausência de totalidade nos dados. Já no discurso não dito, o percentual de interferência aumenta para 68%, sugerindo que, mesmo nas postagens onde o lazer não é mencionado diretamente, há uma comunicação implícita sobre como esse tempo deve ser utilizado. Nesse caso, 31% das postagens não apresentaram tal sugestão, e novamente 1% delas foi excluída.

Individualismo

A postura do individualismo mostrou-se significativa no discurso de Cariani. No discurso dito, 71% das postagens mencionam de forma explícita essa característica, enquanto 28% não apresentam tal referência. No discurso não dito, a presença de uma postura individualista aparece em 69% das postagens e 30% não trazem essa postura. A recorrência

dessa característica, mesmo quando implícita, sugere que o individualismo está fortemente integrado ao discurso geral do influenciador.

Consumismo

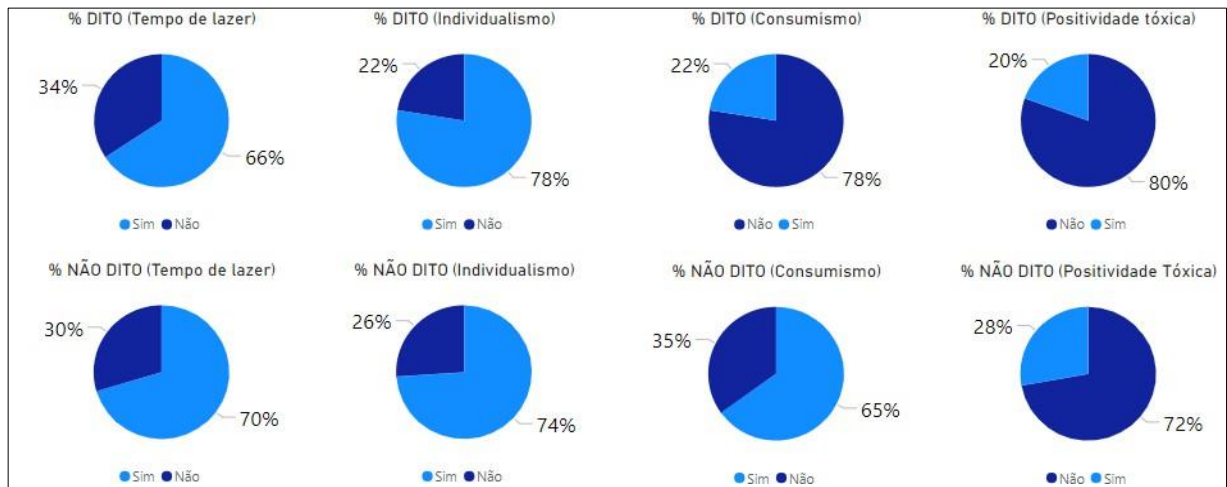
Quanto ao aspecto do consumismo, os dados revelam as seguintes dinâmicas interessantes. No discurso dito, 74% das postagens de Cariani não mencionam diretamente essa característica da modernidade atual, enquanto 25% trazem referências explícitas ao consumismo. Já no discurso não dito, a situação se inverte: 64% das postagens sugerem elementos relacionados ao consumismo de forma implícita, enquanto 35% não apresentam essa característica. Em ambos os casos, 1% das postagens foi excluída entre a coleta e a análise. Esses resultados apontam que, embora o consumismo não seja amplamente mencionado de forma explícita, ele está fortemente presente de forma subentendida no discurso do influenciador.

Positividade Tóxica

Por fim, ao avaliar a positividade tóxica, observou-se que, no discurso dito, 82% das postagens não mencionam essa característica, enquanto 17% fazem referência direta a ela. No discurso não dito, os percentuais são: 74% das postagens não sugerem positividade tóxica, enquanto 25% indicam tal elemento de maneira implícita. Assim como nos outros aspectos analisados, 1% das postagens foi excluída.

Esses resultados mostram diferenças entre o que é explicitamente mencionado e o que está implícito no discurso das postagens analisadas. O tempo de lazer e o individualismo aparecem como temas recorrentes tanto de forma explícita quanto implícita, demonstrando uma relação direta com as lógicas contemporâneas. O consumismo, por outro lado, é menos frequente no discurso explícito, com a maioria das postagens (74%) que não menciona esse tema diretamente; no entanto, ele ganha força no discurso implícito, aparecendo em 64% das postagens analisadas. Por fim, a positividade tóxica é o elemento menos presente, sendo mencionada de forma explícita em apenas 17% das postagens e de forma implícita em 25%.

Figura 17 - O discurso “dito” e “não dito” somente nos vídeos



Fonte: Elaborado pelo próprio autor

Na análise dos vídeos, foram investigados os aspectos de tempo de lazer, individualismo, consumismo e positividade tóxica, considerando o que foi explicitamente mencionado (discurso dito) e o que foi sugerido de forma implícita (discurso não dito). Esses dados revelam dinâmicas específicas que diferem, em alguns casos, dos resultados obtidos quando fotos e vídeos foram analisados em conjunto.

Tempo de Lazer

Nos vídeos, observa-se que o tempo de lazer é abordado diretamente em 66% das postagens analisadas, enquanto em 34% ele não é mencionado (discurso dito). No discurso não dito, a interferência de Cariani sobre como o lazer deve ser vivenciado por seus seguidores é ainda mais significativo, ocorrendo em 70% dos casos, enquanto 30% não apresentam tal sugestão. Esses números reforçam que o tempo de lazer é um tema importante nas publicações, frequentemente sugerido de forma implícita mesmo quando não mencionado diretamente.

Individualismo

A característica do individualismo é bastante abordada no discurso dos vídeos analisados. No discurso dito, 78% das postagens fazem referência direta a esse tema, enquanto em 22% ele não é mencionado. No discurso não dito, o individualismo continua presente em 74% das postagens e 26% não apresentam essa característica. Esses dados indicam que a promoção do individualismo é consistente nas formas explícitas e implícitas.

Consumismo

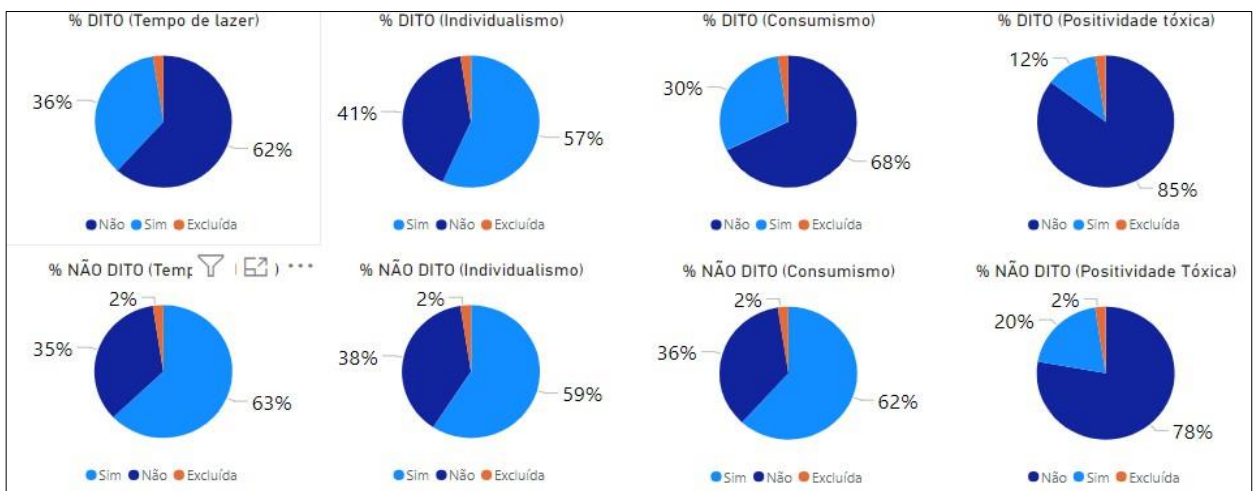
O consumismo apresenta resultados distintos nos vídeos. No discurso dito, apenas 22% das postagens mencionam diretamente essa característica da modernidade, enquanto 78% não o fazem. Entretanto, no discurso não dito, o consumismo ganha espaço, aparecendo em 65% das postagens, enquanto 35% não apresentam essa característica de forma implícita. Esses resultados revelam que o consumismo, embora não seja frequentemente abordado de forma explícita, está fortemente presente de maneira implícita.

Positividade Tóxica

A positividade tóxica, por sua vez, é pouco mencionada de forma direta. No discurso dito, 80% dos vídeos não fazem referência a essa característica, enquanto 20% trazem alguma menção explícita. Já no discurso não dito, 72% das postagens não sugerem positividade tóxica, mas em 28% essa característica está presente de forma implícita. Assim, a positividade tóxica é o tema menos recorrente nos vídeos analisados, tanto de forma explícita quanto implícita.

Os resultados da análise dos vídeos indicam que o tempo de lazer e o individualismo são temas fortemente presentes no discurso de Cariani. Isso sugere a possibilidade de influenciar diretamente os hábitos e valores de seus seguidores. O consumismo, embora menos abordado diretamente nos vídeos, permanece significativo quando analisado sob o discurso implícito. Por outro lado, a positividade tóxica é o elemento menos mencionado, sendo abordada de forma esporádica e com menor relevância.

Figura 18 - O discurso “dito” e “não dito” somente nas fotos



Fonte: Elaborado pelo próprio autor

Os resultados apresentados revelam diferenças importantes em relação ao discurso dos vídeos, sugerindo que o formato das postagens pode influenciar a maneira como os temas são abordados.

Tempo de Lazer

No discurso dito, observa-se que 62% das postagens fotográficas não fazem referência ao tempo de lazer, enquanto 36% mencionam esse tema diretamente. Esse padrão é diferente do observado nos vídeos, nos quais o tempo de lazer é mais frequentemente abordado de forma explícita. No entanto, no discurso não dito, 63% das postagens sugerem elementos relacionados ao lazer de forma implícita, enquanto 35% não apresentam essa característica. Esses números indicam que, mesmo com uma baixa menção direta, o tempo de lazer ainda está presente nas postagens fotográficas de maneira implícita.

Individualismo

O individualismo é abordado no discurso dito em 57% das postagens fotográficas, enquanto 41% não fazem menção direta a esse tema. Já no discurso não dito, os números aumentam ligeiramente, com 59% das postagens sugerindo elementos de individualismo de forma implícita e 38% não apresentando essa característica. Esses resultados sugerem que o individualismo é uma característica moderadamente presente nas fotos postadas por Cariani, tanto de forma explícita quanto implícita.

Consumismo

No discurso dito, 68% das fotos não fazem referência direta ao consumismo, enquanto 30% mencionam esse tema. No entanto, no discurso não dito, a presença do consumismo aumenta significativamente, com 62% das postagens sugerindo elementos relacionados a essa característica, enquanto 36% não apresentam tal sugestão. Isso reflete uma tendência observada também nos vídeos, onde o consumismo tende a estar mais presente de forma implícita.

Positividade Tóxica

A positividade tóxica é o tema menos recorrente nas postagens exclusivamente fotográficas. No discurso dito, 85% das postagens não fazem menção direta a esse tema, enquanto 12% apresentam alguma referência explícita. No discurso não dito, 78% das

postagens não sugerem positividade tóxica de forma implícita, enquanto 20% trazem essa característica subentendida. Esses dados apresentam que a positividade tóxica é um elemento secundário no discurso das fotos postadas por Cariani.

