

# **“TECNOLOGIAS DO EU” E CUIDADO DE SI: EMBATES E PERSPECTIVAS NO CONTEXTO DO CAPITALISMO GLOBAL**

## **TECHNOLOGIES OF THE SELF" AND SELF-CARE: CONFLICTS AND PROSPECTS IN THE GLOBAL CAPITALISM CONTEXT**

Douglas Francisco Kovaleski  
Doutorando do Programa de  
Pós Graduação em Saúde Coletiva  
Universidade Federal de Santa Catarina  
[douglasfk@ead.ufsc.br](mailto:douglasfk@ead.ufsc.br)

Walter Ferreira de Oliveira  
Departamento de Saúde Pública  
Universidade Federal de Santa Catarina  
Ph.D. em Bases Sociais e Filosóficas de  
Programas de Educação –  
University of Minnesota – EUA (1994)  
[walter@ccs.ufsc.br](mailto:walter@ccs.ufsc.br)

### **RESUMO**

A obra de Michel Foucault é repleta de reflexões sobre o avanço histórico do capitalismo e suas consequências para o tratamento dos corpos de modo a servir este relativamente novo regime de produção. O capitalismo, contrapondo-se às raízes culturais do ocidente, como a filosofia da Grécia clássica, exige a expoliação, a docilização, a conformidade, obtidas a partir de poderes exercidos, em forma última, sobre os corpos. Este artigo faz um recorte do pensamento de Foucault a respeito da dinâmica histórica que suscitou os embates entre capital e trabalho, classes sociais, posições políticas e atitudes culturais a partir da instauração da

ordem capitalista e comenta, ao final, a presença viva da exploração capitalista, além de fazer uma breve menção a estas influências no setor saúde no mundo contemporâneo.

**PALAVRAS-CHAVE:** cuidado de si, disciplinarização dos corpos, biopoder.

### **As Tecnologias do Eu**

Nas décadas de 60 e 70, Foucault estuda os mecanismos de controle e sujeição que negam a autonomia do indivíduo. Na década de 80 discute as resistências dos indivíduos aos mecanismos de controle, afirmando as possibilidades de autonomia. Esse último período da obra de Foucault é encerrado com o livro *“As Tecnologias do eu”*. As tecnologias do eu constituem:

Tecnologias que permitem aos indivíduos efetuar por seus próprios meios um certo número de operações sobre seus próprios corpos, suas próprias almas, seus próprios pensamentos, sua própria conduta e o fazem de modo que se transformam a si mesmos, modificando-se para alcançar certo grau de perfeição, felicidade, pureza ou poder (FOUCAULT, 1990, p. 48, tradução nossa)<sup>1</sup>.

A ideia das tecnologias do eu propicia estudar o que se passa em nível individual em um contexto de constituição dos “movimentos sociais”, bem como a representação destes no espaço da sociedade. Representações que incorporam noções de como sujeito, indivíduo e identidades, as quais vêm sendo cada vez mais utilizadas no campo da sociologia (ADORNO, 1998).

A condição de autonomia do indivíduo vem certamente recebendo maior atenção, por parte das pesquisas sociais, particularmente em relação a instituições como família, religião e propriedade. O estudo das práticas individuais revela, ao mesmo tempo, a atuação de um controle, um esquadramento, uma

---

<sup>1</sup> técnicas que permiten a los individuos efectuar un cierto número de operaciones en sus propios cuerpos, en sus almas, en sus pensamientos, en sus conductas, y ello de un modo tal que los transforme a sí mismos, que los modifique, con el fin de alcanzar un cierto estado de perfección, o de felicidad, o de pureza, o de poder.

fragmentação, como estratégias sociais na busca da disciplinarização dos corpos. Reconhecemos o sucesso dessas estratégias. A sociedade do controle está, em grande parte, instituída.

### **A Autonomia Frente ao Poder: Contextualização Histórica**

Para entender como as práticas de corpo se estabeleceram é preciso considerar o condicionamento que transformou o homem num animal racional, providente e previsível. Elias (1995) discute essa construção histórica e, como Foucault, não admite uma natureza humana capaz de pautar atitudes ditas naturais. O que se institui, com a civilização, é uma complexa relação entre indivíduo e coletivo, base de um conjunto de mútuas determinações.

Elias (1995) descreve como ocorreu a alteração das práticas envolvendo os cuidados com o corpo, desde a Idade Média até a sociedade burguesa. Inúmeros manuais de comportamento, utilizados como material histórico na sua pesquisa, evidenciam a normalização da maneira das pessoas relacionarem-se entre si e com o próprio corpo.

A história dos cuidados do corpo permite perceber que as relações hoje estabelecidas nem sempre foram assim. Estas relações são dinâmicas, não lineares e seu estudo passa por compreender como surgiram e como mudaram dentro de contextos sociais variados, nos diferentes períodos históricos (ELIAS, 1995).

Foucault faz uso da história, não para direcionar o futuro, mas com a pretensão de abrir futuros possíveis, de “liberar o pensamento daquilo que ele pensa silenciosamente, e permitir-lhe pensar diferentemente” (FOUCAULT, 1998, p. 14). Para ele, a história é um instrumento útil para entender e sistematizar um pensar as coisas e as práticas, não apenas na similitude, mas na diferença. Os cuidados com o, com sua evolução dialética, para serem compreendidos devem ser historicizados. A tentativa da compreensão final do indivíduo passa, na sua visão, pela chamada *teleologia do sujeito moral*, ou seja, como esse sujeito imerso em um conjunto de normas e valores, inserido em um sistema de produção material e subjetivo de sua existência, resiste ou se adapta à disciplinarização.

