

## Corpo e cuidado: Uma breve trajetória

### Body and care: A brief history

Rafael da Silva Mattos<sup>1</sup>  
Maria Claudia da Veiga Soares Carvalho\*<sup>2</sup>  
Myriam de Lima Ramagem Martins<sup>2</sup>  
Karen Levy Delmaschio<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Instituto de Medicina Social. Membro do Grupo de pesquisa Racionalidades Médicas e Práticas de Saúde; Membro do Laboratório de Fisiologia Aplicada à Educação Física (LAFISAEF) da UERJ e do Grupo de Pesquisa Imaginário Social sobre Atividades Corporais e Lúdicas (LISACEL) da UERJ. Rio de Janeiro, RJ – Brasil  
E-mail: profmattos2010@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Instituto de Nutrição, Departamento de Nutrição Social. Núcleo de Estudos sobre Alimentação e Cultura (NECTAR).

Correspondência / *Correspondence*  
\*Maria Claudia da Veiga Soares Carvalho  
Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Instituto de Nutrição, Departamento de Nutrição Social. Núcleo de Estudos sobre Alimentação e Cultura (NECTAR).  
Rua São Francisco Xavier, 524, 12 Andar, Bloco E, Sala 12.007  
20550-900 - Rio de Janeiro, RJ – Brasil  
E-mail: mariaclaudaveigasoes@yahoo.com.br

#### Resumo

Este estudo visa a analisar, numa breve trajetória histórica, a construção de cuidado com o corpo no Ocidente. De modo teórico-conceitual, reflete sobre obras de autores da Filosofia e da Saúde. As concepções modernas de corpo têm raízes na Grécia Antiga, com o respeito ao cidadão grego, que prezava o equilíbrio entre alma e corpo. O advento do capitalismo trouxe maior impulso à individuação do corpo. O autocontrole corporal era condição para a civilidade e adequação às leis, regras e normas sociais vigentes. O corpo deveria ser útil economicamente e dócil politicamente, o que motivou recomendações nutricionais preventivistas que priorizam um enfoque racional. Atualmente, o campo da Alimentação e Nutrição está emergindo de forma a ampliar suas concepções sobre corpo e alimentação, as quais resgatam significados do cuidado ao corpo na memória coletiva nessa trajetória.

**Palavras-chave:** Corpo. Cuidado. Alimentação e Nutrição. Reflexão teórico-conceitual.

## Abstract

This study aims to examine, through a brief historical background, the construction of body care in the West. In a theoretical and conceptual way, it reflects on the works of Philosophy and Health authors. Modern concepts of the body have roots in ancient Greece, with the respect for the Greek citizen, who valued the balance between body and soul. The advent of capitalism brought greater impulse to the individuation of the body. Bodily self-control was the condition for civility and complying with the laws, rules and social norms in force. The body should be economically useful and politically docile, which led to preventative dietary recommendations that emphasize a rational approach. Currently, the field of Food and Nutrition is emerging in order to expand their conceptions about body and food, which rescue bodily care in the collective memory along this trajectory.

**Key words:** Body. Care. Food and nutrition. Theoretical and conceptual reflection.

## Introdução

Este estudo tem como objetivo analisar, através de uma breve trajetória histórica, a construção da concepção de cuidado com o corpo. Portanto, trata-se de abordagem que reflete de modo teórico-conceitual sobre algumas obras de autores importantes no campo da Filosofia e da Saúde Coletiva, e visa a observar e analisar a trajetória retrospectiva e conceitual sobre corpo no que se configurou chamar de Ocidente.

Olhar para o passado nos faz refletir sobre outras construções possíveis, assim como relativizar e desnaturalizar verdades científicas pode conferir liberdade à própria ciência. É também um modo de

articular saberes sobre o que hoje podemos compreender como corpo humano. Este trabalho foi uma cooperação interdisciplinar entre os campos da Alimentação e Nutrição, Educação Física e Filosofia, que ampara a construção de novos horizontes e desafios futuros sobre os sentidos e significados do corpo e do cuidar na contemporaneidade.

Não fez parte de nossa estratégia metodológica realizar uma investigação histórica sobre as concepções, mas através de quatro momentos representativos, marcos históricos selecionados ao longo da história, analisar, numa abordagem socioantropológica, os significados e as concepções de corpo. Buscamos uma direção no que Foucault (1969) chamaria

de historicizar um objeto, o cuidado com o corpo como um objeto complexo.