Os resultados das análises exclusivas das fotos postadas por Cariani indicam diferenças interessantes em relação aos vídeos. O tempo de lazer e o individualismo aparecem com menor frequência de forma explícita nas fotos, mas ainda são temas presentes de maneira implícita. O consumismo, por sua vez, é raramente abordado diretamente, mas aparece com força em termos implícitos, sugerindo que as imagens têm um impacto mais simbólico do que textual em relação a esse tema. Por fim, a positividade tóxica é o elemento menos frequente, tanto de forma explícita quanto implícita, nas postagens fotográficas, reafirmando seu papel secundário no discurso de Cariani.

5 DISCUSSÃO

5.1 O PODER DOS *LIKES*: A MOEDA SOCIAL DA INFLUÊNCIA

Cariani, frequentemente utiliza suas redes sociais para divulgar uma variedade de conteúdos. As postagens que apresentam um menor número de curtidas geralmente estão relacionadas a ações de divulgação, como propagandas para hospitais e clínicas de saúde, anúncios de treinos solidários para arrecadação de alimentos destinados a ONGs e instituições de caridade, promoção de programas específicos de fisiculturismo, menções sobre ter sido escolhido pelo público como o maior influenciador *fitness* do Brasil, divulgações de plataformas *fitness* e produtos associados.

Godin (2013) argumenta que a baixa taxa de engajamento nessas postagens pode ser atribuída a algumas hipóteses. Primeiramente, existe uma possível desconexão emocional: conteúdos que focam em parcerias comerciais ou promoções institucionais podem não conversar emocionalmente com o público. Isso sugere que os seus seguidores podem priorizar uma conexão mais autêntica e pessoal sobre o conteúdo postado, mesmo que esse conteúdo envolva causas nobres como treinos solidários.

Ademais, o autor menciona a existência da saturação de conteúdo promocional. Nessa situação, a audiência pode sentir-se farta com o número de postagens promocionais, levando a uma resposta apática. Frequentemente, seguidores em redes sociais buscam entretenimento ou inspiração e podem perceber mensagens promocionais como tentativas explícitas de venda, resultando em um menor engajamento.

Por fim, de acordo com Kotler, Kartajaya e Setiawan (2017), a atenção ao público-alvo deve ser considerada, pois as postagens focadas em ações sociais e parcerias podem não estar alinhadas com os interesses principais dos seguidores, que provavelmente seguem o influenciador em busca de conteúdo relacionado a *fitness*, dicas de treino e estilo de vida.

Em contraste, as postagens que atraem um maior número de curtidas estão centradas em aspectos mais pessoais da vida de Cariani ou em interações com outras figuras populares. Por exemplo: fotos e vídeos sobre momentos pessoais, como o chá de revelação do neto, imagens de momentos de lazer com a esposa e filhos, declarações de amor à esposa em postagens de casal, e encontros com celebridades como Gustavo Lima e DJ Alok, acompanhadas de legendas elogiosas. Além disso, dicas práticas, como sugestões sobre o consumo adequado de calorias, também mostram um aumento significativo no número de curtidas.

Possivelmente seus seguidores possuem interesse nos assuntos direcionados ao universo *fitness*, mas ao se depararem com aspectos da vida pessoal sentem-se mais próximos do seu ídolo e tendem a oferecer o like como um reconhecimento de que Cariani também é humano, vive e interage como todos. Essa aproximação é mostrada pelos diversos likes recebidos nestas postagens.

Pode-se considerar que a conexão emocional e autenticidade desempenham um papel importante. O público sente que está sendo convidado a conhecer o lado mais humano de Cariani, o que pode estimular uma resposta emocional positiva e, conseqüentemente, maior número de curtidas. Isso retroalimenta suas marcas e empresas (Roberts, 2004, p.60).

A atração por celebridades, inclusive, é um fator significativo. Quando Cariani aparece ao lado de outras figuras populares, como Gustavo Lima e DJ Alok, ele reforça sua imagem pública e aproveita a popularidade dessas celebridades para gerar engajamento. Essa estratégia pode amplificar o alcance e aumentar o número de curtidas, pois os seguidores desses outros influenciadores também podem interagir com as postagens de Cariani.

Além disso, o valor prático e o alcance imediato de dicas de saúde e nutrição proporcionam valor direto e aplicável aos seguidores. Quando Cariani compartilha informações que podem ser implementadas na vida cotidiana, ele atende às expectativas de seu público em busca de orientação *fitness*, aumentando, assim, o engajamento, o que Baer (2013) define como “Youtility” em que o influenciador oferece uma ajuda genuína ao público, em vez de focar em autopromoção e isso o recompensa com mais engajamento.

Finalmente, narrativas positivas e inspiradoras, como momentos de celebração familiar e declarações de amor, promovem sentimentos de felicidade e positividade. Esse tipo de conteúdo possui uma enorme aceitação em plataformas sociais, onde os usuários buscam inspiração e momentos de bem-estar, o que incentiva o engajamento e a disseminação. Berger (2014) argumenta que postagens que evocam emoções positivas têm maior probabilidade de serem compartilhadas.

A análise das postagens de Cariani revela uma dicotomia no engajamento de seu público: conteúdos mais pessoais e emocionalmente envolventes tendem a gerar maior número de curtidas, enquanto postagens focadas em divulgação e promoção encontram uma resposta mais modesta. Essa relação, no entanto, é interdependente, pois o sucesso das publicidades depende diretamente do engajamento gerado pelos posts pessoais que criam a base necessária de conexão com os seguidores.

Essas diferenças podem ser explicadas pela necessidade do público de estabelecer uma conexão mais autêntica e significativa com o influenciador, um sentimento que é menos provocado por conteúdos explicitamente promocionais. A moeda social da influência, representada pelos likes, é uma questão de visibilidade e ressonância emocional com a audiência.

5.2 CONTAGEM DE OLHARES: SOBRE O NÚMERO DE VISUALIZAÇÕES

Diferentemente das curtidas, que podem ser aplicadas tanto a fotos quanto a vídeos, as visualizações são uma forma específica de medir a aceitação de vídeos.

As postagens de vídeo que apresentam menor número de visualizações geralmente estão associadas a campanhas publicitárias e promoções de negócios nos quais Cariani possui envolvimento direto. Entre elas, destacam-se vídeos de divulgação de hospitais, marcas de roupa das quais ele é proprietário e plataformas de ensino *fitness*. A lógica de engajamento sugere que, embora essas postagens possam ser de interesse para Cariani em termos de negócios e parcerias, elas não necessariamente despertam o mesmo nível de interesse entre seus seguidores.

É importante observar que apenas uma publicação nesse recorte alcançou cerca de 41 mil visualizações (que são poucas para o universo do influenciador), e curiosamente tratava sobre os primeiros passos para iniciar uma vida *fitness*. Não há como saber, nesse caso específico, os motivos do pouco engajamento nesse post de Cariani. Uma possibilidade é a

menor aceitação por temas com características iniciantes e uma maior aceitação pelos mais avançados, relacionados ao mundo *fitness*.

Em contraste, outras postagens que se enquadram na categoria de menor visualização geralmente superam a marca de 300 mil visualizações. Isso indica uma variação significativa dentro desse espectro. Mesmo sendo um número que parece alto, para as médias de Cariani, não são as mais significativas e mostram uma tendência pouco motivadora para quem o acompanha, quando se deparam com vídeos instrucionais ou para quem se inicia na prática *fitness*.

Por outro lado, os vídeos que registram o maior número de visualizações são aqueles que oferecem conteúdo instrucional, prático e de interesse direto para o público de Cariani, que o segue principalmente em busca de informações relevantes para sua própria jornada *fitness*.

Exemplos incluem vídeos que discutem as diferenças nutricionais entre arroz branco e integral, oferecem informações sobre calorias, organização, disciplina, hábitos de vida saudáveis, brincadeiras com médicos famosos na internet (adicionando um toque de entretenimento ao conteúdo informativo) e conselhos instrucionais sobre o consumo de água.

Além disso, vídeos que afirmam que não há atividade física mais completa do que a musculação, ou que discutem fontes ideais de proteína para o consumo, treinamento e exercícios para o dia a dia, também atraem um número expressivo de visualizações. Esse tipo de conteúdo educativo relacionado à dieta, treinamento físico, estética, emagrecimento e disciplina claramente repercute os interesses principais de seus seguidores, resultando em uma alta taxa de engajamento.

No que se refere à diferença de engajamento em relação ao número de visualizações, pode-se pensar em algumas hipóteses. Primeiramente, a natureza prática e aplicável dos vídeos instrucionais gera um valor imediato para os seguidores, que se interessam por orientações claras e concisas sobre hábitos de saúde e *fitness*. Esse tipo de conteúdo atende às expectativas da audiência e oferece uma recompensa palpável em termos de conhecimento e aplicação prática (Baer, 2013).

Por outro lado, vídeos que servem principalmente como promoção de negócios ou campanhas publicitárias podem ser vistos como menos relevantes ou menos autênticos pelo público, resultando em menor interesse e, conseqüentemente, menor número de visualizações.

Outra hipótese diz respeito à autenticidade e personalidade na construção de conteúdo. Vídeos em que Cariani aparece interagindo de maneira descontraída, seja através de

brincadeiras com profissionais conhecidos ou compartilhando suas próprias rotinas e crenças sobre disciplina e treino, tendem a criar uma conexão mais forte e genuína com o público, como defende a professora e pesquisadora Brown (2016). Esse tipo de engajamento autêntico reforça a confiança e a lealdade dos seguidores, que se sentem mais próximos do influenciador e mais inclinados a consumir e compartilhar seu conteúdo.

Logo, a especificidade do conteúdo instrucional *versus* a generalidade das campanhas publicitárias pode desempenhar um fator significativo. Enquanto vídeos focados em produtos ou serviços específicos podem ter um apelo limitado e específico para um segmento do público, os vídeos instrucionais oferecem conhecimento de amplo interesse que pode ser aplicado por pessoas interessadas em melhorar, em tese, sua saúde e forma física. Assim, a universalidade e aplicabilidade desses temas ampliam o alcance e a relevância dos vídeos, promovendo maior engajamento (Kotler, 2017).

A análise das visualizações dos vídeos de Cariani revela, portanto, um padrão claro: o público responde de maneira mais favorável a conteúdos que oferecem valor educacional direto, que promovem uma conexão emocional autêntica, ou que proporcionam entretenimento leve que se relaciona a interesses dos seguidores. Por outro lado, campanhas publicitárias e postagens promocionais tendem a gerar menos interesse, refletindo uma percepção de menor relevância e conexão emocional.

5.3 SOBRE AS PALAVRAS-CHAVE

Durante a análise das postagens de Cariani, foram identificadas 289 palavras-chave distintas. Dentre elas, 30 se repetem em mais de 52% das publicações, o que revela uma estratégia de comunicação concentrada e intencional.

As palavras-chave mais recorrentes incluem "dieta", que aparece em 63 das 289 postagens, seguida por "treino", mencionada em 60 publicações, e "calorias", presente em 29 postagens. Palavras relacionadas ao âmbito pessoal, como "família", também têm destaque, sendo mencionadas 20 vezes. Outros termos frequentes incluem "gordura" e "publicidade" (19 menções cada), "corpo" e "massa muscular" (17 menções cada), "rotina" (16 menções), e "carboidrato" e "evento" (14 menções cada).