A transformação histórica dos cuidados socialmente estabelecidos tem como fulcro as continuidades e descontinuidades históricas que, das mais variadas formas, induziram um tipo definido de relação do sujeito consigo, à qual Foucault denomina ética.

A eventualização que Foucault utiliza para enfrentar a realidade auxilia na análise do fato enquanto uma possibilidade dentre outras que está em volta contextualiza os fenômenos na história, quebra a naturalidade humana. Caponi, utilizando esse mesmo conceito, afirma que “A verdade, o poder e a conduta individual não encontram no homem seu fundamento, mas nas relações de poder, nas formas plurais de saber e nas relações do ‘eu’ com ele próprio” (CAPONI, 1992, p. 18).

Nesta perspectiva nega-se o sujeito como causa única, natural e necessária. Ao mesmo tempo nega-se o pressuposto do indivíduo com plena consciência para conhecer e agir. Ninguém é tão consciente que não seja influenciado pelo meio, nem tão alienado que não estabeleça autoria sobre seus atos. Nega-se, assim, a centralidade do sujeito, colocando-o na mesma condição de qualquer outro objeto, submetendo-o ao interrogar filosófico das coisas em geral. Investigar o sujeito é investigá-lo em seu meio:

A interrogação filosófica não é mais saber como tudo é pensável, nem como o mundo pode ser vivido, experimentado, atravessado pelo sujeito. O problema é saber agora quais são as condições impostas a um sujeito qualquer para que ele possa introduzir-se, funcionar, servir de nó na rede que nos rodeia (FOUCAULT, 1971, p. 30).

Há que negar os determinismos e as linearidades de condicionantes materiais e perceber os indivíduos sempre fugindo, escapando das redes de poder. A resistência, afirma Foucault, é a contra-face do poder. Por isso, é preciso buscar as práticas dos sujeitos, entender como ele desenvolve o conhecimento de si, a partir das aceitações e das resistências.

### **A Sexualidade e os Jogos de Verdade Sobre Si**

O objetivo de traçar uma história de como o homem vem desenvolvendo o conhecimento sobre si tem propiciado o aprofundamento da ciência em diversas áreas, como Economia, Biologia, Psiquiatria, Medicina e Direito. Foucault considera estas ciências *jogos de verdade* específicos, relacionados a técnicas específicas que os homens usam para entender a si. Já a sexualidade seria uma técnica geral com esse mesmo fim (FOUCAULT, 2005).

Foucault se propôs analisar a sexualidade como uma experiência historicamente singular, atendendo “aos três eixos que a constituem: a formação dos saberes que a ela se referem; os sistemas de poder que regulam sua prática; e as formas pelas quais os indivíduos podem e devem reconhecer-se como sujeitos dessa sexualidade” (FOUCAULT, 1998, p. 10).

Tomando a sexualidade como busca do indivíduo de entender a relação consigo, Foucault afirma que quando está envolvido o tema sexualidade o ser se obriga, nas práticas e nos discursos, a dizer a verdade sobre si. Observa ainda que estes “jogos de verdade” se estabelecem na sociedade por dois motivos: primeiro porque a confissão sempre teve uma presença muito marcante na justiça, na religiosidade e nos costumes populares; segundo porque a conduta sexual possui regras rígidas e bastante difundidas na sociedade (FOUCAULT, 1995).

A sexualidade, segundo Foucault, toma importância fundamental a partir do século XIX devido a dois motivos principais: primeiro porque constitui-se em comportamento corporal e por isso depende de tecnologias disciplinares, individualizantes, na forma de controle, vigilância e autopunição; segundo, como ato procriador atua no sentido da reafirmação das biopolíticas. “A sexualidade está exatamente na encruzilhada do corpo e da população” (FOUCAULT, 1999a, p. 300).

Os jogos de verdade que o indivíduo desenvolve na sexualidade possibilitam também a utilização desse espaço, bem como das discussões que giram em torno dele, para a análise de outras relações. Pois com respeito à relação do sujeito com ele mesmo, Foucault considera um conjunto de práticas e de discursos não só inscritos na sexualidade, mas também em outros espaços. Esse acúmulo torna-se útil para o entendimento das práticas de si.

### **As Tecnologias do Eu, o Poder e o Cuidado de Si**

Foucault aponta então quatro “tecnologias”: a) *Tecnologias de produção* (estritamente relacionadas com o trabalho e o ato de manipular objetos); b) *Tecnologias de sistemas de signos* (uso de símbolos, representações ou significações); c) *Tecnologias de poder* (são as formas pelas quais o sujeito se objetiva, determina sua conduta e se submete a um fim de dominação); d) *Tecnologias do eu* (estabelecimento de um conjunto de atitudes sobre si, sobre seu corpo e sua alma, para obter transformações sobre si com a finalidade de atingir um certo grau de felicidade, pureza, sabedoria ou imortalidade) (FOUCAULT, 1990, p.48).

As tecnologias de poder, as tecnologias do eu e a relação entre ambas configuram, para Foucault, o modo como os homens exercem poder sobre si mesmos.

As ‘artes da existência’ tiveram uma importância considerável em nossas sociedades. Deve-se entender, com isso, práticas refletidas e voluntárias através das quais os homens não somente se fixam regras de conduta, como também procuram se transformar, modificar-se em seu ser singular e fazer de sua vida uma obra que seja portadora de certos valores estéticos e responda a certos critérios de estilo (FOUCAULT, 1998, p.15).