## O corpo e o governo de si

Tendo como ponto de partida a civilização grega da antiguidade, partimos de um momento em que cuidar do corpo estava relacionado à boa alimentação e à ginástica. Seguiu preceitos filosóficos que envolviam a busca pela verdade, e uma política que visava à saúde e ao equilíbrio no governo de si. A ascese da alma estava conectada à ascese do corpo (ORTEGA, 2008).

Foucault (2001), ao interpretar o Alcibíades, de Platão, afirma que o governo de si estava envolvido com três elementos: o exercício político, a pedagogia e a ignorância. O cidadão grego, desde a mocidade, está imerso num contexto de ambição. Ele é preparado para prevalecer sobre os outros, seus rivais na cidade, assim como sobre seus rivais estrangeiros. No entanto, é preciso ocupar-se consigo mesmo antes de governar os outros. Para estar inserido na pólis e exercer suas atividades de forma virtuosa, o cidadão grego deveria aprender a cuidar de si.

O segundo elemento trata do caráter pedagógico do governo de si. Ocupar-se consigo não estava apenas ligado ao governar os outros, mas a ser governado por um mestre. Assim, as práticas de si não eram individualistas, com práticas sociais nas quais laços se constituíam entre mestres e aprendizes.

Por fim, a ignorância é ressaltada por Foucault porque Alcibíades acreditava que lhe seria bem fácil responder às questões de Sócrates. No entanto, acabou mostrando que, ao mesmo tempo, não sabe e ignora que não sabe. A dietética, como regime geral da existência do corpo e da alma, tornar-se-á, de todo modo, uma das formas capitais do cuidado de si. Nesse mesmo contexto, o cuidado com o corpo era condição para a vida pública na qual um cuidado de si, que era principalmente um cuidado com a alma, era uma forma de identificação do sujeito articulada à sua participação na vida cívica.

O homem grego era formado para ser um homem bom, belo, justo e verdadeiro (JAEGER, 2003), qualidades que se misturavam numa concepção de homem próprio dessa cultura, em que a alma estaria dividida em três partes ou funções. O que era denominado de parte apetitiva seria aquela relacionada com a conservação do corpo. É irracional e mortal. Caracteriza-se pela busca de comida, bebida, sexo, prazeres. A parte colérica, aquela relacionada com a proteção do corpo, também é irracional e mortal. Luta contra tudo que possa ameaçar a segurança do corpo. E a parte racional – relacionada com o conhecimento – diferentemente das anteriores, é racional e imortal. A concepção de uma boa formação para os homens desenvolverem uma alma virtuosa seria aquela que prepara o homem para ter a parte racional ao centro (comando) e a harmonia entre a parte apetitiva

(desenvolvida de forma adequada pela dietética) e a parte colérica (desenvolvida pela ginástica).

### A construção do pecado e a domesticação do corpo

O período medieval ( 476 d.C. – 1453 d.C) teve forte influência da Igreja com a queda do império Romano Ocidental e a ascensão do cristianismo na construção discursiva de corpo (carne) como sede do pecado. A Igreja representou um dispositivo de poder que visava a controlar e domesticar a carne. O processo de controle sobre os corpos estava organizado de um modo diferente da forma greco-romana de cuidar de si. Para ter o controle sobre si mesmo, era preciso negar o prazer corporal e, para isso, a confissão exaustiva e o exame de consciência foram estratégias que durante séculos foram montando o binômio poder-saber pastoral.

Para Foucault (2006), o cristianismo teve participação na história da sexualidade e, conseqüentemente, no controle do corpo, mas não por introduzir novas ideias morais. O cristianismo trouxe novas técnicas para a história da moral sexual: técnicas de dispositivos de poder aperfeiçoados. A questão é: quais são os novos mecanismos de poder que o cristianismo introduziu no mundo romano? O poder de pastorado. É a existência dentro da sociedade de uma categoria de indivíduos que desempenhavam o papel de condutores, de

pastores em relações aos outros indivíduos (as ovelhas).

Jamais na antiguidade grega e romana houve a ideia de que alguns indivíduos poderiam desempenhar o papel de pastores em relação a outros, guiando-os ao longo da vida, do nascimento à morte. Os políticos nunca foram definidos como pastores, guias, condutores. Não existia a ideia de rebanho, tampouco de pastor. A ética grega conhecida como estética da existência não seguia um modelo de pastorado (FOUCAULT, 1984b). No Egito, na Mesopotâmia, na Assíria e nos hebreus havia essa ideia. Deus é o pastor de seu povo, e este é seu rebanho.