A partir desse panorama, nota-se que Cariani mantém uma abordagem focada e consistente em suas comunicações, dando palco a temas que são diretamente relevantes para a identidade *fitness* e para o estilo de vida que ele promove.

A repetição nos seus discursos sugere uma estratégia intencional de construção de marca e reforço de identidade. Ao utilizar frequentemente termos como "dieta", "treino" e "calorias", Cariani se posiciona firmemente no universo *fitness*, reforçando continuamente sua expertise e autoridade sobre esses tópicos.

Esse movimento cria uma narrativa coesa ao longo de suas postagens e atende aos interesses de seus seguidores, que buscam informações e inspiração dentro dessas temáticas. A consistência em seu discurso ajuda a solidificar o reconhecimento de sua marca pessoal e produz uma impressão duradoura na mente de seus adeptos.

O discurso de Cariani relacionado ao âmbito pessoal, como "família", também é significativo, pois o humaniza e permite que seus seguidores se conectem com ele em um nível mais pessoal. Isso sugere que ele fornece conteúdo técnico e instrucional além de reconhecer a importância de compartilhar aspectos de sua vida pessoal para construir um relacionamento mais autêntico e confiável com seu público. Essa estratégia reforça a percepção de autenticidade, um valor altamente valorizado no mundo das redes sociais, onde seguidores tendem a se engajar mais com influenciadores que parecem genuínos e acessíveis (Fuck, 2012).

As palavras-chave menos frequentes, que aparecem de forma dispersa entre as postagens, indicam que ocasionalmente aborda tópicos menos centrais para variar seu conteúdo e atender a uma gama mais ampla de interesses de seus seguidores.

5.4 O DISCURSO “DITO” E “NÃO DITO”

A partir dos resultados demonstrados, é possível analisar o discurso de Renato Cariani no sentido de verificar se tende a refletir ou contestar aspectos presentes na sociedade contemporânea tais como individualismo, consumismo e positividade tóxica. Os resultados também permitem examinar sua influência discursiva sobre o tempo livre de seus seguidores. A comparação entre fotos e vídeos aponta diferenças na forma como esses aspectos dialogam com seus seguidores.

5.4.1 Individualismo

Figura 19 – Postagem que reflete características do individualismo contemporâneo



Fonte: Instagram Renato Cariani. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CmwWk4UObYh/>. Acesso em: 19/07/2023

Imagem retirada do Instagram de Cariani. Postada em 29/12/2022. A postagem reflete o individualismo contemporâneo: o texto e a imagem destacam o "eu" como centro das ações, enfatizando a rotina, as escolhas e a disciplina pessoal como caminhos para o progresso. O corpo super definido, apresentado como símbolo de realização, reforça o cuidado individual como expressão de sucesso. A selfie evidencia a gestão da imagem pública e o engajamento nas redes sociais, onde o "eu idealizado" é projetado para inspirar, mesmo em momentos de pausa. (Trecho do caderno de campo).

Figura 20 - Postagem que reflete características do individualismo contemporâneo



Fonte: Instagram Renato Cariani. Disponível em:

https://www.instagram.com/p/CsRSmKcO1Ah/?img_index=1. Acesso em: 13/07/2023

Imagem retirada do Instagram de Cariani. Postada em 15/05/2023. A imagem e a legenda reforçam valores do individualismo, como a autonomia, o sucesso pessoal e a busca por autorrealização através do esforço individual. No discurso dito, a legenda destaca Renato Cariani como referência no fisiculturismo e como empresário de sucesso, ressaltando suas conquistas como resultado direto de sua dedicação e do uso estratégico da internet. A frase "revolucionou o mercado tradicional fitness" posiciona Cariani como um sujeito de transformação, alguém que, por mérito próprio, rompeu barreiras e alcançou um patamar superior.

No discurso não dito, os elementos visuais fortalecem essa narrativa. A pose clássica do fisiculturismo exhibe o corpo como símbolo de força, disciplina e controle individual, características fundamentais do individualismo moderno atual. As notas de dinheiro (dólar) caindo ao redor dele, associadas à frase "esse Bodybuilder construiu um império milionário", vinculam diretamente o sucesso financeiro à sua jornada pessoal e ao corpo como produto e resultado do esforço. Essa imagem implícita reforça a ideia de que o indivíduo é capaz de conquistar riqueza e reconhecimento por meio de suas escolhas e disciplina.

Assim, a postagem sugere que o sucesso na modernidade atual é resultado direto do trabalho árduo e do controle pessoal, exaltando o "eu" como centro das realizações e valorizando a figura do indivíduo autônomo e vencedor. (Trecho do caderno de campo).

O livro "Happycracia", de Edgar Cabanas e Eva Illouz (2022), oferece uma crítica contundente ao discurso da felicidade no contexto neoliberal contemporâneo, com foco na

psicologia positiva e suas implicações. Segundo os autores, esse discurso promove a individualização e transfere a responsabilidade pela busca da felicidade ao indivíduo, ocultando as estruturas sociais que geram desigualdade. Essa perspectiva funciona como uma estratégia de governança, construindo comportamentos e subjetividades alinhadas ao sistema econômico vigente.

A análise das postagens de Renato Cariani revela uma conexão direta com as críticas apresentadas em "Happycracia" (2022). Em seus conteúdos, o individualismo emerge como um valor predominante, observado em 78% dos vídeos e 57% das fotos. Nesse sentido, o desenvolvimento pessoal ocupa um lugar central ao transmitir a ideia de que o sucesso e a transformação dependem exclusivamente do esforço individual. Esse deslocamento do foco das condições estruturais e sociais para o mérito pessoal contribui para a perpetuação de uma visão limitada da realidade.

A crítica apresentada por Cabanas e Illouz (2022) à camuflagem das desigualdades sociais mostra aspectos que podem ser encontrados nas mensagens transmitidas por Cariani. O destaque na meritocracia e no esforço individual desvia a atenção das condições socioeconômicas e estruturais que limitam as oportunidades de grande parte da população. Assim, ao não mostrar essas desigualdades, o discurso contribui para a perpetuação da crença de que o sucesso é acessível a todos, desde que haja dedicação e disciplina.

Além disso, as postagens de Cariani refletem a promoção de valores como resiliência, disciplina e desempenho, contribuindo para a formação de subjetividades úteis ao sistema neoliberal. Esses valores compõem o discurso da positividade no trabalho, analisado no Capítulo 3 de "Happycracia" (2022), em que a busca incessante pela produtividade é naturalizada e internalizada pelos indivíduos. Esse processo adapta os sujeitos que se sentem obrigados a desempenhar papéis cada vez mais exigentes, convertendo a vida pessoal em uma extensão da lógica capitalista.

Sob outra perspectiva, a crítica desenvolvida por Cabanas e Illouz (2022) abre espaço para questionamentos que podem gerar resistências ao ideal individualista e de meritocracia. O conteúdo de influenciadores como Cariani, ao ser analisado criticamente, pode estimular a emergência de discursos alternativos que valorizam a coletividade e reconhecem as condições estruturais como determinantes do sucesso. Nesse sentido, postagens críticas ou conteúdos que questionem o foco no mérito pessoal contribuem para uma disseminação discursiva, capaz de desafiar a hegemonia desse modelo de subjetividade.

Portanto, a aproximação entre as reflexões críticas de “Happycracia” (2022) e o discurso veiculado por Cariani permite uma compreensão mais ampla do possível impacto dos influenciadores na formação das subjetividades de seus seguidores. Esse tipo de análise revela como a lógica neoliberal se infiltra nos discursos motivacionais, ao mesmo tempo em que aponta caminhos para resistências possíveis, fundamentadas na valorização de perspectivas coletivas e realistas.

De acordo com Costa e Ianni (2018), a centralidade do indivíduo no discurso contemporâneo tem raízes históricas e o conceito de "indivíduo" se destaca especialmente a partir do Iluminismo, período em que a razão e a autonomia pessoal emergiram como valores essenciais, libertando o sujeito das amarras das tradições coletivas da sociedade medieval. Esse processo de individualização se intensificou na modernidade, com uma ênfase crescente na separação entre o público e o privado e na liberdade pessoal, como discutido por Bauman (2001) e Beck (2011).

O contexto das postagens de Renato Cariani sugere que os vídeos, por permitirem uma comunicação mais verbal e imediata, facilitam a exposição clara das ideias de conquista pessoal e autodesenvolvimento. Esse formato é especialmente eficaz para transmitir mensagens de maneira rápida e envolvente, promovendo uma conexão direta com o público ao compartilhar narrativas de sucesso e superação, como apontado por Kotler *et al.* (2017), que destacam o potencial do conteúdo audiovisual para promover temas de autodesenvolvimento e histórias de conquistas pessoais.

Além disso, o uso da imagem corporal nos vídeos reforça o "eu" como símbolo de admiração e inspiração, alinhando-se às dinâmicas contemporâneas descritas por Bauman (2001), nas quais a autonomia e o sucesso individual são exaltados como ideais centrais da sociedade moderna.

O individualismo, no entanto, não se restringe apenas ao discurso dito por Cariani. As análises mostram que o discurso implícito — ou não dito — também revela a centralidade do indivíduo em suas postagens. Gestos, expressões faciais e a forma como o corpo é apresentado nas imagens indicam que, mesmo quando o individualismo não é abordado diretamente, ele ainda permeia as mensagens.

Essa centralidade do indivíduo pode ser compreendida por meio da análise de Giddens (2001) sobre a era reflexiva, em que os indivíduos constantemente reavaliam suas ações e ajustam suas práticas de acordo com novas experiências e informações. A forma como Cariani utiliza sua própria imagem corporal e as expressões visuais em suas postagens

revelam uma preocupação constante com a imagem de si próprio, reforçando a ideia de que o "eu" está sempre em processo de desenvolvimento. Isso sugere que, mesmo de forma velada, suas postagens visualmente promovem a ideia de autossuperação e crescimento pessoal, conforme a análise de Giddens, na qual o indivíduo se adapta e se transforma continuamente em busca de sucesso. Assim, tanto o discurso verbal quanto o não dito de Cariani evidenciam o papel central do "eu" nesse processo.

Ao avaliar o conjunto das postagens de Cariani, tanto em termos de discurso dito quanto não dito, fica claro que a valorização do individualismo reflete as dinâmicas da sociedade contemporânea, que prioriza o sucesso pessoal e a independência do sujeito. Beck (2011) argumenta que, na era moderna, as instituições sociais transferiram para o indivíduo a responsabilidade por sua trajetória de vida. Isso é evidente nas postagens de Cariani, que reiteram a figura do indivíduo como protagonista de sua própria história, desvinculando-se de coletividades tradicionais, como o Estado ou a família, e reafirmando a importância da busca pessoal por desenvolvimento e sucesso.

Os dados coletados corroboram essa análise: 71% das postagens, no geral, refletem explicitamente o individualismo e, mesmo o discurso não dito, presente em 69% das publicações, reforça essa característica. Em 74% dos vídeos, a autossuperação aparece em discursos não ditos. Isso demonstra que, mesmo que não seja verbalizada a mensagem de autossuperação está subjacente ao conteúdo audiovisual.

Nas fotos, embora com uma intensidade menor do que nos vídeos, o foco na individualidade também está presente em 59% das imagens, sugerindo que a narrativa de sucesso pessoal e desenvolvimento do "eu" está fortemente enraizada tanto nas comunicações verbais quanto visuais de Cariani.