Para compreender as tecnologias do eu torna-se fundamental o conceito de poder. O poder, em Foucault, não se reduz a um conceito simplificado, como o conjunto de instituições e aparelhos garantidores da sujeição dos cidadãos ao Estado. Há que compreender suas porções terminais, suas atuações últimas sobre os corpos. Não apenas como forma de dominação de um grupo ou elemento de um grupo sobre outro. Não se pode compreender o poder sob uma visão maniqueísta com bases materiais, polarizando-o entre os que possuem e os que não possuem poder.

Para Foucault, o poder deve ser entendido a partir dos micropoderes exercidos no cotidiano. Os indivíduos, desiguais entre si, induzem continuamente condições de poder instáveis e momentâneas, mas sempre levando em conta a presença de vários poderes que interagem de diferentes maneiras em um espaço e em outros.

O poder é onipresente. Não porque tenha a capacidade de agrupar tudo em sua unidade, mas porque se produz a cada instante, em todos os pontos, ou melhor, em toda relação entre um ponto e outro. O poder está em toda a parte, não porque englobe tudo, mas porque vem de todos os lugares. “O poder não é uma instituição e nem uma estrutura, não é uma certa potência de que alguns sejam dotados: é o nome dado a uma situação estratégica complexa numa sociedade determinada” (FOUCAULT, 1999b, p. 89).

A distribuição do poder não é igualitária nem justa, nem anárquica. Existem focos de poder, núcleos com mais poder que outros. O poder não é uma abstração, é visível, concreto e suas tecnologias em suas formas finais de atuação imprimem consequências materiais diretas sobre os corpos. É esse elemento do poder que interessa aqui, para se analisar cuidadosamente as relações entre poder e saúde na sociedade capitalista.

### **Cuidado de Si: A Base da Cultura Política Ocidental**

Cabe agora compreender o que Foucault denomina “cultura de si”, a relação do indivíduo consigo. Os gregos falavam em “ocupar-se de si” como regra de conduta social e moral para a arte da vida. No entanto, o ocupar-se de si relacionava-se essencialmente com os cuidados da alma, da *psique* - a “*ascese*”, o exercício de si no pensamento; e em relação com atividade e não como substância. Jogos de verdade do indivíduo, em todos os momentos em que o indivíduo reflete sobre seus atos e os avalia.

Para um bom cuidado de si eram indicadas algumas atividades, como a prática da leitura, da escrita, da filosofia, da meditação, da reflexão, da preparação para o sucesso, para o fracasso ou para a morte.

A relação entre corpo e alma (*psique*) era um tema central na antiguidade grega. É substancial a quantidade de textos que mostram a preocupação dos filósofos a respeito dos alimentos, da condição de saúde do indivíduo ou de outras condições do corpo. Se, teoricamente, a cultura grega do cuidado de si estava voltada para a alma, na prática as preocupações com o corpo materializava a busca desse conhecimento de si (FOUCAULT, 2005).

Entre as práticas cotidianas dos gregos é bastante relatada a do exame de consciência, ao final do dia, quando tudo que foi feito era lembrado e avaliado, para perceber a diferença entre o que foi feito e o que se deveria ter sido feito naquele dia, para não incorrer nos mesmos erros no dia seguinte. Esse exame de consciência envolve o relatar para si ou para outros coisas do seu íntimo. Uma confissão que buscava a tranquilidade e a leveza de espírito. Confessar-se a si ou aos outros que tornaram-se essenciais na constituição do modelo biomédico (é preciso mostrar suas feridas para serem tratadas, abrir a boca para tratar os dentes), no modelo jurídico (estabelecimento da verdade a partir do testemunho) e na moral cristã (confissão).

Um diferencial quanto à maneira de se pensar na sociedade grega em relação às sociedades moderna e contemporânea é o sentimento que se tem sobre si a partir da falta constatada. Ao contrário dos tempos atuais, na sociedade antiga enfatiza-se a reativação da falta não para fixar uma culpabilidade ou estimular um sentimento de remorso, mas para reforçar, a partir da constatação lembrada e refletida de um fracasso, o equipamento racional que assegura uma resposta sábia e equilibrada, que busca garantir um futuro sucesso.

O equilíbrio, a temperança, o poder sobre seus atos, sobre seu próprio corpo, representa poder de si, que para os cidadãos da Grécia clássica era pré-requisito para o político. Alguém que teria poder sobre os outros, em primeiro lugar deve ser capaz de exercer uma autoridade perfeita sobre si mesmo. Para não ser excessivo e não fazer violência, o poder político exigirá como seu princípio de regulação interna o poder sobre si. *Sócrates em A República*: “Se o indivíduo se assemelha à cidade, não é inevitável que se encontre nele o mesmo estado de coisas?” (PLATÃO, 1997, p.299).

Para o pensamento grego da época, a *ascese*, que permite ao indivíduo constituir-se como sujeito moral, faz parte integral do exercício de uma vida virtuosa, a vida do homem livre no sentido pleno, positivo e político do termo. Princípio bem menos importante na atualidade, pouco presente nas práticas da vida contemporânea. O ocupar-se de si ganha gradativamente um outro sentido, mais mundano, e um papel secundário, enquanto a produção material da vida passa a ocupar a prioridade. Os indivíduos, de uma maneira geral, têm dificuldade em ver-se como sujeitos de si.