O poder pastoral se opõe a um poder político tradicional habitual, pois ele não se exerce sobre um território, mas ele reina sobre uma multiplicidade de indivíduos. Ele reina sobre ovelhas. O seu objeto não é conquistar territórios, fazer escravos, gerar riquezas, fazer mal aos inimigos, mas sim fazer o bem ao rebanho. Quando o cristianismo se transformou em uma força política e social, dentro do Império Romano, introduziu o poder pastoral no mundo ocidental. O que significa para o homem ocidental viver em uma sociedade em que existe um poder do tipo pastoral? Foucault (2006) argumenta que o poder pastoral produz uma análise do comportamento e das condutas, instaura uma forma de culpabilização e condenação mais refinada, mais sustentada. O pastor pode obrigar as pessoas a fazerem tudo o que é preciso para a sua salvação e exerce

vigilância e controle contínuo. É aquele que procura conhecer o interior dos indivíduos. Mas o que significa conhecer o interior dos indivíduos?

Dentro do homem habita a “verdade” sobre o sujeito, afirmava Santo Agostinho (1980). Estamos aqui na busca exaustiva pela verdade. Para Foucault (2006), o pastor disporá de meios de análise, de reflexão, de detecção do que se passa no indivíduo. O indivíduo será obrigado a dizer ao seu pastor tudo o que se passa no seu interior. Ele terá que recorrer à confissão exaustiva e permanente. O cristão deve confessar tudo o que se passa nele e haverá alguém encarregado de dirigir sua consciência. A confissão exaustiva e contínua irá produzir uma verdade que não era conhecida pelo pastor nem pelo indivíduo. É produzida uma verdade pelo exame de consciência, pela confissão. Essa produção de verdade (da verdade interior) é elemento fundamental para o exercício do pastorado. Assim, o cristianismo encontrou um meio de instaurar um tipo de poder que controlava os indivíduos através do falar sobre a sexualidade (daí a comparação de Foucault entre cristianismo e psicanálise), concebido como algo de que era preciso desconfiar, algo que produzia tentação e queda. A carne cristã não foi concebida como um mal absoluto, mas como a fonte, dentro da subjetividade, que poderia levar o indivíduo a ultrapassar a moral corrente: o casamento, a monogamia, o sexo para reprodução, a desqualificação do prazer.

## Moderno é a disciplina

O processo da Revolução Industrial e seu correspondente desenvolvimento capitalista e fordista motivaram a individuação do corpo, mas em condições diferenciadas da concepção individual da Grécia antiga. Nesse espaço, o corpo se torna um fator de individuação, onde o indivíduo se diferencia de seus semelhantes, do mundo que o rodeia e até de si mesmo. Com o nascimento do indivíduo moderno, estabelece-se uma diferença mais explícita entre o eu interior e o eu exterior. Individualidade e liberdade são conceitos e representações modernas de um homem separado do cosmos, da totalidade.

Le Breton (2002) cita o comerciante, o banqueiro e o artista como exemplos do indivíduo livre e autônomo construído e construtor da modernidade. O comerciante capitalista e o banqueiro formam o protótipo do indivíduo moderno, o homem cujas ambições superam os interesses coletivos. A Igreja não se equivocava quando tentava se opor à influência crescente do comerciante, antes de ceder terreno à medida que se verificava a necessidade social do comércio. O indivíduo não estava regido pela preocupação pela comunidade e pelo respeito das tradições.

Outra grande figura do individualismo moderno é o artista. O sentimento de pertencer ao mundo e não somente a sua comunidade de origem se intensificava

diante da situação de exílio de grande parte dos artistas. Os artistas modernos valorizavam o rosto em suas pinturas, pois o rosto é a marca de uma pessoa. Daí seu uso em uma sociedade em que o indivíduo começa a se afirmar. A promoção histórica do indivíduo assinala paralelamente a promoção do corpo e do rosto. O indivíduo deixa de ser membro inseparável da comunidade, do grande corpo social e se volta para o seu corpo. O movimento de autonomia relativa dos sujeitos se acentuava cada vez mais, à medida que os marcos sociais da economia medieval se fragmentavam em detrimento da proliferação dos interesses privados. A individuação do homem se produz paralelamente à dessacralização da natureza.