Ao cotejar esses resultados com a teoria crítica, observa-se que o discurso de Cariani se alinha às lógicas dominantes da sociedade neoliberal, que privilegia o "eu" em detrimento do "nós". A exaltação do indivíduo como o único responsável por suas conquistas e por sua trajetória pessoal está intimamente ligada ao que Bauman (2001) define como uma sociedade que privilegia a autonomia, a superação e o mérito individual.

Assim, as postagens de Cariani refletem e reforçam um modelo de subjetividade construído pelas demandas de um mercado competitivo, onde o individualismo e a sua própria imagem são vistas como componentes centrais do sucesso.

Em resumo, o discurso do influenciador exemplifica a centralidade do indivíduo na sociedade contemporânea. Suas postagens promovem uma narrativa que usa sua própria

imagem, seu autodesenvolvimento e superação constante, que refletem uma sociedade que valoriza o indivíduo como o principal responsável por suas conquistas e decisões.

As mensagens ditas e não ditas em seus conteúdos indicam que o individualismo é um elemento essencial de suas comunicações, reforçando as lógicas de uma sociedade que privilegia o sucesso pessoal, em sintonia com as tendências modernas de autonomia e autoaperfeiçoamento. Cariani se posiciona como um influenciador que reproduz as lógicas dominantes e as amplifica, formando subjetividades centradas na busca incessante por conquistas individuais.

5.4.2 Consumismo

Figura 21 - Postagem que reflete características do consumismo



Fonte: Instagram Renato Cariani. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CIJnt4RO3fr/>. Acesso em: 19/07/2023

Imagem retirada do Instagram de Cariani. Postada em 19/11/2022. Reflete características do consumismo contemporâneo: a imagem (discurso não dito) associa o corpo definido e a força pessoal à posse simbólica de bens de alto valor, como os carros de luxo em destaque. A legenda (discurso dito) promove a experiência de exclusividade e performance, alinhando sucesso pessoal à vivência de eventos marcados pelo consumo ostensivo. Essa relação reforça a valorização do status material como expressão de identidade e realização individual, traços marcantes do consumismo na modernidade atual. (Trecho do caderno de campo).

Figura 22 - Postagem que reflete características do consumismo



Fonte: Instagram Renato Cariani. Disponível em: https://www.instagram.com/p/Cps5_wEPvrk/. Acesso em: 17/07/2023

Imagem retirada do Instagram de Renato Cariani. Postada em 12/03/2023. No discurso dito, a legenda ressalta a "alta performance" como um conceito que transcende o esporte e se estende à vida profissional e financeira. Cariani compartilha a narrativa de sua trajetória pessoal, sugerindo que a disciplina e o esforço individuais o levaram a conquistas expressas por títulos no fisiculturismo, além das suas empresas, negócios e patrocínios. A mensagem cria uma conexão direta entre mérito individual e sucesso material, encorajando o público a buscar essa mesma alta performance para atingir resultados semelhantes.

No discurso não dito, os elementos visuais da montagem comunicam de forma simbólica os valores do consumismo. No lado direito, Cariani aparece como homem de negócios, ostentando bens materiais associados ao luxo e ao sucesso: um relógio grande e possivelmente de ouro, um anel no dedo mindinho, um copo térmico imponente e um computador Apple, marca amplamente reconhecida como símbolo de prestígio e poder aquisitivo. Esses objetos não estão ali por acaso; eles funcionam como representações visuais do sucesso financeiro e do estilo de vida conquistado, sugerindo que o esforço e a "alta performance" resultam na capacidade de consumir produtos de alto valor.

Além disso, a comparação entre as duas imagens (o corpo hipertrofiado de fisiculturista e o homem de negócios sofisticado) reforça a ideia de que o sucesso é totalizante, abrangendo tanto o controle do corpo quanto o acúmulo de bens materiais. A montagem, portanto, associa diretamente o consumo ao mérito pessoal, insinuando que a capacidade de possuir produtos de luxo é consequência natural do esforço, da disciplina e da alta performance defendida no texto.

Essa postagem, ao unir discurso e imagem, reflete um valor central do consumismo na modernidade: a crença de que o sucesso individual é validado e materializado por meio do acúmulo de bens e símbolos de status, amplificados pelas redes sociais como formas de reconhecimento e admiração pública. (Trecho do caderno de campo).

O consumismo, conforme descrito por Santos *et al.* (2019), caracteriza-se pela busca incessante por produtos e serviços, consolidando-se como um fenômeno predominante na sociedade contemporânea. Já a sociedade de consumo refere-se a uma estrutura social em que a oferta de mercadorias frequentemente supera a demanda, o que impulsiona o uso de estratégias de marketing agressivo para criar a falsa percepção de que certos produtos ou serviços são essenciais, mesmo quando não são. Essa dinâmica resulta em um padrão de consumo amplamente normatizado e massificado.

Os autores destacam que essa prática se fortaleceu no período pós-Primeira Guerra Mundial, embora suas origens possam ser rastreadas até a Revolução Industrial, que desempenhou uma função relevante na modernização do Ocidente. A industrialização gerou uma superprodução que não encontrava demanda suficiente para ser absorvida, o que levou ao desenvolvimento de estratégias de marketing cada vez mais robustas, com o objetivo de persuadir os consumidores a adquirir produtos muitas vezes supérfluos. Isso impulsionou uma expansão do consumo em escala global, criando uma cultura de excessos e reforçando o ciclo de produção e consumo.

Essa dinâmica gera o consumo atraente, que prioriza a exibição de riqueza em detrimento da utilidade, revela a superficialidade das relações sociais contemporâneas. Os indivíduos, ao se identificarem mais como consumidores do que como cidadãos, tornam-se vulneráveis às exigências de um sistema que valoriza a aquisição de bens como forma de status social. Assim, a condição social é determinada não apenas pelos bens adquiridos, mas pela capacidade de exibi-los (Santos *et al.*, 2019).

Os dados sobre a presença do consumismo no discurso de Renato Cariani revelam uma dinâmica interessante entre o que é dito e o que não é dito em suas postagens. Quando analisado o discurso explícito, o consumismo aparece em uma proporção relativamente baixa nas publicações em geral, em apenas 25% das postagens que mencionam diretamente a promoção de produtos, serviços ou estilos de vida vinculados ao corpo. Isso sugere que, no conteúdo mais evidente, Cariani não coloca o consumismo como tema central de sua comunicação.

Contudo, conforme a análise do discurso não dito, as mensagens implícitas de consumismo são uma presença muito mais significativa. Nas postagens em geral, 64% delas sugerem, de forma implícita, a valorização de bens materiais, produtos ou serviços relacionados ao corpo e ao estilo de vida promovido por Cariani.

O contraste entre o discurso explícito e o implícito, no que diz respeito ao consumismo, aponta para uma comunicação mais sutil, pois as imagens, gestos e a própria construção do corpo ideal acabam funcionando como promotores de um consumo exagerado. Isso é particularmente visível nos vídeos, pois 65% deles possuem no discurso implícito o reforço dessa mensagem. A linguagem corporal utilizada nos vídeos parece ser um meio mais direto para conectar a imagem de sucesso físico ao consumo de produtos, como suplementos alimentares, roupas *fitness* e treinos específicos.

A diferença entre o consumismo dito e não dito nas fotos também reforça essa análise. Enquanto apenas 30% das fotos explicitamente mencionam o consumismo, 62% delas apresentam essa característica de forma implícita. Isso demonstra que, mesmo quando não está vendendo diretamente um produto, as imagens de Cariani sugerem um estilo de vida vinculado ao consumo de determinados bens ou serviços que prometem resultados semelhantes aos que ele exibe. Isso remete à noção de que o corpo é um bem simbólico de valor, mas é também, sobretudo, um veículo publicitário, um meio de legitimar o consumo de bens materiais necessários para se atingir o ideal corporal promovido (Featherstone, 2007).

Esses dados indicam que o discurso do influenciador, embora não destaque diretamente o consumismo na maior parte das postagens, acaba promovendo-o de maneira subjacente e constante. A ideia de que o corpo e o sucesso pessoal dependem de produtos específicos cria um apelo ao consumo, no qual os seguidores são incentivados a adquirir itens que simbolizam o progresso físico e o estilo de vida ideal.

Conforme Bauman (2001) discute, o consumo moderno não é somente uma transação material, mas uma forma de construir identidades e de buscar pertencimento. Nesse sentido, Cariani posiciona o corpo como um projeto que depende de consumo — seja de produtos, suplementos ou serviços — para ser alcançado e mantido.

A constante presença do corpo como objeto de construção e o incentivo à aquisição de bens para alcançar os resultados físicos desejados estão alinhados às dinâmicas contemporâneas de consumo, nas quais o sucesso é frequentemente associado à posse de produtos que auxiliam no cumprimento de metas individuais.

Esse fenômeno reflete as lógicas do neoliberalismo, que vinculam o consumo à construção da identidade pessoal e ao desempenho físico. Como observa Bauman (2008), o consumo se torna uma ferramenta para construir o "eu", levando os indivíduos a buscarem no mercado os meios necessários para a autossuperação e, conseqüentemente, o sucesso pessoal.

Por fim, a discussão sobre o consumismo nas postagens de Cariani evidencia uma dualidade: enquanto explicitamente o consumo não é o foco principal, ele está fortemente presente de maneira implícita, sugerindo que a promoção de produtos e estilos de vida relacionados ao corpo é uma parte integrante da narrativa de sucesso pessoal.

Portanto, pode-se concluir que o discurso de Cariani, apesar de não ser diretamente consumista, em sua maioria, reflete e reforça as lógicas consumistas da sociedade contemporânea.

5.4.3 Positividade Tóxica

Figura 23 - Postagem que reflete características da positividade tóxica

Fonte: Instagram Renato Cariani. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CqY1J3nPtBW/>. Acesso em: 17/07/2023

Imagem retirada do Instagram de Cariani. Postada em 29/03/2023. Apresenta traços de positividade tóxica: a imagem e a legenda reforçam a ideia de que o esforço extremo, simbolizado pelo cansaço e suor, é essencial para alcançar satisfação e sucesso. Essa narrativa, aumentada pelas redes sociais, pode sugerir que felicidade e realização dependem exclusivamente de altos níveis de dedicação e resiliência, ignorando limites individuais e outras formas válidas de bem-estar. Tal mensagem reflete uma exigência contínua de superação e performance, característica da positividade tóxica na contemporaneidade. Embora a positividade tóxica não se manifeste de forma explícita na maioria das postagens analisadas, ela está presente de maneira implícita em uma parcela significativa do conteúdo. A naturalização de valores como a autossuperação e a produtividade atua como um mecanismo de controle subjetivo, levando os seguidores a internalizarem a lógica de que o fracasso individual é consequência direta da falta de empenho ou disciplina. Esse fenômeno está em conformidade com a reflexão de Cabanas e Illouz (2022) sobre a felicidade como ferramenta de governança, que desloca o foco dos problemas estruturais para a esfera individual, ocultando, assim, as desigualdades sociais subjacentes. Portanto, o discurso acima analisado revela-se como um vetor de reprodução da positividade tóxica presente na sociedade contemporânea. Por meio da motivação e do apelo à responsabilidade individual, Cariani reforça as estruturas de poder implícitas no discurso da felicidade neoliberal, promovendo uma subjetividade que se conforma às demandas do capitalismo atual. A relação entre esses elementos evidencia a eficácia do discurso como ferramenta ideológica, ao passo que oculta os limites do sistema e transfere ao indivíduo a carga moral e prática de seu sucesso ou fracasso. (Trecho do caderno de campo).

