

## Conselhos imunizantes para o indivíduo saudável: o caso de um núcleo de pesquisa

Ivan Marcelo Gomes

Universidade Federal do Espírito Santo

Vitória/ES/Brasil

[ivanmgomes@hotmail.com](mailto:ivanmgomes@hotmail.com)

### Resumo:

O presente texto apresenta o Núcleo de Pesquisa em Atividade Física & Saúde (NuPAF) da Universidade Federal de Santa Catarina, focalizando suas propostas para a formação do indivíduo saudável a partir das elaborações textuais de integrantes desse grupo de pesquisa. Para tanto, optamos por privilegiar as dissertações de mestrado produzidas no Programa de Pós-Graduação em Educação Física da UFSC. Destacamos, aqui, os conselhos - vinculados a ponderação e que serão descritos e analisados a partir de uma categoria denominada “vida equilibrada” - elaborados pelo núcleo interpretando-os a luz da lógica imunitária desenvolvida pelo filósofo Roberto Esposito.

Palavras-chave: corpo; saúde; biopolítica.

### Uma caracterização do NuPAF a partir de suas dissertações: seus objetivos e seus temas

O Núcleo de Pesquisa em Atividade Física & Saúde da UFSC (NuPAF), criado em 1991, apresenta-se como o segundo grupo de pesquisa mais antigo da área de Educação Física, vinculado à “atividade física e saúde”, além de apresentar vários pesquisadores envolvidos e uma das maiores publicações entre os grupos registrados no Diretório dos Grupos de Pesquisa no Brasil do CNPq.

As análises realizadas nas dissertações contribuíram para traçarmos uma determinada caracterização do NuPAF. As dissertações analisadas foram escolhidas em virtude de suas temáticas. Desta forma, elegemos os trabalhos que abordavam a questão da saúde, da atividade física, da qualidade de vida e temas correlatos. Em virtude da repetição dos temas, nos restringimos aos textos defendidos entre os anos de 2004 e 2007. Feita esta triagem, foram analisadas vinte e quatro dissertações.

A partir destes documentos de pesquisa construímos algumas categorias (“vida equilibrada”, “confiança especializada” e “reflexividade ativa”) que nortearam as análises desenvolvidas sobre o núcleo. Neste texto, privilegiaremos as análises vinculadas à categoria “vida equilibrada”. Buscamos, através das referida categoria, evidenciar as atitudes valorizadas e as rejeitadas presentes nos textos acadêmicos analisados.

A categoria “vida equilibrada” apresenta nas formulações do NuPAF o estímulo individual em relação ao “bom senso” frente aos excessos da atual modernidade. Mas, para sermos fiéis ao nosso objeto em questão, necessitaremos de uma reflexão que envolva nesta categoria a idéia de uma “vida ativa”.

Deste modo, o estilo de vida ativo, termo recorrente nas formulações do NuPAF, será analisado pela categoria, se utilizando dos temas e proposições presentes nas dissertações que serviram de material para este trabalho.

### **Atividades para uma vida equilibrada**

A “vida equilibrada”, a partir do NuPAF, é composta por conselhos e saberes que enfatizam a necessidade de se evitar os excessos cotidianos provenientes dos avanços técnicos elaborados na modernidade. O estilo de vida ativo aparece como um modelo ideal de conduta e enfrentamento dos transtornos

causados pelo mundo moderno e que desembocam em exageros tecnológicos, nutricionais e corporais.

Os problemas causados pelos avanços tecnológicos apresentam-se de forma recorrente nas dissertações. Os argumentos utilizados denotam uma verdade cristalizada sobre tal tema, mesclando subsídios teóricos com uma espécie de afirmações apriorísticas. Na maioria das vezes, salientam-se os malefícios conectados à modernidade constituindo um lamento por tal situação, conforme ratifica o exemplo a seguir: “ [...] *A modernização, através da tecnologia, tem transformado cada vez mais o homem de uma vida criativa ativa para um ser sedentário [...]*” (SIMAS, 2004, p. 15).

A vida equilibrada deve ser cultivada em diferentes momentos e etapas dos indivíduos. A utilização em excesso de computadores, televisores e jogos eletrônicos também é criticada. Esses exageros levam a uma precariedade: a falta de atividades físicas, que causa outro excesso: a obesidade. Este excesso corporal denuncia o desequilíbrio de um indivíduo.

Outros excessos também são combatidos na medida em que são apresentados de uma forma articulada dentro do processo da atividade física para uma vida equilibrada e saudável. Assim, os exageros cotidianos que geram o estresse, os alimentos demasiados e os temores estéticos são tematizados. Todos esses exageros são compreendidos dentro de uma determinada perspectiva denominada “comportamentos de risco à saúde”. Nesta visão *nupafiana*, o indivíduo não é mais visto como um submisso às imposições sociais. Inversamente à posição destinada aos indivíduos frente aos avanços tecnológicos, os conselhos creditam a uma capacidade individual para que mudanças sejam adotadas em prol de uma vida ativa.