Maffesoli (1998), em seu texto *Société ou Communauté: tribalisme et sentiment d'appartenance*, trata de quatro características centrais da Modernidade: a concepção de tempo finalizado e voltado para o futuro; a racionalidade; o domínio de si e do mundo; e o individualismo.

Interessa-nos neste momento destacar o individualismo moderno. Para o autor, o individualismo aparece como a expressão teórica da Modernidade. Ele se inscreve no contexto geral desse período. Isso nos indica que o individualismo é um fenômeno contingente, nem sempre existiu. Ele não é uma necessidade. Surgiu em determinado contexto histórico, em razão de relações de força que o demandaram.

O corpo se converte na fronteira entre um homem e outro. Ao perder sua raiz na comunidade, ao separar-se do cosmos, o homem moderno descobre que carrega um corpo. O corpo não é mais símbolo da presença humana inseparável do homem e do cosmos, mas é um instrumento, um acessório do homem. A definição moderna do corpo implica que o homem se separa desse cosmos, dos outros e de si mesmo.

O processo de racionalização da sociedade com o advento do capitalismo, o crescimento das economias urbano-industriais e a maior divisão social do trabalho provocaram maior interdependência entre as pessoas e classes sociais. Nesse sentido, o corpo tornou-se um tema privilegiado. Os desejos, pulsões, instintos, impulsos deveriam ser controlados/disciplinados para que a interioridade – pensada como humanidade e civilidade – prevalecesse. Para Kant (2004), a educação teria a responsabilidade de retirar toda animalidade do ser e torná-lo efetivamente ser humano.

Elias (1993) afirma que a liberdade do sujeito moderno estava inscrita numa cadeia de interdependência dos outros, limitando o que é possível decidir ou fazer. A interiorização do autocontrole seria necessária para a civilização e a sobrevivência social. A conduta e o comportamento civilizado apareceriam com o domínio e o controle dos impulsos, pulsões e desejos. O indivíduo “civilizado” está constantemente submetido ao autocontrole. Ele necessita submeter-se às

regras, normas e leis da coletividade. Em nome da coletividade, o indivíduo aprende a controlar seus impulsos e pulsões e a regular sua conduta e comportamento. Podemos exemplificar essa regulação com o surgimento das regras de etiqueta sobre o comportamento à mesa durante as refeições. Elias (1993) cita os manuais modernos sobre o uso da faca e garfo à mesa e as formas específicas de comer carne. É nesse contexto que surgem as instituições disciplinares do século XVIII responsáveis por produzir o sujeito moderno através da disciplina corporal.

Foucault tratou da disciplina no curso de 1972-1973 (A sociedade punitiva), no curso de 1973-1974 (O poder psiquiátrico), no curso de 1974-1975 (Os anormais) e no livro *Vigiar e Punir*, de 1975. O biopoder foi tratado no livro *História da Sexualidade I: A vontade de saber* (1976), no curso de 1977-1978 (Segurança, território e população), no curso de 1978-1979 (Nascimento da biopolítica), no curso de 1979-1980 (Do governo dos vivos). No curso *Em Defesa da Sociedade*, Foucault apresenta a transição do poder disciplinar (poder que se aplica singularmente aos corpos pelas técnicas de vigilância, sanções normalizadoras, exames, organização panóptica das instituições) para o biopoder (poder que se aplica globalmente à população, à vida, aos vivos).

No século XVIII, surgem as instituições disciplinares (escola, prisão, asilo, hospital, fábrica, quartel) e o poder se materializa no corpo dos indivíduos. O

corpo é considerado algo que se deve corrigir, formar, reformar, ensinar, adestrar, moldar. É treinado para ser utilizado ao máximo como força de trabalho. Corpo útil economicamente e dócil politicamente. Uma sociedade que descobriu que a saúde da população era fonte de riqueza, não poderia deixar de investir politicamente no corpo (FOUCAULT, 1993).