Figura 24 - Postagem que reflete características da positividade tóxica



Fonte: Instagram Renato Cariani. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CoH7GGzOM7E/>. Acesso em: 18/07/2023

Imagem retirada do Instagram de Cariani. Postada em 01/02/2023. No discurso dito, a frase "Seus sonhos não precisam de plateia, eles só precisam de você..." transmite uma mensagem motivacional que valoriza o esforço solitário e a autossuficiência. A afirmação sugere que a responsabilidade pelo alcance dos sonhos recai totalmente sobre o indivíduo, promovendo a ideia de que não há desculpas para o fracasso além da própria falta de comprometimento. Esse tipo de discurso, embora inspirador à primeira vista, pode desconsiderar fatores sociais, econômicos e emocionais que influenciam a capacidade de uma pessoa realizar seus objetivos, transformando a motivação em uma cobrança excessiva.

No discurso não dito, a imagem fortalece essa mensagem ao mostrar o corpo extremamente definido e hipertrofiado como o resultado visível desse esforço individual. A pose destacando os músculos anteriores da coxa esquerda (vasto medial e vasto lateral), juntamente com a ausência de camisa, torna o corpo o principal símbolo de conquista. A apresentação visual associa diretamente o sucesso pessoal à disciplina extrema, ao controle do físico e à busca incessante pela perfeição, padrões frequentemente inatingíveis para a maioria das pessoas. (Trecho do caderno de campo).

A positividade tóxica, conforme descrita por Byung-Chul Han em *A Sociedade do Cansaço* (2015), refere-se à imposição de uma atitude constantemente otimista e à negação de qualquer expressão de fragilidade ou dificuldade. Em uma sociedade marcada pelo individualismo e pela pressão pela performance, a positividade tóxica cria uma expectativa de felicidade constante, ignorando as complexidades e os desafios da vida cotidiana. Esse conceito tem sido explorado em diversos contextos, inclusive no campo da motivação pessoal

e do *fitness*, onde a superação contínua e o autocontrole são frequentemente celebrados como ideais.

Ao analisar o discurso de Renato Cariani em suas postagens nas redes sociais, tanto em vídeos quanto em fotos, foram observados traços que poderiam se alinhar a esse conceito. Contudo, os dados revelam que a maioria de suas postagens não menciona diretamente a positividade tóxica, seja no discurso dito ou no não dito. Quando considerados todos os conteúdos de Cariani que envolvem fotos e vídeos, verifica-se que em 82% das postagens, no discurso dito, ele não menciona essa característica, enquanto apenas 17% das postagens indicam a presença desse traço. No discurso não dito, os números são semelhantes, com 74% das postagens sem indícios de positividade tóxica e 25% com alguma referência implícita.

Nas postagens compostas exclusivamente por vídeos, essa tendência se mantém. O discurso dito não aborda a positividade tóxica em 80% das vezes, e em 20% há menção a essa lógica. Já no discurso não dito, 72% das postagens não apresentam sinais dessa característica, enquanto 28% sugerem sua presença de forma implícita. Quando analisadas apenas as postagens com fotos, percebe-se que em 85% delas o discurso dito não inclui positividade tóxica, e 12% delas fazem alguma referência. No discurso não dito, 78% das postagens de fotos estão livres dessa característica, enquanto 20% indicam sua existência de forma implícita.

Esses resultados sugerem que, embora a positividade tóxica possa aparecer em algumas das mensagens motivacionais de Cariani, ela não é um elemento central em sua comunicação. A maior parte do seu conteúdo não enfatiza de forma explícita ou implícita a ideia de que o indivíduo deve estar constantemente em busca de superação sem reconhecer suas limitações ou dificuldades. No entanto, as menções indiretas à positividade tóxica, presentes em até 28% do conteúdo analisado, indicam que essa lógica pode, em certas ocasiões, permear seu discurso, especialmente em vídeos.

A presença, ainda que baixa, da positividade tóxica no discurso de Cariani pode ser entendida à luz das exigências da sociedade contemporânea, que valoriza o desempenho e o sucesso individual. Em muitos casos, a motivação oferecida por influenciadores no campo do *fitness* pode ser interpretada como uma forma de inspiração para que as pessoas busquem melhorar suas vidas. No entanto, a linha entre incentivo e pressão para a perfeição é tênue, e nesse contexto, a positividade tóxica pode surgir, mesmo que implicitamente.

Por outro lado, ao se abster de menções frequentes à positividade tóxica, Cariani parece adotar uma abordagem que permite certo equilíbrio entre motivação e reconhecimento

das limitações pessoais. Ainda assim, as ocasiões em que a positividade tóxica aparece, especialmente no discurso não dito, sugerem que a busca pela superação constante, característica da sociedade contemporânea, não está completamente ausente de suas postagens. Isso reflete as tensões existentes no discurso do influenciador, que precisa equilibrar o estímulo ao desenvolvimento pessoal com o risco de promover uma visão idealizada e irreal de sucesso e felicidade.

Portanto, os dados indicam que, no conjunto da comunicação de Cariani, a positividade tóxica não é um componente predominante, mas aparece de forma pontual. Essa presença sutil pode sugerir que o discurso motivacional de Cariani está alinhado com as expectativas da cultura do desempenho, embora não de forma exacerbada.

5.4.4 O Tempo Livre

Figura 25 - Postagem que reflete características de influência no tempo livre

Fonte: Instagram Renato Cariani. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/Cq0lutBuztO/>. Acesso em: 17/07/2023

Imagem retirada do Instagram de Cariani. Postada em 09/04/2023. Exemplo do discurso dito e não dito. Postagem que influencia o tempo livre dos seguidores: a legenda "Diz aí! Quem treina aos domingos?" sugere que o uso do tempo livre deve ser dedicado ao treinamento físico, incentivando a produtividade constante. Essa publicação reforça a ideia de que o descanso e o lazer devem ser subordinados à disciplina e ao cuidado com o corpo, moldando as escolhas de tempo livre dos seguidores conforme um ideal de esforço contínuo.

O não dito pode ser percebido pela aparência física que transmite de forma implícita que o tempo de lazer deve ser utilizado para a busca pela estética corporal, à hipertrofia e, para se tornarem fortes como ele, é necessário priorizar os treinos, mesmo em momentos que normalmente seriam para o descanso. (Trecho do caderno de campo).

Figura 26 - Postagem que reflete características de influência no tempo livre



Fonte: Instagram Renato Cariani. Disponível em: https://www.instagram.com/p/Clbp_ucurzE/. Acesso em: 19/07/2023

Imagem retirada do Instagram de Cariani. Postada em 26/11/2022 No discurso dito, a legenda "Boteco de sábado 🔥" apresenta um tom irônico ao usar a palavra "boteco", geralmente associada ao lazer e à descontração, para descrever o ambiente da academia. Essa escolha de palavras desloca o conceito tradicional de lazer para uma atividade que exige esforço, disciplina e compromisso, sugerindo que o tempo livre pode (ou deve) ser utilizado de forma produtiva, como para treinar e cuidar do corpo.

No discurso não dito, a imagem reforça essa sugestão ao apresentar Cariani suado, com músculos evidentes e corpo hipertrofiado, um resultado associado a anos de dedicação e esforço físico. A presença da garrafa de água reforça a disciplina em hábitos saudáveis, enquanto o cenário da academia ocupa o lugar que seria normalmente destinado ao lazer tradicional. Assim, o corpo de Cariani, exibido como símbolo de sucesso e conquista, atua como uma mensagem visual implícita: o investimento no físico é uma forma de ocupar o tempo livre com propósito, em vez de atividades consideradas "improdutivas".

A combinação entre a legenda e a imagem sugere uma reinterpretação do lazer na contemporaneidade, onde o descanso e o prazer estão, muitas vezes, subordinados a atividades que reforçam a busca por excelência, controle e performance contínua. (Trecho do caderno de campo).

O discurso de Renato Cariani promove uma visão do tempo livre que converge com a perspectiva do "lazer sério" proposta por Robert Stebbins. Cariani estimula seus seguidores a

utilizarem o tempo livre de forma produtiva, com ênfase no desenvolvimento físico e mental, reforçando a ideia de que esse período deve ser investido em atividades que gerem algum tipo de aperfeiçoamento pessoal. Os dados coletados mostram que, nas postagens de Cariani, fotos e vídeos, o discurso explícito menciona a influência sobre o tempo livre em 56% das postagens, enquanto 68% delas sugerem essa influência de forma implícita. Em vídeos exclusivamente, essa influência é ainda mais evidente: 66% dos vídeos fazem menção ao uso do tempo livre por discurso explícito e em 70% deles por discurso é implícito. Embora menos prevalente em fotos, o discurso implícito ainda comunica a ideia de que o tempo deve ser usado de maneira produtiva, com 63% das postagens sugerindo essa abordagem.

De acordo com Stebbins (1982), o lazer sério envolve dedicação sistemática a uma atividade que exige perseverança, construção de habilidades e, muitas vezes, a definição de uma “carreira” de lazer. Esse tipo de envolvimento leva os indivíduos a estruturarem o tempo livre em função de objetivos claros, resultando em um comprometimento que vai além do simples entretenimento. Cariani, ao enfatizar a disciplina, o foco e a transformação pessoal, dialoga com esses elementos, reforçando a ideia de que o lazer deve servir como um meio para alcançar realização pessoal e avanço em termos de capacidade produtiva.

Nota-se, contudo, que essa perspectiva também revela uma relação problemática entre lazer e produtividade. Enquanto Stebbins argumenta que o "lazer sério" é uma forma de autorrealização, as críticas de Gallant (2017) afirmam que a perspectiva de Stebbins é limitada por sua natureza estática e dicotômica, colocando o lazer sério em oposição ao lazer casual. Essa dicotomia é reforçada pelo discurso de Cariani, que atribui maior valor às atividades produtivas, sugerindo que o tempo livre é mais bem aproveitado quando direcionado ao aprimoramento individual. Assim, atividades de lazer mais casuais ou voltadas ao simples descanso são colocadas em um plano secundário, potencialmente ampliando a pressão sobre os indivíduos para que utilizem todo o seu tempo em um investimento para o futuro.

Outro aspecto crítico encontra-se na ausência de reflexão sobre as barreiras que podem impedir a participação no lazer sério. Conforme Gallant (2017), Stebbins negligencia as restrições econômicas, sociais e pessoais que afetam a capacidade de perseverar em atividades de lazer. No discurso de Renato Cariani, há uma naturalização da ideia de que qualquer indivíduo pode e deve maximizar seu tempo livre, mas falta considerar contextos estruturais que podem limitar as opções de lazer e impedir a dedicação exigida pelo modelo do "lazer sério". A ênfase no desenvolvimento físico e mental, embora inspire muitos seguidores,

também pode reforçar sentimentos de culpa ou inadequação para aqueles que não conseguem corresponder às expectativas de disciplina e produtividade.