Essa perspectiva do núcleo se enquadra nas atuais exigências cotidianas presentes nos embates contra o risco. Esta recomendação individual para uma vida equilibrada deve ser ponderada. O bom senso pode ser traduzido por bons

hábitos dentro das formulações destes especialistas da saúde. Um conselho em que não haveria discordância entre estes especialistas é o de que “[...] qualquer tipo de atividade física é melhor do que levar uma vida sedentária” (BORGES, 2006, p. 49).

Isso desencadeia outro aspecto característico do núcleo vinculado a um comportamento preventivo relacionado a projeções futuras. Nesta perspectiva, o bom senso no presente gerará um “envelhecimento saudável na fase futura” (SIMAS, 2004, p. 65). Podemos argumentar que em função dos desequilíbrios causados pela modernidade, como ressaltam os especialistas aqui discutidos, há uma urgência em reequilibrar as condutas através de um estilo de vida ativo.

Como temos enfatizado nesta categoria, os conselhos que predominam para o desejado equilíbrio em função dos excessos modernos concentram-se em uma direção padrão: *“O professor de Educação Física, ao orientar seu aluno para uma vida ativa, orienta-o para o caminho mais sensato para a responsabilidade individual: a prevenção da saúde”* (PRATES, 2004, p. 31).

A vida equilibrada deve ser ativa, mas não exaustiva, ou seja, requer ponderação e esta característica necessita do auxílio dos especialistas e da confiança gerada por seus saberes.

### **A lógica imunitária de Roberto Esposito como base teórica para as reflexões sobre o NuPAF**

Inicialmente, nossa reflexão está pautada na lógica imunitária presente nas elaborações do NuPAF. Esta lógica reduz a “linguagem da vida” ao plano biológico, procurando garantir a salvaguarda dos corpos dos indivíduos. Roberto Esposito (2005). A defesa da vida através de estratégias políticas busca imunizá-la dos riscos que a ameaçam de extinção. Essa afirmação

apresenta o vínculo entre política e vida e que nos permite aproximar as propostas *nupafianas* do conceito de biopoder foucaultiano. Analisando esta questão, Esposito insiste que em nome e em função da deterioração da vida, a política torna-a reduzida ao regime do corpo (ESPOSITO, 2005, p. 161).

Para Esposito, o conceito de biopolítica oscila entre uma perspectiva afirmativa (produtiva) e uma perspectiva negativa (mortífera). A categoria de imunização apresenta – na perspectiva do autor – uma relação causal (mesmo que de índole negativa) que propicia a articulação entre esses dois pólos. A forma paradoxal em que ocorre a conservação da vida através do poder é o que permite ao autor interpretar que a imunização “*é uma proteção negativa da vida*” (ESPOSITO, 2006, p. 74-5).

Esposito argumenta, em uma espécie de aposta, que a possibilidade de reversão deste quadro na atualidade se dá através de um rompimento desta proteção negativa da vida, principalmente, ao questionar elementos colocados em prática pela tanatopolítica nazista. Para ele, a norma de vida deverá ser contraposta por uma vitalização da norma (ESPOSITO, 2006, p. 296). A partir da filosofia de Spinoza, o autor ressalta que norma e vida formam parte de uma só dimensão em contínuo devir. Nesta perspectiva, é salientado por Esposito que o autor que alavancou uma tentativa filosófica explícita de vitalização da norma foi Georges Canguilhem (idem, p. 302).

Essa ação criadora não pode permanecer circunscrita aos muros da normalização, mas percorre pelos caminhos da normatização, conforme denominação de Canguilhem, que se baseia no potencial humano para reinventar novas normas. Para Esposito, esta perspectiva desconstrói o paradigma imunitário, possibilitando um “*léxico biopolítico distinto*” (idem, p. 306).

### **Refletindo sobre o núcleo de pesquisa**

A lógica imunitária presente no NuPAF tenta, através de esforços cotidianos, pequenas e sempre crescentes doses do antídoto da vida ativa, vencer uma batalha maior que está vinculada tanto ao encurtamento da vida individual, quanto ao endividamento estatal causado por corpos infectados pelo sedentarismo e a obesidade. Esses conselhos para um estilo de vida saudável se ajustam a uma forma de biopoder.

Essa versão atualizada da relação poder/conhecimento, arrogada pelo NuPAF possibilita que mesmo tendo a conscientização individual como um dos focos primordiais de ação, não obscureça a sua tentativa de promover uma vida saudável em diferentes extratos populacionais que contribuam para uma futura “sociedade saudável”. Esta sociedade almejada parece se constituir na grande missão civilizadora em que o núcleo está envolvido, só que nesta versão, os inimigos públicos não estão mais localizados em outra nação. Esta lógica atualizada e privatizada do inimigo público apresenta como ameaça primordial a própria fraqueza individual, como por exemplo, a falta de vontade para se adequar aos padrões considerados necessários para a atividade física. Ágnes Heller e Ferenc Fehér (1995) sugerem que existe uma abertura do espaço privado que incide em uma forma de vigilância pública.