No início do século XIX, surge uma nova tecnologia de poder: a biopolítica, cujo objeto não é o corpo e sim a população, a cidade, a vida. São campos de intervenção da biopolítica: controle de natalidade, fecundidade, higiene das cidades, clima, controle de epidemias, modificações nos sistemas hospitalares, etc. A vida se tornou um alvo político (conjunto de relações de poder). A política se aperfeiçoou. Política-poder-dominação. A biopolítica, através de biopoderes, passa a controlar, gerir e regulamentar a vida. Com isso, surge a estatística e a epidemiologia como saberes que legitimam a intervenção do biopoder. Não se trata mais de vigiar-adestrar os corpos, mas gerir-regulamentar as populações. A biopolítica é a complementação e o aperfeiçoamento da disciplina. Ao se direcionar à população, busca investir em todos os indivíduos, inclusive aqueles que escapam do poder disciplinar (FOUCAULT, 1997).

Os cuidados com o corpo em termos de alimentação na modernidade ganham um sentido racional. Uma racionalidade

moderna que, segundo Luz (1989), funciona como estrutura epistemológica de explicação e ordenação dos do mundo, e como princípio moral das relações entre os homens e as coisas, e dos homens entre si. Um dos produtos dessas formas de pensar o corpo foi o surgimento das ciências da nutrição no século XIX, que marca uma ruptura no conceito de se alimentar.

Alimentar-se nesse período foi sobretudo seguir um padrão de consumo de recomendações nutricionais, determinadas cientificamente, a partir de estudos experimentais e epidemiológicos em laboratórios construídos artificialmente, que buscavam imitar a realidade da vida em seus mínimos detalhes. O ordenamento nutricional está até hoje baseado nesta classificação de alimentos, baseada em uma composição de nutrientes predeterminados. Um enfoque de cunho higiênico-sanitário segundo o qual cuidar do corpo é como controlar e regularizar o input e o output de um processador mecânico. Neste sentido, embora próxima da concepção do cuidar grego, no que se refere a colocar a parte racional ao centro, dela se diferencia quando silencia diferenças de um modelo racional, próximas das partes apetitiva e colérica, porque entende que nesse modelo biomecânico essas partes seriam inoperantes porque irracionais.

Uma boa dieta na modernidade é algo mensurável, cujo teor de nutrientes é

capaz de determinar a maior probabilidade de prevenir doenças, especialmente as crônico-degenerativas. Cuidar do corpo, nesse sentido, é se manter em um padrão preventivista de saúde, que corresponde a ingerir (input) o que é recomendado em 24h, e produzir (output) de modo competitivo no mercado de trabalho.

A reflexão que nos parece inerente nessa comparação é sobre os aspectos sensoriais e perceptivos do corpo, aqueles capazes de nos surpreender, como fala a *Ética* de Espinosa (1992), onde estariam? Nesta classificação estreitamente racional, o cuidado com o corpo não motiva criação, mas nos leva a uma reprodução mecanicista, além de disciplinada. As dietas podem ser maravilhosas em termos de composição nutricional. Temos informação pormenorizadas sobre os percentuais de ingestão de micro e macronutrientes e seus correspondentes sanguíneos, em elementos-traço, mas como cuidar para que o corpo se sinta tão maravilhoso quanto essas dietas maravilhosas? Como cuidar da “potência” desse corpo diante do paradoxo que se coloca: as mesmas dietas maravilhosas que aumentariam a probabilidade de ele não ficar doente, diminuem suas possibilidades de vida? Talvez essa discussão seja mais pertinente num momento mais adiante, quando as questões sobre o cuidar se tornaram mais complexas.

## Sociedade de controle

Deleuze (1992) argumenta que a sociedade disciplinar entrou em crise e surgiram novos regimes e formas de dominação. O regime disciplinar das escolas, dos hospitais, das empresas e das prisões sofreu fragmentações. As relações de poder e saber nunca exercem seus efeitos na totalidade. Sempre há resistências. Sempre há o sujeito ou grupo social que consegue escapar e produzir novas subjetividades. Nesse sentido, a sociedade de controle não procura disciplinar o corpo, mas endividá-lo. Trata-se de um controle ondulatório, levando o sujeito-consumidor para todos os polos. O homem é responsável e culpabilizado por todas as falhas do saber-poder. É preciso controlar a própria alimentação em todos os locais e em todos os momentos. Desjejum, colação, almoço, lanche, jantar, ceia: tudo controlado. O sujeito é instigado a fugir dos carboidratos de alto índice glicêmico, da gordura trans, dos refrigerantes, doces, salgados, entre outros. E este controle muitas vezes se torna descontrole, desmedida, desarmonia, desequilíbrio.