Outrossim, ao valorizar atividades que envolvem superação e autossuficiência, o influenciador reforça uma visão alinhada a valores tradicionalmente masculinos, como a competitividade e o controle do corpo, aspectos também criticados na perspectiva de Stebbins. Como apontado por Gallant (2017), as atividades de lazer tradicionalmente femininas, como aquelas voltadas à construção de laços interpessoais e ao descanso, tendem a ser menos valorizadas nesse modelo, perpetuando a visão sob a perspectiva de assumir o masculino como o único modelo de representação coletiva do lazer. No caso do influenciador, essa hierarquização do tempo livre contribui para reforçar normas de gênero e um ideal de corpo produtivo, associado às exigências contemporâneas de performance e êxito.

Considerando isso, ao influenciar o uso do tempo livre, o discurso de Cariani dialoga com os princípios do "lazer sério" de Stebbins, mas também indica as limitações desse conceito. A transformação do lazer em um momento produtivo, embora possa gerar sensação de autorrealização, também carrega implicações negativas, como a pressão por resultados, a desvalorização do descanso e a exclusão de indivíduos que não possuem as condições necessárias para aderir a esse modelo. Dessa forma, o discurso do influenciador, ao promover a produtividade como ideal, reforça as lógicas neoliberais contemporâneas, que colonizam o tempo livre e o transformam em mais um ringue de performances e autoaprimoramento.

A conexão entre a prática de atividades físicas (e correlatas) e o uso do tempo livre reflete a lógica neoliberal, que transforma o lazer em um espaço de autossuperação e performance constantes. Chris Rojek (2005) argumenta que o lazer, especialmente em sua forma contemporânea, é frequentemente mercantilizado, sendo estruturado para promover comportamentos que se alinhem com padrões de mercado e performance.

Essa perspectiva é ampliada pelas redes sociais, pois a imagem de um corpo forte disciplinado e treinado já comunica a ideia de que o tempo livre deve ser utilizado para o autodesenvolvimento, mesmo quando isso não é dito explicitamente. Esse fenômeno é analisado por Byung-Chul Han (2015) em *A Sociedade do Cansaço*, ao discutir como a sociedade de desempenho contemporânea promove a constante necessidade de se superar, mesmo em momentos que deveriam ser de descanso.

Entretanto, o uso produtivo do tempo livre não está isento de críticas. Bramante (1998) diz que o tempo de lazer é um momento de descanso e de desconexão das pressões da vida

cotidiana num contexto marcado pela percepção de liberdade dentro de um tempo conquistado.

Contudo, em uma sociedade que valoriza a alta performance e o autocontrole, o lazer pode se transformar em mais uma área de competição e produtividade. Assim, o que deveria ser uma escolha livre, como a prática de atividades físicas ou de autocuidado, pode se transformar em uma obrigação velada, moldada pelas expectativas sociais e padrões estéticos irreais promovidos pela mídia e redes sociais (Han, 2015).

Em meio a essas tensões, o conceito de autenticidade no lazer emerge como uma questão central. Se o tempo livre é constantemente utilizado para atender às expectativas externas, ele perde seu valor intrínseco de descanso e liberdade. Não há como saber, por esse estudo aqui proposto, se os seguidores do influenciador realmente fazem o que ele recomenda. No entanto, essas prescrições, mesmo que não sejam declaradas como impositivas oficialmente possuem um aspecto persuasivo de levarem os seguidores a se adequarem a determinadas formas de ser e existir.

Nesse sentido, embora o discurso do influenciador possa promover, em tese, um estilo de vida saudável e disciplinado, é importante refletir sobre um possível impacto dessa narrativa na liberdade de escolha dos indivíduos. A linha entre motivação e pressão social pode ser sutil, mas é importante para que o lazer continue sendo uma esfera de liberdade genuína.

Portanto, o discurso de Cariani no que diz respeito ao uso do tempo livre de seus seguidores está alinhada com as lógicas contemporâneas de maximização do "eu", mas também deve ser vista sob a ótica crítica da mercantilização do lazer e da imposição de padrões estéticos e de desempenho. Ademais, o uso de tempo livre pode ser visto, por alguns seguidores, de forma genuína como um tempo em que eles conquistaram para se divertir e relaxar, envoltas por atividades culturais e recreativas que ajudam a equilibrar as obrigações do trabalho e a vida cotidiana, conforme nos diz Gomes (2004, p.125).

O lazer, como propõe Stebbins (2008), pode ser uma área de desenvolvimento pessoal sério, mas também deve manter sua função de proporcionar descanso e liberdade, longe das pressões da sociedade de desempenho, pois as pessoas devem fazer aquilo que desejam fazer legitimamente.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O processo de realização deste estudo se fez por um caminho intenso, diversos acontecimentos levaram ao resultado que será apresentado. É importante ressaltar que existem inúmeros assuntos levantados, pelo presente trabalho, ainda a serem pesquisados e outras muitas possibilidades. Esta pesquisa foi desenvolvida num determinado tempo, com suas potencialidades, limites e o empenho possível na realidade em que se encontrava. Então, dentro do possível em uma pesquisa de mestrado, encontram-se aqui as contribuições, na expectativa que sirvam para outros debates e provoquem novas perguntas sobre a temática.

Ao elaborar o projeto de pesquisa, a dúvida inicial era compreender como um indivíduo consegue influenciar milhões de pessoas por meio de suas falas e de suas interações nas redes sociais. Como esse universo *fitness*, alimentado por influenciadores, se torna tão atrativo e contagiante? Essa expressão de existência também se relaciona com a lógica do lazer, pois muitos escolhem seguir uma celebridade e dedicar seu tempo livre ao consumo de conteúdos digitais, como o estilo de vida promovido por influenciadores como Renato Cariani.

Para essas pessoas, acompanhar esse tipo de conteúdo pode ser uma forma de entretenimento e relaxamento, além de servir como fonte de inspiração e motivação. Ademais, as dicas de estilo de vida e os vídeos motivacionais oferecidos por esses influenciadores ajudam muitos a se desconectarem das preocupações cotidianas, a buscarem bem-estar e a melhorarem, pelo menos em tese, sua qualidade de vida, o que também se encaixa no conceito de lazer.

Após diversos diálogos, encontros, caminhos observados, iniciou-se o estudo numa lógica muito ampla. O intuito inicial era verificar todas as postagens em várias redes sociais como *YouTube*, *Instagram*, *Facebook* a fim de mapear o que Renato Cariani dizia para atrair tantas pessoas e conseguir milhões de seguidores. Pelo tempo curto e amplitude de análises, decidiu-se focar em apenas uma rede social, o *Instagram*, num intervalo de tempo recortado.

A partir disso, foi necessário depurar o que seria feito para analisar o material selecionado. Existem muitas possibilidades e direções. Primeiramente houve uma tendência de caminhar na lógica das características da modernidade avançada: será que o influenciador flertava com o que vivemos atualmente? Tal recorte teórico foi feito com base em filósofos contemporâneos que discutem o individualismo, o consumismo e a positividade tóxica. Entretanto, o recorte foi realizado após muito observar o influenciador, suas postagens e falas. Esses temas são difíceis de serem recortados, pois existem inúmeras características a serem

observadas e tratadas. A escolha teórica se deu por leituras e aproximações com Bauman e Han, principalmente.

As outras construções foram estabelecidas através de conversas diversas, vivências, disciplinas realizadas, estágio docente, observações diárias que nem sempre estavam atreladas ao estudo. As experiências vividas e a interação com diferentes perspectivas foram formando gradualmente o presente estudo. De maneira plural e colaborativa, o trabalho foi sendo construído ao longo do tempo.

Mas e o lazer? Aqui neste estudo, o lazer se manifesta principalmente através do consumo de conteúdos digitais voltados para o bem-estar, a estética corporal e a motivação pessoal. As práticas de seguir influenciadores como Renato Cariani, assistir aos seus vídeos, absorver suas dicas e talvez incorporar aspectos de seu estilo de vida no dia a dia refletem formas atuais de lazer, nas quais a linha entre entretenimento e autodesenvolvimento se torna tênue.

Além disso, o tempo livre abordado neste contexto também engloba práticas do universo fitness, como a musculação, o fisiculturismo e outras atividades correlatas, consideradas como possibilidades de formas de lazer. Dessa forma, o lazer aqui é identificado não apenas em atividades tradicionalmente recreativas, mas também na busca por um estilo de vida que promove bem-estar e uma identidade social compartilhada.

Estabelecidos todos os recortes, depois de muito esforço e tempo dedicados, foram feitas a construção da tabela e as análises propriamente ditas. Cada uma das 250 postagens foi analisada com muito cuidado e atenção para aproximar ao máximo da mensagem evidenciada pelo discurso de Cariani, compreender um pouco mais sobre a dinâmica atual que chama a atenção de milhões de seguidores e mapear como ocorrem dentro do recorte estabelecido.

Resgatam-se aqui os objetivos propostos que deram origem à pesquisa: Renato Cariani, em suas publicações, tende a afirmar algumas características da modernidade ou de alguma forma posiciona-se contra elas? E sobre o lazer, ele diz sobre como se deve utilizar o tempo livre? Vê-se que sim, o influenciador sugestiona e reflete essas características de modo considerável, contudo, o fator “positividade tóxica” foi o menos mencionado por ele, ao contrário do “consumismo”, “individualismo” e “tempo de lazer”, temas que lideram suas publicações nos discursos dito e não dito.

Logo, Cariani corrobora a maioria dos eixos contemporâneos aqui discutidos e influencia muitas pessoas a seguirem essa lógica dominante. O achado não tem a intenção de

afirmar se tal evidência é boa ou ruim, e sim mostrar a predisposição do influenciador em afirmar esses valores tão disseminados atualmente.

Antes desse resultado, no entanto, construiu-se uma proposta para a compreensão das características da modernidade atual, ou contemporaneidade. Primeiramente, discutiu-se o impacto da influência tecnológica na formação das subjetividades, examinando como as redes sociais utilizam imagens para reforçar identidades, controlar comportamentos e explorar dados. Em seguida, abordou-se o conceito de colonização moderna, explorando as biopolíticas de poder que operam na regulação da vida e do consumo, e como esses mecanismos impactam os corpos e subjetividades na sociedade contemporânea.

O trabalho, em seguida, investigou a cultura do fisiculturismo como um fenômeno que edifica padrões estéticos e pode influenciar a construção identitária de seus praticantes.

Em relação à análise metodológica aqui utilizada existem os fatores positivos e negativos a serem considerados. Entre os aspectos positivos, destaca-se a profundidade oferecida por essa abordagem. A análise do discurso permite uma compreensão detalhada dos significados expressos e implícitos no conteúdo, considerando as palavras e o que não é dito. Esse método amplia o alcance da análise ao integrar elementos como postura corporal, gestos e escolhas estéticas, o que enriquece a interpretação do discurso.

Outro ponto positivo é a aplicabilidade dessa metodologia ao estudo de redes sociais. Ao analisar discursos em diferentes formas — verbais e não verbais —, a análise do discurso se adequa à investigação das maneiras peculiares do universo digital, onde questões ideológicas, sociais e culturais se entrelaçam. Ademais, a automatização de partes do processo, conforme sugerido por Pêcheux (1982), contribui para maior rigor e precisão na identificação de padrões discursivos. Isso torna possível a reprodução de resultados e a realização de correlações objetivas.

A metodologia se destaca, ainda, por sua abordagem multidimensional que permite captar as várias camadas do discurso, considerando as palavras proferidas e o contexto mais amplo em que se inserem. Essa inclusão de diferentes dimensões (como a aparência física, o ambiente e o tom de voz) oferece uma visão mais completa da mensagem.