Essas 'artes da existência', essas 'técnicas de si', perderam, sem dúvida, uma certa parte de sua importância e de sua autonomia quando, com o cristianismo, foram integradas no exercício de um poder pastoral e, mais tarde, em práticas de tipo educativo médico ou psicológico (FOUCAULT, 1998, p.15).

Na cultura grega clássica está implícito o preocupar-se consigo em uma perspectiva da expansão da consciência cósmico-política. Nos escritos gregos era evidente uma perspectiva coletiva: a do cidadão e seu conjunto de obrigações para com a cidade. Para Sócrates na *Apologia de Platão*, esse cidadão só ensinaria os outros a cuidar da cidade se fosse ensinado a cuidar de si próprio. O cidadão só pode preocupar-se com o outro se preocupar-se consigo. Não são situações isoladas, o cuidar das obrigações de cidadão passa pelo cuidado de si.

Nesta perspectiva, a relação consigo pode ser dividida em dois princípios. O primeiro é o cuidado de si, ou o ocupar-se de si, e o segundo vem da relação do cidadão com os *Delfos*, e se sintetiza no "*conhece-te a ti mesmo*", onde a busca do conhecimento se sobrepõe ao cuidado de si. Para os filósofos gregos, o conhecimento de si só se justificaria para melhor cuidar-se de si.

Esse tema suscita algumas perguntas: Qual o grau de relação entre o "*conhece-te a ti mesmo*" e o cuidado de si, na sociedade ocidental? É possível identificar o ocupar-se de si como um valor importante? O indivíduo tem tempo, disposição e motivação para ocupar-se da própria existência?

Encontramos como pano de fundo para a exploração destas questões os acúmulos históricos de valores e regras propostas aos indivíduos e aos grupos por intermédio de aparelhos prescritivos diversos. Entre os mais importantes estão a família, a escola e as igrejas. Essas regras e valores são formulados em um conjunto de doutrinas que se relacionam como correntes de pensamento coerentes e explícitas.

### **Capitalismo e Biopoder: o Panóptico e a Docilidade Produtiva**

A sociedade contemporânea herdou da moralidade cristã a renúncia de si na busca da salvação. Prazeres e o ocupar-se de si são reprimidos na busca de garantia de um lugar no paraíso. A princípio não se deve viver para si. Cada momento propicia renúncias que terão uma recompensa, um reconhecimento posterior.

Ao citar a moralidade cristã torna-se necessário tratar do papel que a igreja católica exerceu na educação dos nobres quando insistia na vida além da morte como única razão de estar no mundo. Essa construção foi fundamental para que os nobres, e depois o restante da população, acreditassem que o que se passava nesse mundo não era importante e que o essencial era seguir as normas que garantiriam êxito na outra vida.

E foi assim que aqueles germanos, tão ávidos de possuir e de dominar, aqueles grandes guerreiros louros tão apegados ao presente, foram transformados em pessoas tipo cavaleiros, tipo cruzados que negligenciavam inteiramente o que se passava em suas próprias terras e em seu próprio país, e se encontraram espoliados de sua fortuna e de seu poder (FOUCAULT, 1999a, p. 184).

Ao contrário da sociedade moderna, os filósofos gregos não focavam o ato em si, mas a trama que os explicava; o desejo que leva ao ato, o ato que é ligado ao prazer e o prazer que suscita o desejo. “Todo mundo, em certa medida, usufrui do prazer da mesa, do vinho e do amor; mas nem todos o fazem como convém” (ARISTÓTELES apud FOUCAULT, 1998, p. 50).

Muito tempo depois, com a emergência do modo de produção capitalista, as formas de coerção e de constituição dessa norma social se resignificam e tomam um caráter abrangente e coletivo. Emerge uma nova mecânica do poder com procedimentos novos e diferenciados, há um aperfeiçoamento dos mecanismos de controle e de sujeição. A presença do soberano é substituída pela vigilância contínua e pela cobrança de impostos como figuras representativas de poder, repressão e violência. A autonomia é negada na normatização obrigatória do cotidiano dos indivíduos que essa nova forma de controle propõe e impõe à sociedade. Para analisar esta transformação histórica, Foucault (1986) recorre ao conceito de biopoder.

Biopoderes são as diversas formas de controle, esquadramento e intervenção, uma forma estratégica de buscar garantia de governabilidade. Um poder, exercido pelo Estado, que nega o poder de morte do período monárquico, mas coloca-se em um mesmo nível do primeiro por buscar sujeição total das populações a uma norma estabelecida. A materialização dessa ação estatal ocorre por meio de um conjunto de instituições, aparelhos do Estado para garantia das relações de produção. A partir do século XVIII este aparelho estatal estrutura-se pelas técnicas de poder que aos poucos passam a se fazer presentes em todos os níveis do corpo social, legitimadas através de diversas instituições como a família, o exército, a escola, a polícia, a medicina e a administração das coletividades.

Perde-se a autonomia frente aos biopoderes que vêm adequando os indivíduos a um modo de produção recente na história: o capitalismo. Para adequar esses indivíduos ao modo capitalista de produção era necessário discipliná-los quanto aos tempos, às disposições e aos ritmos da produtividade.

A disciplina carrega consigo dois sentidos: primeiro um sentido positivo, para gerar indivíduos produtivos, que consigam desenvolver suas potencialidades e tornarem-se mais capazes. Outro sentido é o de docilização das massas para que os indivíduos se submetam e não reclamem, para que entrem na “norma” estabelecida e não a questionem. Portanto, a norma capitalista se presta a criar indivíduos produtivos e dóceis.