A sociedade de controle é hoje objeto de reflexões e questionamentos, e Foucault/Deleuze nos permitem questionar – nessa sociedade – como e quais poderes utilizamos para o exercício de uma força normalizadora e impositiva da qual é difícil escapar. O campo da Alimentação e Nutrição vem se apresentando como um campo científico emergente (PRADO et al.,

no prelo), que busca em sua ampliação refletir fora de um pensamento linear desgastado, de corpo biomecânico, evitando assim a visão racional restrita e simplificadora do consumo alimentar, criticando o caráter da medicalização na construção do cuidado, e também pensando questões paradoxais –, como a padronização das dietas, globalização? – e de uma forma padrão para o corpo que ocorre ao mesmo tempo em que se criam novos alimentos e novas formas corporais (piercing, cicatrizes etc. –, regionalismo? a todo momento.

Segundo Carvalho (2002), a filosofia de Espinosa possibilita pensar o cuidado além de uma forma racional mecanicista, conhecendo o corpo de um modo vivenciado, numa concepção ética da vida, envolvendo acolhimento e adaptação consciente e consentida. Assim, as intervenções ao conflito entre a normalização nutricional e a realização pessoal podem criar reações patológicas, quando são impostas contra a vontade do sujeito e, nesse sentido, o cuidar pode ser gerador de impotência do corpo em relação ao ambiente que lhe é próprio – se compreendido com um sentido de desvio do padrão vigente de normalidade.

Outro trabalho que apresenta uma versão crítica é o de Borges (2009), segundo a qual o corpo se tornou o lugar privilegiado dos elaborados dispositivos de poder, num processo homogeneizante que empobrece a existência quando silencia as

diferenças. Borges explora questões trazidas pela fenomenologia, no sentido de pensar um corpo além de sua materialidade objetiva, física, um corpo entendido em sua manifestação fenomênica como estrutura física e vivida ao mesmo tempo.

Nesse sentido, a percepção-consciência é parte do cuidar do corpo, mas que se refere a um conhecer vivenciado em que, segundo Borges (2009, p. 45), “o percebido não seria o objeto exterior, um alfinete, por exemplo, e sim o como resultante das intensidades que o alfinete produz no encontro com o corpo.” Para aumentar a capacidade humana crítica e inventiva, ou seja, sua potência de agir nos termos de Espinosa, o cuidado deve permitir a construção de uma vida autônoma e coletiva protegida do poder incorporado que esvazia o corpo de suas referências subjetivas conquistadas, num fluxo contínuo de padronização preventivista e medicalizador da cultura contemporânea.

### Considerações finais

Segundo Fischler (2003), estamos diante de um paradoxo. Se hoje temos abundância de alimentos, nossa alimentação é cada vez mais problemática. Para pensar esse paradoxo, é preciso eliminar o isolamento entre biológico e social. O ponto de vista biomédico não pode ultrapassar as ciências humanas e estas não podem se contentar em detalhar

a construção social da questão deixando de lado a dimensão biológica. É preciso considerar as representações, as práticas, as questões sociais, mas também os organismos que as portam.

As práticas alimentares, como mostram as ciências humanas, não são a soma de escolhas individuais mais ou menos esclarecidas e racionais, dependentes unicamente da vontade do sujeito. Elas se inscrevem num conjunto de redes materiais (preço, tempo, trabalho, história familiar, etc.) e num tecido complexo de representações e funções sociais e simbólicas (religiões, sistemas de crença, pertencimentos culturais, sociais, étnicos, etc.). O indivíduo, seu papel e suas escolhas estão sob a influência de usos de regras frequentemente implícitas que ultrapassam a racionalidade e se inserem numa adesão emocional, quando não imaginária. Neste artigo, o intuito foi convidar o leitor a uma reflexão mais profunda sobre as práticas alimentares contemporâneas a partir do referencial teórico-conceitual das ciências humanas.

Comer é na história da humanidade uma questão coletiva, regida pela cultura e pela sociedade, e se encontra no centro da organização social. Comer é uma questão de divisão, repartição, distribuição de trocas sociais. A ligação social passa sobretudo pela alimentação. Somos nós individualmente capazes de regular nossa alimentação? Cada vez mais pensamos que sim. O desafio é inventar ou favorecer novas possibilidades de regulação, levando em conta tanto o social como o biológico.