No entanto, há críticas a serem consideradas. A subjetividade que é própria à interpretação é uma delas. Diferentes pesquisadores podem chegar a conclusões diversas ao examinar o mesmo conteúdo, especialmente quando se trata de interpretar gestos, posturas e tons de voz. Essa flexibilidade pode gerar uma margem de subjetividade que dificulta o controle e a justificação das conclusões.

Outro ponto crítico é o risco de super interpretação. O esforço para captar o não dito pode levar à atribuição de intenções e significados que talvez não tenham sido conscientemente pensados pelo emissor, ampliando indevidamente o alcance da análise.

A dependência do contexto é outra limitação relevante. O sentido do discurso, conforme Pêcheux (1982), é influenciado pelo contexto sócio-histórico em que é produzido, o que restringe a generalização dos resultados para outros momentos ou cenários. Além disso, o foco em um único influenciador, no caso Renato Cariani, pode limitar a abrangência das conclusões, uma vez que os resultados obtidos podem não ser facilmente aplicáveis a outros influenciadores ou contextos de influência digital.

Ainda assim, a análise do discurso é uma ferramenta interessante para investigar discursos complexos. A metodologia oferece uma abordagem crítica e detalhada, permitindo uma compreensão profunda das mensagens veiculadas e de seu impacto sobre os seguidores.

Uma sugestão para análises futuras seria fazer um estudo comparativo com outros influenciadores *fitness* ou de áreas correlatas. Tal avaliação permitiria identificar se as tendências observadas nas postagens de Cariani, como o foco no individualismo, na autossuperação e no controle do corpo, são características únicas de seu discurso ou fazem parte de um fenômeno mais amplo nas redes sociais.

Outra sugestão relevante diz respeito à inclusão de mais vozes e perspectivas sobre o impacto do discurso do influenciador nas subjetividades de seus seguidores. Embora a análise dos vídeos e postagens ofereçam percepções interessantes, a realização de entrevistas ou questionários com os seguidores seria uma estratégia importante para explorar de maneira mais profunda como esses indivíduos internalizam o conteúdo transmitido por Cariani.

Enfim, este estudo tem o interesse em mostrar o discurso de Renato Cariani e sua convergência aos valores da modernidade atual, ou contemporaneidade, apontando como ele, por meio de suas postagens, contribui para a perpetuação de normas sociais contemporâneas aqui tratadas.

A pesquisa, que se debruçou sobre um recorte específico do Instagram, proporciona uma compreensão de como as práticas de lazer estão entrelaçadas ao consumo de conteúdos digitais que promovem a estética corporal e a motivação pessoal. Ao mesmo tempo, as limitações enfrentadas ao longo do trabalho destacam a necessidade de abordagens mais amplas e diversificadas em estudos futuros, com o intuito de captar a pluralidade das vozes e experiências que emergem nesse espaço.

Através das sugestões apresentadas, como a inclusão de análises comparativas e a consideração das percepções dos seguidores, abre-se um leque de possibilidades para investigações posteriores que possam enriquecer o debate sobre o impacto das redes sociais na formação das subjetividades contemporâneas.

Dessa maneira, este trabalho tenta contribuir para a reflexão crítica sobre o papel dos influenciadores digitais e serve como ponto de partida para futuras pesquisas que busquem entender as complexidades do discurso e das práticas sociais no contexto atual.

REFERÊNCIAS

- ANDREOLI, Taís Pasquotto; VIEIRA, Barbara de Assis. "Oi, Meu Nome É... x Me Poupe: Influenciadores Digitais e a Reação dos Consumidores". **Revista Gestão & Conexões**, v. 11, n. 1, p. 39-60, 2022.
- AIRES, José Mário da Silva e LUIZ, Ângela Rodrigues. Fisiculturismo: motivos para adesão, treinos e competições. **Praxia**, Goiânia, v.4, e2022003, 2022.
- ALVES, Larissa Molina. Consumo de ativismo: moda e comportamento na era das redes sociais [resenha]. **OLMUE**, v. 12, n. 27, ago/2019.
- BACHELARD, Gaston. **A epistemologia**. Tradução: Fátima Lourenço Godinho; Mario Carmino Oliveira. Lisboa: Edições 70, 2006.
- BAER, Jay. **Youtility: why smart marketing is about help, not hype**. [S.l.]: Portfolio, 2013.
- BARACUHY, Regina; PEREIRA, Tânia Augusto. A biopolítica dos corpos na sociedade de controle. *Niterói*, v. 34, p. 317-330, 1. sem. 2013.
- BAUDRILLARD, J. (2006). **O sistema dos objetos**. São Paulo: Perspectiva.
- BAUMAN, Z. **Globalização: as consequências humanas**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1999.
- BAUMAN, Z. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.
- BAUMAN, Zygmunt. **Vida para Consumo: A Transformação das Pessoas em Mercadoria**. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.
- BECK, Ulrich. *Sociedade de risco: rumo a uma outra modernidade*. **São Paulo: Editora 34**, 2011. 384 p.
- BEIGUELMAN, Giselle. **Políticas da imagem – Vigilância e resistência na dadosfera**. São Paulo: Ubu Editora, 2021.
- BERGER, Jonah. **Contágio: por que as coisas pegam**. Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2014.
- BERGER, Mirela. "Felicidade é entrar num vestido p": o culto ao corpo na sociedade urbana contemporânea. **Cadernos de Campo: revista dos alunos de pós-graduação em antropologia**, São Paulo, v. 19, n. 19, p. 69-90, 2010.
- BERNARR MACFADDEN. Disponível em: <https://www.bernarrmacfadden.com/>. Acesso em: 01/02/2024.
- BONATES, Correa Junior. **Características da sociedade contemporânea** [apresentação de slides]. 2014. Disponível em: <https://pt.slideshare.net/correajunior/caractersticas-da-sociedade-contemporanea#7>. Acesso em: 05 fev. 2024.

BRAMANTE, Antônio Carlos. Lazer, concepções e significados. **LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v. 1, n. 1, 1998.

BROWN, Brené. **A coragem de ser imperfeito**. Rio de Janeiro: Editora Sextante, 2016.

CABANAS, E.; ILLOUZ, E. **Happycracia: fabricando cidadãos felizes**. Tradução Humberto do Amaral. São Paulo: Ubu Editora, 2022. 288p. (Coleção Exit).

CÂMARA MUNICIPAL DE SÃO BERNARDO DO CAMPO, (CMSBC) 2019. Disponível em: <https://camarasbc.sp.gov.br/noticia/970-vereador-estevao-camolesi-homenageia-fisiculturista-renato-Cariani>. Acesso em 09 de junho de 2023.

CAMPELO, Cleide Riva. *Cal (e) idoscorpos: Um estudo semiótico do corpo e seus códigos*. São Paulo: **Annablume**, 1996. 1ª edição.

CASSIMIRO, Érica Silva; GALDINO, Francisco Flávio Sales; SÁ, Geraldo Mateus de. As concepções de corpo construídas ao longo da história ocidental: da Grécia Antiga à contemporaneidade. **Μετάvoia**, São João del-Rei/MG, n. 14, 2012, p. 71. Disponível em: <http://www.ufsj.edu.br/revistalable>. Acesso em: [28/08/2023].

CASTILHO, C. T. **Plano de ensino e cronograma**. Disciplina da Pós-Graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer (PPGIEL), 2º Semestre/2022. Universidade Federal de Minas Gerais, 2022.

CIALDINI, R. B. **As armas da persuasão**. Rio de Janeiro: Sextante, 2012.

COSTA, M. I. S.; IANNI, A. M. Z. **Transformações da sociedade contemporânea. In: Individualização, cidadania e inclusão na sociedade contemporânea: uma análise teórica** [online]. São Bernardo do Campo, SP: Editora UFABC, 2018, p. 5-41. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/sysng/pdf/costa-9788568576953-02.pdf>. Acesso em: 20/08/2024.

COURTINE, Jean Jacques. **Os staknovistas do narcisismo: body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo**. In: SANT'ANA, Denise Bernuzzi. (Org.). *Políticas do Corpo*. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

CRARY, Jonathan. **24/7: Capitalismo Tardio E Os Fins Do Sono**. São Paulo: Série Exit Ubu Editora Ltda Me, 2016.

CROMPTON, C. Eugen Sandow (1867-1925). **Victorian Review**, v. 37, n. 1, p. 37-41, 2011. DOI: 10.1353/vcr.2011.0029.

DANTAS, Jurema Barros. Um ensaio sobre o culto ao corpo na contemporaneidade. Universidade Veiga de Almeida. **UVA**, Rio de Janeiro, Brasil. *Estud. pesquis. psicol.* v.11, n.3, p.989-912, 2011.

DICIONÁRIO PRIBERAM. **Dicionário Priberam da Língua Portuguesa** [online]. Disponível em: <https://dicionario.priberam.org/>. Acesso em: 10 fev. 2024.

DOS SANTOS, Kathyane Clemente Cabral; DURÃO, André Falcão. @Descubrapernambuco: um estudo sobre o engajamento online do consumidor no Instagram

oficial do estado. **Podium: Sport, Leisure and Tourism Review**, [S.l.], v. 10, n. 1, p. 187-210, 2021.

DUARTE, Beatriz Isabel Sequeira. **Influenciadores Digitais Fitness**. Dissertação (Mestrado em Direção e Gestão Desportiva) - Universidade de Évora, Escola de Ciências e Tecnologia, 2020.

ELIAS, Norbert. Mozart: **Sociologia de um gênio**. Organizado por Michael Schroter. Tradução de Sérgio Góes de Paula. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1995.

ELIM, J. M.; MELIM, M. J. Dez vezes sem juro: uma análise dos mecanismos de persuasão utilizados na publicidade de varejo. **Signos do Consumo**, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 17-26, jan./jun. 2017.

ENCYCLOPAEDIA BRITANNICA. **Steve Reeves**. Escrito e verificado por Encyclopaedia Britannica. Última atualização: 11 de agosto de 2023. URL: <https://www.britannica.com/biography/Steve-Reeves>.

ESTEVIÃO, Adriana. Práticas do fisiculturismo: significados. **Revista Motrivivência**, n. 24, p. 41 – 57, 2005.

FABRI, Hélcio Prado; FISCHER, Sandra. Os “freak shows” e os espetáculos dos corpos monstruosos na gênese da indústria cinematográfica. Intercom - **Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação**, Curitiba, PR, v. 40, n. 1, p. 2, 04 a 09 de setembro de 2017.

FEATHERSTONE, Mike. **Cultura de consumo e pós-modernismo**. São Paulo: Editora Nobel, 2007.

FERREIRA, Maria Elisa Caputo. A obsessão masculina pelo corpo: malhado, forte e sarado. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 27, n. 1, p. 167-182, set. 2005.

FISHER, Max. **A máquina do caos: como as redes sociais reprogramaram nossa mente e nosso mundo**. Editora: Todavia, 2023, 523p.

FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder**. Rio de Janeiro: Paz & Terra, 2021. 432 p.

FOUCAULT, Michel. Vigiar e punir: nascimento da prisão. Tradução de Raquel Ramallete. Petrópolis: **Vozes**, 1987. 288 p.

