

OS CONCEITOS DE SAÚDE E APTIDÃO NO CONTEXTO DA MODERNIDADE
LÍQUIDA

Marcelo Perufo Bock¹; Marília Meneghetti Bruhn²

RESUMO

Este estudo é parte da construção de um Trabalho Final de Graduação (TFG) que aborda como ocorre a produção de subjetividades na relação mente e corpo. O presente trabalho tem o objetivo de analisar como a modernidade líquida interfere na relação corpo e mente e o seu impacto no que é considerado como promoção de saúde. A partir de uma pesquisa bibliográfica de revisão narrativa, são debatidos os conceitos de modernidade líquida, corpo, mente, saúde e aptidão utilizando artigos de periódicos científicos e a obra *A Modernidade Líquida*, de Zygmunt Bauman. Por fim, conclui-se que a promoção de saúde, para além de uma concepção de saúde, está relacionada ao conceito de aptidão na modernidade líquida.

Palavras-chave: Psicologia, Promoção de Saúde, Saúde Mental.

Eixo Temático: Atenção Integral e Promoção à Saúde.

1. INTRODUÇÃO

Não existe um consenso de onde começa a modernidade, não se pode inferir que a modernidade aconteceu de um dia para o outro, como um passe de mágica. Entretanto, existem dois marcos históricos que são referência para que a modernidade se estabeleça. Um deles é a revolução industrial, que acelera a

¹ Marcelo Perufo Bock - Acadêmico do curso de Psicologia da Universidade Franciscana (UFRN) - marcelo.bock@ufrn.edu.br

² Marília Meneghetti Bruhn - Professora do curso de Psicologia da Universidade Franciscana (UFRN) - marilia.bruhn@ufrn.edu.br

produção de mercadorias, provocando mudanças econômicas e decisivas para consolidar o capitalismo. O outro marco é a revolução francesa, que rompe com a estrutura social e a estrutura política do antigo regime e lança as bases para a organização do estado e política moderna (SHINN, 2008).

Após a revolução industrial, com o avanço do desenvolvimento científico e tecnológico, os desgastes físicos e psicológicos tornam-se preocupante, uma vez que, esse avanço traz consigo sintomas como o estresse, ansiedade e sedentarismo, prejudicando a saúde mental de boa parte dos sujeitos, principalmente de países desenvolvidos e em desenvolvimento (ANTUNES et al, 2006).

O livro *A Modernidade Líquida*, de Bauman (2001), tenta dar conta das grandes mudanças que a modernidade líquida trouxe, tanto na economia quanto na sociedade. Essas mudanças não são consideradas pequenas ou quaisquer mudanças, mas significam que toda a estrutura de vida acabou mudando; esse é o ponto chave do pensamento do autor.

A necessidade deste estudo se dá a partir da compreensão dos fatores psicológicos desenvolvidos em consequência do progresso da sociedade enquanto tecnologia e desenvolvimento científico. Em uma busca nas plataformas Scielo e Periódicos CAPES utilizando as palavras-chave “modernidade líquida”, “saúde”, “corpo” e “mente”, não foram encontrados artigos científicos que se relacionassem com a temática proposta pelo presente trabalho. A escassez de produções acadêmicas sobre as alterações da compreensão do que é saúde na modernidade líquida enfatiza a importância desse estudo.

Nesse sentido, este trabalho tem o objetivo de analisar como a modernidade líquida interfere na relação corpo e mente e o seu impacto no que é considerado como promoção de saúde.

2. METODOLOGIA

Para a realização deste artigo, propõe-se uma pesquisa bibliográfica de abordagem qualitativa. Segundo Brum et al. (2015), o método utilizado é o revisão narrativa da literatura, com a finalidade de apresentar como a modernidade líquida interfere na relação mente e corpo e condiciona o que é considerado promoção de saúde. A partir da obra *A Modernidade Líquida*, do filósofo Zygmunt Bauman, com base no segundo capítulo “A Individualidade”, foram selecionados os eixos temáticos “modernidade líquida”, “corpo e mente” e “saúde e aptidão” para análise, que foram debatidos, utilizando referências compostas por artigos nacionais publicados nas bases de dados Scielo, Periódicos CAPES, Pepsic e Google Acadêmico.

Com isso, foram encontrados poucos artigos que se relacionassem com todos os descritores planejados inicialmente para realizar a pesquisa bibliográfica. Assim, optou-se por utilizar a obra do filósofo Zygmunt Bauman para discutir o conceito de modernidade líquida e na pesquisa em bases de dados foram usadas as palavras-chave “saúde”, “corpo” e “mente”, para relacionar com o conceito de modernidade líquida.

A revisão narrativa possibilita uma publicação mais ampla sobre os temas a serem descritos no artigo, não tendo um protocolo rígido e sistemático para sua realização. Com isso, a escolha dos artigos, revistas e livros é subjetiva ao autor (ROTHER, 2007). Essa revisão abre espaço para a discussão; artigos que visam discutir a temática da modernidade líquida e conceitos de promoção em saúde são interessantes para a revisão narrativa de literatura. (CORDEIRO, 2008).