Moussaoui (2004) afirma que a família é o lugar privilegiado para a aprendizagem das práticas alimentares desde a infância. A família é certamente o primeiro lugar para aprender a se alimentar. A característica desse aprendizado é que ele é contextual. As crianças aprendem o que comer e o que não comer com a família, os amigos – enfim, na cultura em que vivem. Esse período é crucial para a formação do gosto, como argumenta Bourdieu (1977, 1982, 1984).

A criança aos poucos vai adquirindo hábitos (*habitus* ou *hêxis*) alimentares. Aprende-se aos poucos as boas maneiras à mesa, permanecer na posição vertical, segurar seus talheres de forma adequada, não comer com os dedos, ter hábitos de higiene e etiqueta à mesa, como destaca Elias (1993).

Para Moussaoui (2004), ao contrário de gerações passadas, esta geração é aquela em que as mães realmente entraram no mercado de trabalho. As implicações são numerosas para as práticas alimentares. A alimentação diária é mais rápida e menos sofisticada. As mães são mais assertivas na cobrança por emancipação profissional das filhas do que pela transmissão cultural de técnicas culinárias.

Com as mudanças na sociedade contemporânea, mudam-se também as práticas voltadas para o corpo. O corpo adquire a representação de algo que se manipula, se modela, se torna hábil e cujas forças se multiplicam. As dietas e os

exercícios físicos são considerados os instrumentos privilegiados para disciplinar, controlar e organizar o corpo. O corpo humano entra numa maquinaria de poder que o esquadrinha, o desarticula e o recompõe, segundo Foucault (1993). Uma “anatomia política”, que é também igualmente uma “mecânica do poder”.

Multiplicam-se os efeitos do poder sobre o governo dos corpos, uma biopolítica, isto é, um conjunto de biopoderes que controla e regulamenta a vida. Trata-se de gerir e regulamentar as populações. É a medicalização da população. Saúde, higiene, natalidade, longevidade, raça, doenças: os problemas específicos da vida e da população foram postos numa tecnologia de poder. Daí as mensagens e discursos de saúde preventiva. Surge o famoso estilo de vida saudável (FASSIN; MEMMI, 2004).

A individualidade, característica central da modernidade, impulsionada pelo cartesianismo, pela Reforma Protestante e pelo Iluminismo (MAFFESOLI, 1998), não ficou restrita ao pensamento, mas manifestou-se no corpo. A relação com o próprio corpo e com o corpo do outro se tornou cada vez mais individualizada. A autonomia não se restringe à liberdade jurídica e econômica, mas também à liberdade de usar o corpo da forma que lhe convém. Não é sem razão que os consumidores de fast-food afirmam que são “livres” para comer o que quiserem. Retomemos a etimologia da palavra autônomos: eu sou minha própria lei. É

aqui que se situa o centro do pensamento moderno e contemporâneo sobre a alimentação, nessa concepção de indivíduo que dá sua lei a si mesmo e que em seguida pode se associar a outros indivíduos para produzir sua cultura alimentar.

Nesse sentido um corpo gordo, por exemplo, não possui um único significado, de um corpo malcuidado, porque representa uma diminuição de controle, ou seja, não por suas medidas, mas porque representa uma alienação, por não conseguir conhecer ou não perceber sua potência para estar ativo. O cuidado atual é para o corpo não estar vulnerável ao controle que leva à servidão e que torna o corpo passivo diante da realidade, refém das dietas e das normas impostas. Nesse sentido, cuidar não é, por exemplo, escolher o alimento certo, mas conhecer o que faz um alimento se tornar certo para ser escolhido. Cuidar é conquistar referências subjetivas no corpo, aumentando sua potência.

## Referências

AGOSTINHO, S. *Confissões*. 2 ed. São Paulo: Abril Cultural, 1980. (Coleção Os Pensadores).

BORGES, H.M.O.C. *Sobre o movimento: o corpo e a clínica*. 200 f Tese (Doutorado em Saúde Coletiva) – Instituto de Medicina Social, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2009.

BOURDIEU, P. *Méditations pascaliennes*. Paris: Éditions du Seuil, 1977.

\_\_\_\_\_. *La distinction: critique sociale du jugement*. Paris: Les Editions de Minuit, 1982.

\_\_\_\_\_. *Questions de sociologie*. Paris: Ed. de Minuit, 1984.