Este biopoder, sem a menor dúvida, foi elemento indispensável ao desenvolvimento do capitalismo, que só pôde ser garantido à custa da inserção controlada dos corpos no aparelho de produção e por meio de um ajustamento dos fenômenos de população aos processos econômicos. (FOUCAULT, 1999b, p. 132).

Em *Vigiar e Punir* (1999c) Foucault discute como a sociedade constituiu-se em norma a partir de suas instituições e suas respectivas estratégias de controle disciplinar. Num primeiro momento as instituições usam da coerção; da força, e em seguida a norma estende-se, de formas diretas ou sutis, para um conjunto de instituições como a igreja, a escola, o hospital, o manicômio e a prisão. O alvo último dessas ações é o corpo, a ser fisicamente subjugado. Eventualmente não são mais necessários suplícios, a certeza de ser punido atua na mente de cada um

modulando atitudes e comportamentos, como se um grande panóptico estivesse sempre vigiando cada um o tempo todo (FOUCAULT, 1999c).

Ao final do século XVIII e princípio do XIX desaparece o corpo oficialmente supliciado, esquartejado, exposto vivo ou morto como espetáculo. A confissão pública, na França, havia sido abolida em 1791, o pelourinho em 1789 e na Inglaterra em 1837. As punições tornam-se menos físicas e com os anos o corpo desaparece como alvo principal de repressão penal, surgindo a penalidade de detenção. O processo de disciplinarização dos corpos é ilustrado por Foucault:

Processo para repartir os indivíduos, fixá-los e distribuí-los espacialmente, classificá-los, tirar deles o máximo de tempo, e o máximo de forças, treinar seus corpos, codificar seu comportamento contínuo, mantê-los numa visibilidade sem lacunas. (FOUCAULT, 1999c, p.195).

Essa é a forma geral de adestramento organizado para tornar os corpos dóceis e úteis para a sociedade capitalista, inscritos num moralismo *per se*. Entretanto, o controle, o esquadrinhamento, a prisão, não só do corpo do delinquente, mas o controle total de todos o tempo todo é inicialmente pensado pelo modelo de prisão proposto por *Bentham*. Estratégias de controle se aperfeiçoam, se tornam mais sutis, mais eficientes e menos visíveis na superfície da sociedade, tornando o controle dos indivíduos mais barato e mais eficaz sem que eles próprios percebam e, desta forma, não se revoltam contra a ordem posta. Surge o panóptico, conforme proposto por Bentham:

Constitui uma prisão-máquina com uma cela de visibilidade onde o detento se encontrará preso como na casa de vidro do filósofo grego e um ponto central de onde um olhar permanente possa controlar ao mesmo tempo os prisioneiros e o pessoal. Em torno destas exigências, muitas variações possíveis, o Panóptico benthamiano em sua forma estrita, ou em semicírculo, ou em forma de cruz, ou a disposição em estrela. (FOUCAULT, 1999c, p. 209).

Bentham se maravilhava de que as instituições panópticas pudessem ser tão leves: “fim das correntes, fim das grades, fim das fechaduras pesadas, basta que as separações sejam nítidas e as aberturas bem distribuídas” (FOUCAULT, 1999c, p.

167). Desta forma, seria o fim do “peso das velhas casas de segurança”, com sua arquitetura de fortaleza. Estas seriam substituídas pela geometria simples e econômica das celas panópticas.

A arquitetura do panóptico de Bentham não permite que quem está de fora veja quem está lá dentro. Na torre central de vigia poderia estar um guarda, uma mulher, uma criança ou pode não ter ninguém, mas o tempo todo o detento sente-se vigiado. O panóptico nos ajuda a entender as formas de controle da sociedade sobre seus membros, que de um momento em diante, na história da humanidade, incorporam-se como autocontrole, seguidas de uma autculpabilização do indivíduo em caso de transgressão às normas de conduta social. Esse mecanismo se consolida com auxílio da moral cristã, onde a prestação de contas das atitudes individuais não são mais voltadas para si, nem mesmo para o outro, mas para um ente divino onipresente e onipotente.

Todo esse controle acontece com a finalidade de disciplinar os indivíduos e fazer com que eles se adaptem à norma, que atua sobre os indivíduos, que não é fixa, depende do grau de sujeição do indivíduo. As normas e regras não necessitam de uma lei escrita para serem seguidas, mas de uma técnica ou uma prática e um saber fazer que, levando em conta os princípios gerais, guie a ação de acordo com o contexto e em função dos seus próprios fins.

Esse intenso processo de controle e esquadramento apoia-se em algumas formas específicas de poder que atuam diretamente sobre os corpos, os poderes disciplinares.

[...] o ajustamento da acumulação dos homens à do capital, a articulação do crescimento dos grupos humanos à expansão das forças produtivas e repartição diferencial do lucro, foram, em parte tornados possível pelo exercício do biopoder com suas formas e procedimentos múltiplos. O investimento sobre o corpo vivo, sua valorização e a gestão distributiva de suas forças foram indispensáveis naquele momento de afirmação do capitalismo (FOUCAULT, 1999b, p. 133).

Para Foucault, os biopoderes relacionam-se intimamente inclusive com o estado de bem-estar (*welfare state*) que, em nome da proteção social, produz novas instituições e mecanismos de controle e sujeição. Os novos saberes relacionados à

assistência social e aos saberes médicos constituem estratégias efetivas deste poder (CAPONI, 1992).