O que deve ser excluído não está, prioritariamente, no outro, mas em nós mesmos. Isto não significa que não existam vilões públicos nas propostas do NuPAF. Os fumantes e outros grupos que colocam em risco a construção do estilo de vida saudável são percebidos como ameaças que devem ser nomeadas publicamente. Conforme ilustram Heller e Fehér, o medo e o furor, provocados por não estarem imunes à deterioração causada pelos fumantes, permitem que os “fumantes passivos” sintam-se no dever de exigir, no extremo, a “morte civil” destes indivíduos.

As atitudes preventivas contra comportamentos de risco enunciadas nas dissertações mesclam recomendações pretensamente científicas com conselhos moralistas, como ilustram as condutas necessárias para o indivíduo

saudável. A “vida qualificada” *nupafiana* propõe os seguintes comportamentos preventivos: “*Usar cinto de segurança [...] Praticar sexo seguro [...] Evitar os ambientes e grupos onde a violência física é motivo de admiração [...] Não fumar [...] Beber com moderação [...] Escolher alimentos de maneira inteligente [...] Proteger a pele e os olhos [...] Manter uma vida ativa, mas não exaustiva [...] Realizar check-ups e exames periódicos*” (NAHAS, 2003, p. 219-220). Tais ações imunizantes remetem a uma idéia de “pureza corporal” – um corpo isento de vícios.

O antídoto do NuPAF para que os indivíduos fiquem imunes a estes temores entra em um terreno movediço, pois lida com a transitoriedade presente na modernidade advinda das relações entre ciência, indústria e estímulos prazerosos ligados ao consumo. Em virtude destes aspectos, a construção do estilo de vida ativo não está isenta do sentimento de incerteza (mesmo que os especialistas do núcleo reafirmem certezas) atual. Por outro lado, esta incerteza estimula que os indivíduos continuem a sua busca pela erradicação dos medos, tendo os mais diversos conselheiros como fonte de conduta.

Como desfecho desta reflexão, cabe assinalar que em nome do estilo de vida saudável é erigida uma guerra preventiva contra a multiplicidade da vida. Desta forma, o estilo de vida oferecido pelos conselheiros especializados do NuPAF é apresentado como a opção correta a ser seguida. Tem-se a convicção de que a construção de um estilo de vida saudável é inquestionável.

A primazia da necessidade de adequação aos padrões solicitados para a vida ativa caracteriza estas propostas dentro do que Dominique Lecourt chamou de uma “concepção despótica de saúde” (LECOURT, 2006, p. 298). Nesta lógica, podem até existir vários meios disponibilizados ao consumidor, mas o que interessa é que o “fim” não seja obscurecido. Em outras palavras, mesmo que as condições sociais não sejam equivalentes na população, evoca-se um “igualitarismo da vontade”: a vontade de ser “saudavelmente-feliz”.

A liberdade e a imunização intrínseca a este modelo resulta em uma negação da vida, mesmo que seu objetivo seja o de conservá-la (GOLDENBERG, 2007, p. 2). Essa possibilidade de destruição provocada por esse “sistema imunológico” está vinculada a “obsessão monoteísta de que a verdade é uma só” (ESPOSITO, 2007, p. 2). Pois como afirma Espósito, a ênfase biológica predominante nos sistemas imunológicos apresenta uma exigência, violentamente defensiva, com respeito a tudo aquilo que resulta estranho (ESPOSITO, 2005, p. 29). Assim, percebemos uma elaboração que não poupa esforços e adjetivos para desqualificar tudo aquilo que escape aos padrões do estilo de vida ativo.

## Referências

CANGUILHEM, G. (2006) **O normal e o patológico**. 6ª ed. rev. Rio de Janeiro: Forense Universitária.

ESPOSITO, R. (2006) **Bíos: biopolítica y filosofía**. Buenos Aires: Amorrortu.

\_\_\_\_\_. (2007) Recuperemos a comunidade (Entrevista realizada por Pietro Del Solda). In: **Educar na sociedade da informação**. (módulo 2003). Disponível em: <<http://www.cidade.usp.br/educar/?2003/mod1/esposito>>. Acesso em: 23 ago. 2007.

\_\_\_\_\_. (2005) **Immunitas: protección y negación de la vida**. Buenos Aires: Amorrortu.

HELLER, A. & FEHÉR, F. (1995) **Biopolítica: la modernidad y la liberación del cuerpo**. Barcelona: Península.

LECOURT, D. (2006) Normas. In: RUSSO, M. & CAPONI, S. (org.) **Estudos de filosofia e história das ciências biomédicas**. São Paulo: Discurso Editorial, p. 293-303.

NAHAS, M.V. (2003) **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 3ª ed. Londrina: Midiograf.

FONTES:



BORGES, G. F. (2006) **Nível de atividade física, capacidade funcional e qualidade de sono de idosas**. 62 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – PPGEF, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

PRATES, M. E. F. (2004) **Impacto da disciplina qualidade de vida na mudança de comportamento para a prática de atividades físicas em estudantes universitários**. 102 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – PPGEF, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

SIMAS, J. P. N. (2004) **Universidade e saúde da mulher: um estudo dos determinantes da atividade física**. 87 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – PPGEF, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.