Para Mota de Souza et al (2018), “as etapas de uma revisão da literatura narrativa ou também denominada de tradicional são: seleção de um tema de revisão; pesquisa na literatura; seleção/recolha, leitura e análise da literatura; redação da revisão; e referências.” (p. 47). A partir desse método, é possível realizar um trabalho com um novo olhar, percorrendo diferentes caminhos com enfoque em um tema, sendo assim, contribui-se para a formação de um trabalho que resulte em novas conclusões (MOTA DE SOUZA et al., 2018).

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Bauman (2001), inicia seu livro fazendo uma diferenciação entre sólidos e líquidos. Os líquidos ocupam um volume, mas não tem uma forma definida, por isso são facilmente suscetíveis à mudança. Já os sólidos, são mais resistentes a mudanças, mantém suas ligações e sua forma intacta, tornando-se menos suscetíveis a mudanças. Esse contraste entre sólido e líquido, traz consigo uma diferenciação entre a modernidade sólida e a modernidade líquida.

Uma das grandes mudanças que a modernidade líquida trouxe é com relação ao corpo e a mente. Bauman vai traçar uma diferença entre saúde e aptidão, onde a saúde está relacionada com algo que pode ser mensurado, medido, palpável. No sólido da modernidade, a saúde diz respeito à condição de estar com um bom desempenho para exercer o trabalho nas fábricas, um trabalho que exige um esforço físico e psíquico dos trabalhadores. Já a aptidão, consiste em uma corrida sem fim, sempre em busca de uma melhoria que nunca poderá chegar ao seu ápice, justamente por não ter como medir, como comparar e com isso, os sujeitos estão sempre em busca de uma receita de vida que as façam sentir aptas e pertencentes (BAUMAN, 2001).

A partir da concepção de aptidão, desenvolve-se o conceito de receitas de vidas, que trazem um padrão e um certo conforto para aqueles que consomem as mais diversas possibilidades de ter um corpo supostamente perfeito (RODRIGUES, 2015). Entretanto, essa busca incessante, essa fuga do conceito de doença, faz com que o indivíduo fique nessa corrida sem fim buscando por algo que seja satisfatório. O problema é que, o satisfatório é apenas algo momentâneo, assim como a aptidão. Diferente da saúde, a aptidão é algo que não pode ser medido, ou seja, é a exigência de que o sujeito precisa ter um corpo flexível e adaptável às novas sensações e experiências que o cotidiano propõe (BAUMAN, 2001).

Ao contrário do cuidado com a saúde, a busca da aptidão não tem, portanto, um fim natural. Os objetivos podem ser estabelecidos apenas para a presente etapa do esforço sem fim — e a satisfação de alcançar um objetivo é apenas momentânea. Na longa busca pela aptidão não há tempo para

descanso, e toda celebração de sucessos momentâneos não passa de um intervalo antes de outra rodada de trabalho duro. Uma coisa que os que buscam a “aptidão” sabem com certeza é que ainda não estão suficientemente aptos, e que devem continuar tentando. A busca da aptidão é um estado de auto-exame minucioso, auto-recriminação e auto-depreciação permanentes, e assim também de ansiedade contínua. (BAUMAN, 2001, pg. 76)

A aptidão é característica tão forte da modernidade líquida, que está tão presente nos dias de hoje e pode ser vista até mesmo nos relacionamentos pessoais. Segundo matéria do jornal *A Folha de São Paulo*, em um aplicativo de relacionamento, as pessoas estão filtrando e optando por pessoas que estão fazendo terapia, ou seja, que estejam com sua saúde mental em dia. O que importa hoje, não é mais tanto um corpo bonito ou um sorriso agradável, a estética do corpo é deixada de lado quando o assunto é saúde mental. É preciso estar apto até mesmo para ter um relacionamento, mas como saber o quão apto é preciso estar? (KRUEGER, 2022).

Esse é o grande ponto chave da aptidão, não tem como saber, como medir ou comparar, “Uma coisa que os que buscam a ‘aptidão’ sabem com certeza é que ainda não estão suficientemente aptos, e que devem continuar tentando.”(BAUMAN, 2001, pg. 76). Esta longa busca pela aptidão, passa também, pelos consultórios de Psicologia, que pode ser vista como a “academia da mente”, ou seja, a promoção de saúde na modernidade líquida é tratada como sinônimo de aptidão. Apesar de Bauman pensar corpo e mente como lugares separados, assim como diversos autores durante a história, com todas as questões apontadas pela modernidade líquida, é inevitável não pensar que um perpassa pelo outro vice-e-versa.