Essas relações de poder estão ligadas à utilização econômica desse corpo, a força de trabalho. O trabalho entendido como forma de violência utilizada pela sociedade capitalista, aquele poder exercido de maneira explícita e incorporado na maioria das sociedades como um modo de vida. Os corpos devem ser úteis e dóceis. Para isso devem cumprir determinadas normas. A norma é atingida pela implementação de uma disciplina que modula as atitudes, as formas e as maneiras de pensar e agir.

### **O Cuidado de Si como Transgressão à Ordem Capitalista**

Na visão de Foucault as ações humanas devem ser compreendidas como resultado da ação de poderes, do biopoder sobre os corpos e, do poder do indivíduo sobre o próprio corpo. A ação desses poderes está condicionada pela inserção social do indivíduo, sua posição de classe, sua cultura, sua etnia, seus costumes e sua maneira de posicionar-se diante da possibilidade de dominar o outro ou deixar-se dominar.

Na sociedade atual o ocupar-se de si identifica-se com transgressão, com uma forma de escapar da norma, de esquivar-se do trabalho ou dos compromissos com os outros. Ocupar-se de si é quase uma imoralidade, uma vez que desobedece às regras morais postas. “[...] em nossa sociedade em que o lazer é a regra, a ociosidade constitui uma espécie de desvio” (FOUCAULT, 2009, p. 416).

Alguns minutos por dia e certo nível de concentração são necessários para o cuidado de si. “É preciso tempo para isso. E é um grande problema dessa cultura de se fixar, no decorrer do dia ou da vida, a parte que convém consagrar-lhe” (FOUCAULT, 2005, p. 56). Mas as atividades humanas agora são calculadas matematicamente e devem necessariamente cumprir uma função de produção de forma eficiente. Não é permitido ao indivíduo ocupar-se de si, tudo na vida deve se referir ao trabalho ou a atividades relacionadas a ele.

Pode-se questionar em que medida o trabalho pode ser uma atividade autônoma. O fator chave é que o trabalhador goste do que faz, ou que o faça por

opção. Mas o trabalho típico do modo capitalista é alienado, caracterizado sobretudo pela exploração do homem pelo homem, pela desigualdade social e pela apropriação privada da riqueza. Trabalho como categoria fundante de toda uma sociedade que segue um conjunto de normas e regras destinadas a manter este regime de exploração.

De fato, o trabalho não é absolutamente a essência concreta do homem, ou a existência do homem em sua forma concreta. Para que os homens sejam efetivamente colocados no trabalho, ligados ao trabalho, é preciso uma operação, ou uma série de operações complexas, pelas quais os homens se encontram efetivamente, não de maneira analítica, mas sintética, ligados ao aparelho de produção para o qual trabalham. É preciso a operação ou síntese operada por um poder político para que a essência do homem possa aparecer como sendo a do trabalho (FOUCAULT, 2002, p. 124).

Quanto à perda de autonomia do indivíduo, Thompson (1998) historia a mudança de costumes populares que aconteceram simultaneamente à consolidação do capitalismo como modo de produção. Mostra que essa alteração causou conflitos e provocou revoltas populares.

Essa perda da autonomia ocorre não por acaso, mas por uma materialidade evidente. O advento do capitalismo é uma crise histórica, muda valores, costumes, atitudes, compreensões, comportamentos, instaura uma nova lógica, uma nova maneira de ser, transforma mesmo a maneira de considerar o tempo, o espaço e as relações.

Segundo a teoria marxista do valor, o tempo de trabalho é o que passa a dar valor às coisas. Então o ser humano, o único com capacidade de trabalho, tem seu tempo vigiado, esquadrihado e controlado.

Para contextualizar o debate, é preciso de novo recorrer brevemente à história dos fatos. No século XVIII, o mercantilismo traz o embate entre culturas tradicionais e uma cultura racionalizada, economicamente inovada, trazendo consigo uma forte disciplina do trabalho e um conjunto de regras e normas voltadas para um fim bem estabelecido, que as instituições próprias dessa sociedade tratam de implementar das mais variadas formas. Uma ideologia é desenvolvida para criar uma forma de posicionar-se diante do mundo que propicie o desenvolvimento desse modo de produção. Essa sociedade caracteriza-se por uma constante ansiedade,

vinculada à necessidade de ter mais e de atingir posições superiores de *status* social. Há uma busca insaciável por poder. Estes fenômenos são tratados como se fossem imanentes ao ser humano. Esta disposição se prolonga e de certa forma se exacerba, até os dias atuais

[...] essa elevação do limiar das expectativas materiais (juntamente com a desvalorização das satisfações culturais tradicionais), prossegue hoje com pressão irresistível, acelerada em toda parte pelos meios de comunicação universalmente disponíveis (THOMPSON, 1998, p. 23).

Para Thompson (1998) os costumes estão claramente associados e arraigados às realidades materiais e sociais da vida e do trabalho. A implantação do novo modelo de produção, o capitalista, contou com a introdução de instrumentos e máquinas capazes de acelerar o movimento dos corpos no trabalho, em ruas e estradas, de alterar e disparar todo um modo novo de vivenciar e perceber a realidade.