Foucault (1984a, 1984b, 2004) retoma a dietética para tratar da relação do sujeito com seu próprio corpo. O cuidado de si, que implica necessariamente cuidado do corpo, pode se constituir como uma ética da liberdade. O cuidar de si é a arte da existência de ter cuidados consigo. A dietética, incluindo não somente o campo da sexualidade, mas os cuidados com o corpo, são práticas de restauração e ampliação da própria existência. O conflito de comer ou não comer se constitui como uma tensão que, vivenciada no corpo, traz em si a possibilidade de transformação e do cuidado, e assim representa um instrumento para a ação e não para repressão.

No entanto, essas concepções são também desafios na medida em que fazem parte das nossas condições de possibilidades contemporâneas, o que nos leva a perguntar: o que nos espera no futuro?

CARVALHO, M.C.V.S. *Reconstruindo o conceito de obesidade*. 148 f Tese (Mestrado em Saúde Coletiva) – Instituto de Estudos em Saúde Coletiva, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2002.

DELEUZE, G. *Post-Scriptum sobre as Sociedades de Controle*. In: *Conversações*. *Conversações (1972-1990)*. Tradução de Peter Pál Pelbart. Ed. 34. Rio de Janeiro (Coleção Trans), 1992.

ELIAS, N. *O processo civilizador*. V. 2. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1993.

ESPINOSA, B. *Ética*. Tradução de Joaquim de Carvalho. Lisboa: Relógio D'Água, 1992.

- FASSIN, D.; MEMMI, D. (Dir). Le gouvernement des corps. Paris: Éditions de l'École des Hautes Études em Sciences Sociales, 2004.
- FISCHLER, Claude. Le Paradoxe de l'abondance. Sciences Humaines, n. 135 (Manger, une pratique culturelle), fév. 2003.
- FOUCAULT, M. *L'Herméneutique du Sujet*. Paris: Gallimard-Seuil, 2001.
- \_\_\_\_\_. Histoire de la sexualité 2: L'usage des plaisirs. Paris: Gallimard, 1984a.
- \_\_\_\_\_. Histoire de la sexualité 3: Le souci de soi. Paris: Gallimard, 1984b.
- \_\_\_\_\_. A ética do cuidado de si como prática da liberdade. In: FOUCAULT, M. Michel Foucault: ética, sexualidade, política. Organizado por Manoel Barros da Motta. Tradução de Elisa Monteiro e Inês Autran Dourado Barbosa. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2004 (Coleção Ditos & Escritos, V).
- \_\_\_\_\_. Surveiller et punir: naissance de la prison. Paris: Gallimard, 1993.
- \_\_\_\_\_. Il faut défendre la société: cours au Collège de France 1976. Paris: Seuil, 1997.
- \_\_\_\_\_. Sexualidade e poder. In: FOUCAULT, M. Michel Foucault: ética, sexualidade, política. Organizado por Manoel Barros da Motta. Tradução de Elisa Monteiro e Inês Autran Dourado Barbosa. 2 ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2006. (Coleção Ditos & Escritos, V). p. 56-76.
- \_\_\_\_\_. L'archéologie du savoir. Paris: Gallimard, 1969.
- JAEGER, W. Paidéia: A formação do homem grego. Tradução de Artur Parreira. Revisão do texto grego de Gilson César Cardoso de Sousa. 4 ed. São Paulo: Martins Fontes, 2003. p. 795-812.
- KANT, I. Sobre a pedagogia. Tradução de Francisco Cock Fontanella. 4 ed. rev. Piracicaba: UNIMEP, 2004.
- LE BRETON, D. Antropología del cuerpo y modernidad. Buenos Aires: Nueva Vision, 2002. (Cultura y Sociedad).
- LUZ, M.T.. Natural, racional, social: razão médica e racionalidade científica moderna. Rio de Janeiro: Campus; 1989.
- MAFFESOLI, M. Société ou communauté: tribalisme et sentiment d'appartenance. *Corps & Culture*, n. 3 (Sport et lien social), 1998.
- MOUSSAOUI, I.G.. Comment se transmettent les pratiques alimentaires. Sciences Humaines, n. 45 (L'Enfant), 2004.
- ORTEGA, F. Ascèse. In: ANDRIEU, B.; BOETSCH, G. (Org.) Dictionnaire du Corps. Paris: CNRS, 2008.
- PRADO, S.D. et al. A pesquisa sobre alimentação no Brasil: sustentando a autonomia do campo alimentação e nutrição. No prelo, 2011.