São diversas as formas em que a modernidade líquida influencia e impacta na relação corpo e mente. Não só um modelo ideal de corpo, mas as obrigações e metas que fazem parte do dia a dia, também tem grande impacto na constituição do sujeito, e isso está diretamente ligado no que a sociedade moderna produz e isto

reflete em como nós nos constituímos a partir dela (VASCONCELOS; SUDO; SUDO, 2004).

Esta discussão não é recente, já se falava sobre corpo e mente desde os Gregos antigos, entretanto, foi com o surgimento da psicologia científica e da modernidade líquida, que essa relação corpo e mente torna-se mais evidente no cotidiano das pessoas. Com isso, a psicologia tem importante papel nessa questão sociopolítica, pois está diretamente relacionada com o cuidado da saúde mental.

4. CONCLUSÃO

Por fim, o pouco conteúdo publicado sobre este tema e a necessidade de se falar em saúde mental na modernidade líquida, despertou grande parte da motivação para a realização deste trabalho. A modernidade líquida, trouxe grandes mudanças na estrutura da sociedade, em um mundo tão tecnológico, digital, onde todas as coisas fluem tão rápido, é preciso ter um alto nível de reserva psíquica para conseguir acompanhar esse fluxo da modernidade.

Esse fluxo está relacionado com o conceito de aptidão, que passa a ser confundido com promoção de saúde, e isso tem impactos nos cuidados de saúde física e mental, onde as pessoas devem a todo momento provar que estão aptas, seja para o dia a dia, para o trabalho ou até mesmo para os relacionamentos. É uma busca quase sem fim, por algo que as próprias pessoas criam, com exigência das grandes empresas e também da demanda social que é muito regradada pelas redes sociais.

A psicologia, então, vai ser um grande aliado dessa busca incessante por aptidão, e devemos pensar, até que ponto a psicologia também corrobora para que esse fluxo seja algo sem fim. Diferente da saúde, onde é possível chegar a um nível de satisfação, na aptidão é preciso estar sempre mais, e é nesse sentido que devemos pensar o quanto a terapia que normalmente leva anos e não estabelece

um nível, um limite, pode estar incentivando que o fluxo da modernidade líquida continue.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Hanna K.M. et al. Exercício físico e função cognitiva: uma revisão. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte* [online]. 2006, v. 12, n. 2 , pp. 108-114. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/rbme/a/d6ZwqpncbKwM7Z74s8HJH8h/?lang=pt#>>. Acesso em: 10 set. 2022.

BAUMAN, Zygmunt. *Modernidade líquida*. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

BRUM, C. N. de et al. Revisão narrativa da literatura: aspectos conceituais e metodológicos na construção do conhecimento da enfermagem. In: LACERDA, M. R.; COSTENARO, R. G. S. Metodologia de pesquisa para a enfermagem a saúde da teoria a prática. 1ª ed. Porto Alegre: Moriá, 2015. p. 123-142.

CORDEIRO, Alexander Magno et al. Revisão sistemática: uma revisão narrativa. *Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões*, v. 34, n. 6, jan 2008. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rcbc/a/CC6NRNtP3dKLgLPwcmV6Gf/?lang=pt#>>. Acesso em: 15 set. 2022.

KRUEGER, Alyson. Terapia vira pré-requisito para relacionamento entre os mais jovens. Folha de S.Paulo, São Paulo, 05 de ago. de 2022. Disponível em: <<https://www1.folha.uol.com.br/equilibrio/2022/08/terapia-vira-pre-requisito-para-relacionamento-entre-os-mais-jovens.shtml>>. Acesso em: 11 set. 2022.

MOTA DE SOUSA, L. M. et al. Revisões da literatura científica: tipos, métodos e aplicações em enfermagem. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Reabilitação*, Porto, Portugal, v. 1, n. 1, p. 45-54, 2018. Disponível em: <<https://rper.aper.pt/index.php/rper/article/view/20/12>>. Acesso em: 15 set. 2022.

RODRIGUES, Rogério. A educação de corpo e alma como elemento para a produção do sujeito saudável. Trabalho, Educação e Saúde [online]. 2015, v. 13, n. 01 p. 13-30, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/tes/a/zBWFd87FrVDMrWpxkL8ZFRm/?lang=pt#>>. Acesso em 17 out. 2022.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 20, n. 2, 2007. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZ4Z4GwYV6FR7S9FHTByr/>>. Acesso em: 06 set. 2022.

SHINN, Terry. *Desencantamento da modernidade e da pós-modernidade: diferenciação, fragmentação e a matriz de entrelaçamento*. v. 6, n. 1, pp. 43-81. 2008. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ss/a/SdNgtK9kS3nD5BW7vm3Nyfm/?lang=pt#ModalArticles>>. Acesso em: 16 set. 2022.

VASCONCELOS, Naumi A. de; SUDO, Iana; SUDO, Nara. Um peso na alma: o corpo gordo e a mídia. *Rev. Mal-Estar e Subj*, Fortaleza, v. 4, n. 1, p. 65-93, mar. 2004. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-6148200400010004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 25 set. 2022.