Com o decorrer do tempo, o capitalismo, com sua característica inexorável de expansão, passa a utilizar-se não apenas do tempo de trabalho, mas do tempo livre. Inicia-se uma política de condenação do ócio, associado à vagabundagem, e um questionamento moral: se o tempo livre é usado para o aperfeiçoamento ou para a degradação humana. Esse tratamento implica a integração do lazer a uma ordem estruturada de caráter moral, racional e economicamente útil.

Também as atividades escolares são submetidas a uma ordenação espacial e temporal que acaba contribuindo para o desenvolvimento de novas concepções de ócio, lazer e estudo, além de uma diferenciação mais rígida entre eles. Segundo Jurandir Freire Costa (1983): “[...] a finalidade explícita deste controle do tempo era não deixar margem á ociosidade. O ócio induzia à vagabundagem, à capoeiragem e aos vícios prejudiciais ao desenvolvimento físico e moral” (p. 183).

Mais que um mal a ser extirpado da sociedade, o ócio, entendido como vício, imoralidade e abuso, parece ter servido como um suporte que justificava e qualificava o discurso em prol da produtividade e da submissão operária às leis da exploração do capital. Por isso, o que ocorreu não foi apenas o esforço de evitá-lo e reprimi-lo. Foi preciso retratá-lo como uma anomalia social a ser corrigida, como um



problema que não dizia respeito apenas à moral instituída, mas também à economia, à política, à saúde física e mental.

Essa alteração nos costumes populares não se dá instantaneamente, é um processo histórico. Segundo Thompson, a primeira geração de trabalhadores aprendeu a imposição do tempo de trabalho, a segunda pediu a redução da jornada e a terceira o aumento no número de horas extras.

O cuidado com o corpo do trabalhador também recebe atenção. Segundo Thompson, o trabalhador não deveria beber em excesso nem dormir o quanto quisesse, deveria comer pouco e trabalhar muito. A vida noturna, a boemia, as festas, frequentar tabernas, passam a ser reprovados pela sociedade.

É difícil pensar numa expressão mais pura da racionalidade capitalista em que tanto o trabalho como as necessidades materiais desaparecem de vista e em que a “justiça natural” dos lucros tornou-se uma razão perante a lei (THOMPSON, 1998, p. 116).

A escravidão não tinha, num primeiro momento histórico, o lucro como objetivo, mas visava abolir o trabalho da existência do grupo dominante, permitindo que este pudesse dispor melhor de seu tempo, inclusive para cuidar de si. Dessa forma, o ocupar-se de si, como materialização da autonomia, era uma condição reservada a uma pequena parcela da sociedade, enquanto os escravos eram totalmente tolhidos dessa possibilidade.

Mészáros (2002) afirma que a ação do modo de produção capitalista visa a sujeição total dos sujeitos. Este autor aponta a necessidade de constituição de “indivíduos sociais”, seres autônomos capazes de agir sob a égide de preceitos morais de fraternidade e solidariedade. Não mais como “personificações” das duas classes em luta, condição na qual o indivíduo e suas particularidades se minimizam e perdem a condição de sujeito das suas ações e vontades.

Em si, o capital não é mau nem bom, mas ‘indeterminado’ em relação aos valores humanos. No entanto, essa ‘indeterminação’ abstrata, que o torna compatível com o progresso concreto sob circunstâncias históricas favoráveis, adquire uma destrutividade devastadora, quando as condições objetivas associadas às aspirações humanas começam a resistir a seu inexorável impulso expansionista (MÉSZÁROS, 2002, p. 252).

## De Volta ao Aqui e Agora

O legado de Foucault inclui uma perspectiva histórica sobre a gradativa implantação de uma nova ordem mundial que se enraizou profundamente no mundo dito ocidental. Este empoderamento conta com a institucionalização definitiva de costumes, maneiras de ser, disciplinas, com influências marcantes no modo de produção, nos valores, no pensamento, nas relações, no comportamento, no corpo. Ordem que continua sempre em expansão, sempre tentando se impor em todos os cantos do planeta, sempre buscando a reafirmação do ser humano, renomeando-o como consumidor, cliente, usuário, sempre na posição de uma transação exercida por uns e consumida por outros, mediada por bens redutíveis aos indicadores de produção e produtividade, de eficiência, em suma, das valorações do capital.

Por outro lado, as resistências continuam. Seguindo o exemplo do próprio Foucault, que dedicou-se diretamente, na prática, engajou-se, vivenciou os movimentos de resistência, confrontou a ordem estabelecida, ainda hoje, apesar de mais tímidos e enfraquecidos, ainda que talvez moribundos, os movimentos de resistência acenam com a eterna esperança da não total submissão. Não é à toa que ainda são sucesso de público além do próprio Foucault, eminentes vozes revolucionárias como as de Paulo Freire, Zygmunt Bauman, Boaventura de Souza Santos, José Saramago e alguns outros comentaristas sociais.

Entretanto, o sucesso público destas vozes pode significar nada mais que uma sublimação, um suborno da consciência, uma ilusão de participação e engajamento enquanto, na prática cotidiana os que poderiam fortalecer os movimentos de resistência encontram-se ocupados com as exigências profissionais da produção e da produtividade.

O intelectual, paradoxo do discurso da resistência *vis a vis* a uma prática disciplinada do conformismo parece onipresente. Na academia se transforma em obsessiva contagem de pontos relativos àquilo que se está hoje denominando de produção intelectual. Na saúde, contam-se números de procedimentos. Na educação, pontos obtidos em provas demonstrativas do que a Ordem denomina de desenvolvimento educacional. Os corpos dos intelectuais, disciplinados e dóceis, revelam-se no fundo desesperados e intranquilos. No cômputo geral, toda uma

população de corpos mais ou menos intelectualizados são objeto de uma grande medicalização, às vezes disfarçada em terapização, movimento potencializado para o lucro da indústria e útil para aplacar as senão insuportáveis contradições.