FUCK, Marcos Paulo. Tecnologia, sociedade e redes digitais: novas dimensões para as políticas públicas. **R. Katál.**, Florianópolis, v. 15, n. 1, p. 141-143, jan./jun. 2012.

GALLANT, K. Serious Leisure: Past, present and possibilities. In: Spraklen, K. et al. (Orgs.) *The palgrave handbook of leisure studies*. London: Palgrave **McMillan**, 2017. p. 437-452.

GIDDENS, Anthony. **Modernização reflexiva: política, tradição e estética na ordem social moderna**. 1. ed. São Paulo: Editora Unesp, 2001.

GLOBO. **Como astro do mundo fitness usou o fisiculturismo para vencer o bullying e fazer fortuna**. Disponível em: <https://ge.globo.com/sp/noticia/2023/10/31/como-astro-do->

mando-fitness-usou-o-fisiculturismo-para-vencer-o-bullying-e-fazer-fortuna.ghtml. Acesso em: 20 mar. 2024.

Globo.com. **Entenda a curta história do Instagram, comprado pelo Facebook**. Disponível em: <https://g1.globo.com/tecnologia/noticia/2012/04/entenda-curta-historia-do-instagram-comprado-pelo-facebook.html>. Acesso em: 20 set. 2023.

GLOBO ESPORTE. Disponível em: <https://ge.globo.com/fisiculturismo/reportagem/2024/11/09/c-reg-park-conheca-o-hercules-que-inspirou-arnold-schwarzenegger.ghtml>. Acesso em: 12/11/2024

GODIN, Seth. **Tribos: nós precisamos que você nos lidere**. Rio de Janeiro: Alta Books, 2013.

GOLDENBERG, Mirian. O corpo como capital: para compreender a cultura brasileira. **Arquivos em Movimento – Revista Eletrônica da EEFD da UFRJ**, v.2, nº2, p. 115-123, 2006.

GOMES, Christianne L. (Org.). **Dicionário crítico do Lazer**. Belo Horizonte: Autêntica, 2004.

GOMES, Rafael Nascimento. A importância da biografia histórica para a História Política. As relações Brasil- Uruguai por meio das biografias de Getúlio Vargas e Gabriel Terra (1931-1938). **Revista Latino-Americana de História**, ISSN-e 2238-0620, Vol. 4, Nº. 14, 2015 (Ejemplar dedicado a: Dossiê História Política: temas, fontes e problemas), págs. 87-100.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Traduzido por Enio Paulo Giachini. Edição padrão. Editora Vozes, 2015. 136 páginas.

HASSE, Manuela. O processo de apreensão e de re-criação do mundo. In: **Revista Proposições**. Faculdade de Educação UNICAMP, v.14, nº2 (41), maio/ago, 2003.

HIMMICK, John. **Marketing de influência: Como ganhar dinheiro no Instagram**. Kindle Edition, 2016.

Instagram de **Renato Cariani**. Disponível em: https://www.instagram.com/renato_cariani/. Acesso em: 21 set. 2023.

INTERNATIONAL TELECOMMUNICATION UNION. **New itu statistics show more than half the world is now using the internet**. Disponível em: <https://news.itu.int/itu-statistics-leaving-no-one-offline/>. Acesso em: 28/08/2023.

JAEGER, Angelita Alice. **Mulheres atletas da potencialização muscular e a construção de arquiteturas corporais no fisiculturismo**. 237f. Tese (Doutorado em Ciências do Movimento Humano). Escola de Educação Física – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2009.

KARHAWI, Issaaf. Influenciadores digitais: conceitos e práticas em discussão. **Revista Comunicare**, Volume 17, Edição especial de 70 anos da Faculdade Cásper Líbero, p. 46-62, 2017.

KAUAK, **Marketing de influência, quem são os influenciadores digitais?** Disponível em: <https://d27vzs4r83hauc.cloudfront.net/conteudo/infografico-quem-sao-influenciadores.pdf>. Acesso em 01/08/2023.

KNOPP, Glauco da Costa. **A influência da mídia e da indústria da beleza na cultura de corpolatria e na moral da aparência na sociedade contemporânea.** In: ENCONTRO DE ESTUDOS MULTIDISCIPLINARES EM CULTURA, 4., 2008. Universidade Federal da Bahia, 2008.

KOTLER, Philip. **Marketing 4.0.** Philip Kotler, Hermawan Kartajaya, Iwan Setiawan; tradução de Ivo Korytowski. Rio de Janeiro: Sextante, 2017.

LEIGHTON, J R. **Musculação: aptidão física, desenvolvimento corporal e condicionamento físico.** Rio de Janeiro: Sprint, 1987.

LIOKAFTOS D. **A Genealogy of Male Bodybuilding: From Classical to Freaky.** London; New York: Routledge, 2017.

LIZ, C. M. de; ANDRADE, A. Análise qualitativa dos motivos de adesão e desistência da musculação em academias. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 38, n. 3, p. 267-274, 2016.

LUZ, Madel. SABINO, César. Forma do corpo e saúde na cultura Fisiculturista. 25a Reunião Brasileira de Antropologia. **Goiânia**, p. 209-229, 2006.

MEDIA NATION. Disponível em: <https://dankennedy.net/2023/06/28/how-freaks-helped-normalize-people-with-disabilities-an-excerpt-from-little-people/>. Acesso em: 28/08/2023

MENDES, Raíssa Arcoverde Borborema et al. Show de horrores: a ciência por trás das aberrações. **Revista de Medicina e Saúde de Brasília**, v. 5, n. 2, p. 334, 23 de setembro de 2016.

MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** 12ª ed. São Paulo, 2010: Hucitec, 2010. 408 p.

MINTZ, Sidney W. **Cultura: uma visão antropológica.** Tempo, Rio de Janeiro, v. 14, n. 28, jun. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tem/a/JwQBsjJNPtSGCvBHQc8wQXC/>. Acesso em: [05/02/2024].

MOREIRA, Afonso Ribas; Lôbo, Victória; Da Silva, José Luís Caetano. "O marketing no ciberespaço: a ação de digital influencers no incentivo ao consumo de produtos e serviços por meio do merchandising no Instagram". **Cadernos de Ciências Sociais Aplicadas**, 2018, Vol. 15 (25), p. 1.

MOREIRA, Marília Diógenes. A construção da imagem corporal nas redes sociais: padrões de beleza e discursos de influenciadores digitais. **Recursos Linguísticos**, Vitória (ES), v. 10, n. 25, 2020, ISSN: 2236-2592.

MOROZOV, Evgeny. **Big Tech: A ascensão dos dados e a morte da política.** São Paulo: Ubu Editora, 2018.

MUBI. Disponível em: <https://mubi.com/pt/br/films/hercules-1958>. Acesso em: 30/08/2023

NEIVA, S. G. P.; ALMEIDA FILHO, H. M. R.; LIMA, A. F. L. S.; ROSA NETO, J. S.; SILVA, A. E. A.; SOARES, W. D.; MARQUES, C. P. Prevalência de doenças do aparelho locomotor em fisiculturistas. **Revista Científica Online**, v. 14, n. 6, p. 1-10, 2022.

NEVES, Thiago Gonçalves. **Os primórdios do halterofilismo e do fisiculturismo no Brasil**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 2012.

O'REILLY, Tim. **What is Web 2.0: Design Patterns and Business Models for the Next Generation of Software**. 2007. Disponível em: <https://www.oreilly.com/pub/a/web2/archive/what-is-web-20.html>. Acesso em: 22/08/2023.

ORLANDI, Eni, P. **Michel Pêcheux e a Análise do Discurso**. Universidade Estadual de Campinas. (Unicamp). Labeurb/IEL. 2005.

OXFORD UNIVERSITY PRESS LANGUAGES. Disponível em: <https://languages.oup.com/>. Acesso em: 21 set. 2023.

PÊCHEUX, Michel. **Language, semantics and ideology**. MacMillan, London, 1982. (Trad. brasileira: *Semântica e Discurso*, Editora da Unicamp, 1988).

PELBART, Peter Pál. Biopolítica. **Sala Preta**, São Paulo, v. 7, p. 57-66, 2007.

PRAZERES, Marcelo Viale. A prática da musculação e seus benefícios para a qualidade de vida. 2007. 46 p. **Trabalho de conclusão de curso** (Graduação em Educação Física) – Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.

REG PARK FAN PAGE (@reg_park_fans) • Fotos e vídeos do Instagram. Acesso em 15/08/2023.

ROBERTS, KEVIN. **Lovemarks o futuro além das marcas**. São Paulo: M Books, 2004. 221p.

ROJEK, C. (2005). *Leisure Theory: Principles and Practices*. London: Palgrave Macmillan.

ROLNIK, Suely. **Esferas da insurreição: notas para uma vida não cafetinada**. São Paulo: n-1 edições, 2018.

SABINO, C. **Anabolizantes: drogas de Apolo**. In: GOLDENBERG, M. (Org.). Nu e vestido. Rio de Janeiro: Record, 2002.

SABINO, C.; LUZ, M. T. "Ritos da forma. A construção da identidade fisiculturista em academias de musculação na cidade do Rio de Janeiro." **Arquivos em Movimento**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 1, p. 51-68, janeiro/junho de 2007.

SABINO, César; LUZ, Madel T.; CARVALHO, Maria Cláudia. O fim da comida: suplementação alimentar e alimentação entre frequentadores assíduos de academias de musculação e fitness do Rio de Janeiro. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 343-356, abr.-jun. 2010.

SANTOS, Manoel Antônio dos; OLIVEIRA, Vitor Hugo de; PERES, Rodrigo Sanches; RISK, Eduardo Name; LEONIDAS, Carolina; OLIVEIRA-CARDOSO, Érika Arantes de. **Brasil - Corpo, saúde e sociedade de consumo**. Jul.-set. 2019.

SCHINAIDER, Anelise Daniela; BARBOSA, Isabelle Noga. Os Influenciadores Digitais e a Relação com a Tomada de Decisão de Compra de seus Seguidores. **Revista de Administração, Sociedade e Inovação**, v. 5, n. 3, set/dez 2019.

SERRÃO, D. R.; SILVA, C. A. O.; LIMA, B. N.; MANESCHY, M. S.; SILIO, L. F.; PASSOS, R. P.; ALMEIDA, K. S.; VILELA JUNIOR, G. B. Autoimagem entre atletas de fisiculturismo, de competição e recreacionais: revisão bibliográfica. **CPAQV Journal - Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, Local de Publicação, v. 13, n. 2, p.2, 2021.

SIQUEIRA, Elisabete Stradiotto. Cultura na sociedade contemporânea. **Revista de Informação Cultural**, Mossoró, v. 1, n. 1, p. 7-9, jan./jun. 2019.

SOARES, Carmen Lúcia; MORENO, Andrea. Dossiê – Práticas e prescrições sobre o corpo: a dimensão educativa dos métodos ginásticos europeus. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 37, n. 2, abr.-jun. 2015.

SOARES, Thiago Coelho; PEREIRA, Marcelo Lisboa; SOARES, João Coelho. **Os influenciadores realmente influenciam? O efeito dos influenciadores digitais na intenção de compra**. Navus, 2021, v. 11, jan/dez 2021.

STEBBINS, Robert A. Serious Leisure: a conceptual statement. *Pacific Sociological Review.*, 25, 251–272, 1982.

STEBBINS, Robert A. **Serious Leisure: a perspective for our time**. New Jersey: Transaction, 2008. 156f.