Estamos ainda longe de nos darmos por satisfeitos com o caminho que vemos hoje trilhar a nossa dietética e as prescrições sobre regimes de vida sob a égide do capitalismo radical que hoje rege as sociedades ocidentais. Por isso é oportuno resgatar as reflexões de Foucault que, corajosamente, aventurou-se pelos meandros dos biopoderes para explicar como estamos sendo orientados para, de forma dócil e resignada, utilizarmos cada vez mais acriticamente nosso tempo de existência para o trabalho alienante e para utilizarmos cada vez menos nosso tempo para o cuidado de si.

## REFERÊNCIAS

ARISTÓTELES. Ética a Nicômaco. In: PESSANHA, José Américo Motta. (Org.). **Aristóteles**: Volume 2. Tradução de Leonel Vallandro e Gerd Bornheim. 4a. ed. São Paulo : Nova Cultural, 1991. (Coleção Os pensadores, 2).

ADORNO, Rubens de Camargo Ferreira. Sociologia: um ensaio de introdução ao seu campo e algumas de suas vertentes .In: BOTAZZO, Carlos; FREITAS, Sérgio Fernando Torres de. (Orgs.). **Ciências sociais e saúde bucal. Questões e perspectivas**. São Paulo/Bauru: Unesp/Edusc, 1998. p. 105-126.

CAPONI, Sandra Noemi Cucurullo de. **Do trabalhador indisciplinado ao homem prescindível**. 1992. 301f. Tese (doutorado) - Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Programa de Pós-Graduação em Filosofia, Campinas, SP.

COSTA, Jurandir Freire. **Ordem médica e norma familiar**. 2a. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1983. 282p.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador**: uma história dos costumes. 2a. ed. Tradução de Ruy Jungmann. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1995. v.1., 264p.

FOUCAULT, Michel. Outros Espaços. In: FOUCAULT, Michel. **Estética: Literatura e Pintura, Música e Cinema**. MOTTA, Manoel de Barros da. (Org.). Tradução de Inês Autran Dourado Barbosa. 2a. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2009. p. 411-422. (Coleção Ditos e Escritos, 3).

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade III: o cuidado de si**. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque. 8a. ed. Rio de Janeiro: Edições Graal, 2005. 247p.

FOUCAULT, Michel. **A verdade e as formas jurídicas**. Tradução de Roberto Cabral de Melo Machado e Eduardo Jardim Morais. Rio de Janeiro: NAU Editora, 2002. 160p.

FOUCAULT, Michel. **Em defesa da sociedade: Curso no Collège de France (1975-1976)**. Tradução de Maria Ermantina Galvão. São Paulo: Martins Fontes, 1999a. 383p. (Coleção Tópicos).

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade I: a vontade de saber**. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque e José Augusto Guilhon Albuquerque. 13a. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1999b. 152p.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir: nascimento da prisão**. Tradução de Raquel Ramallete. 20a. ed. Petrópolis: Vozes; 1999c. 262p.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade II: o uso dos prazeres**. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque. 8a. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1998. 233p.

FOUCAULT, Michel. **As palavras e as coisas: uma arqueologia das ciências**. Tradução de Salma Tannus Muchail. 7a. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1995. 541p. (Coleção tópicos).

FOUCAULT, MICHEL **Tecnologias del yo – Y otros textos afines**. Tradução de Mercedes Allendesalazar. 1a. ed. Barcelona: Paidós Ibérica, 1990. 150p. (Coleção Pensamiento Contemporáneo, 7).

FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder**. Tradução de Roberto Machado. 6a. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1986. 295p.

FOUCAULT, Michel. Entrevista com Michel Foucault, por Sérgio Paulo Rouanet e José Guilherme Merquior. In: ROUANET, Sergio Paulo. (Org.). **O Homem e o discurso**: a arqueologia de Michel Foucault. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1971. p. 17-42. (Série Comunicação, 3).

MÉSZÁROS, István. **Para além do capital**: rumo a uma teoria da transição. Tradução de Paulo Sérgio Castanheira e Sérgio Lessa. Campinas, SP: Boitempo, 2002. 1102 p. (Coleção mundo do trabalho).

PLATÃO. **A República**. Tradução de Enrico Corvisieri. São Paulo: Nova Cultural, 1997. 352p. (Coleção Os Pensadores).

THOMPSON, Edward Palmer. **Costumes em comum**: estudos sobre a cultura popular tradicional. Tradução de Rosaura Eichenberg. 1a. ed. São Paulo: Companhia das letras, 1998. 493p.

## **ABSTRACT**

The work of Michel Foucault is plenty of reflections on the historical advancement of capitalism and its consequences for the treatment of bodies, viewed as instruments to serve this relatively new economic order. Capitalism, counterfeiting western cultural roots, such as classic Greek philosophy, demands exploitation, conformity and surrendering the self before its values and mandates. This article analyzes Foucault's line of thought regarding the historical chain of events that brought about capitalism as a way of life, and its consequences toward the cultural and work life of contemporary men and women. It also hints on some of the influences this historical context brings about considering the health sector as a dimension of human life.

**KEYWORDS:** Care of self, body disciplinarization, biopower.