



## OS DISCURSOS DE SAÚDE COMO ESTRATÉGIA DE GOVERNAMENTO: ALIMENTAÇÃO, ATIVIDADE FÍSICA E EMPRESARIAMENTO DE SI

Débora Duarte Freitas\*

### RESUMO

Pautada em uma perspectiva foucaultiana, proponho uma análise crítica sobre os discursos da alimentação e da atividade física. O objetivo foi demonstrar as reincidências discursivas, presentes no âmbito político, que governam a conduta humana dentro de uma racionalidade neoliberal, responsabilizando o indivíduo pelo sucesso ou fracasso em relação à sua saúde. Como resultado, aponto o foco no governo da conduta humana dentro de princípios de mercado, que estimulam escolhas saudáveis através do empresariamento de si, minimizando o contexto de desigualdade existente em nosso país e a presença do Estado mínimo para a população.

**Palavras-chave:** Discurso; Saúde; Governo; Empresariamento de si.

HEALTH DISCOURSES AS A GOVERNMENT STRATEGY:  
DIET, PHYSICAL ACTIVITY AND THE ENTREPRENEUR OF THE SELF

### ABSTRACT

Based on a Foucauldian perspective, I propose a critical analysis of the discourses on diet and physical activity. The objective was to demonstrate the discursive recurrences in the political sphere that govern human conduct within a neoliberal rationality, making the individual responsible for success or failure about their health. As a result, I focus on governing human conduct within market principles, which encourage healthy choices through self-enterprise, minimizing the context of inequality that exists in our country and the presence of the minimum State for the population.

**Keywords:** Discourse; Health; Government; Entrepreneur of the self.

LOS DISCURSOS DE SALUD COMO ESTRATEGIA DE GOBIERNAMENTO:  
DIETA, ACTIVIDAD FÍSICA Y EMPRENDIMIENTO DE SÍ

### RESUMEN

Desde una perspectiva foucaultiana, propongo un análisis crítico de los discursos sobre alimentación y actividad física. El objetivo fue demostrar las recurrencias discursivas, presentes en la esfera política, que rigen la conducta humana dentro de una racionalidad neoliberal, responsabilizando al individuo del éxito o del fracaso en relación con su salud. En consecuencia, me enfoco en regir la conducta humana dentro de principios de mercado, que fomenten decisiones saludables a través del emprendimiento de sí, minimizando el contexto de desigualdad que existe en nuestro país y la presencia del Estado mínimo para la población.

---

\* Doutora em Educação pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Mestre em Educação Física pela Universidade Federal de Pelotas. Licenciada em Educação Física pela mesma universidade. E-mail: freitasdeboraduarte@gmail.com

**Palabras clave:** Discurso; Salud; Gobierno; Emprendimiento de Sí.

## INTRODUÇÃO

Início este artigo retomando uma obra motivadora para a temática que compõe este dossiê: o livro *Estado de crise*, de Zygmunt Bauman e Carlo Bordoni (2016). Neste livro, os autores destacam que a ideia de crise não é algo passageiro e sim um estado de permanência que está vinculado à maneira como somos governados, em que o mercado dita as regras e o Estado tem atuação cada vez mais incipiente (BAUMAN; BORDONI, 2016).

A crise, comunicada por Bauman e Bordoni (2016), não teria um vetor único, como uma crise de base exclusivamente econômica, por exemplo, mas está diretamente vinculada aos modos de vida atuais que encontram-se pautados dentro de uma racionalidade neoliberal, que possui a competição como base e é tão volátil quanto as mudanças do mercado. Além disso, somos interpelados por dificuldades advindas de diversas áreas, setores, e, inclusive, de diferentes territórios, já que vivemos em um mundo globalizado. Dessa forma, as crises estão assumindo um caráter de permanência no modo de vida atual e podem derivar de fatores de ordem econômica, social, humanitária, ambiental, como também uma crise de saúde, tal qual a instaurada pela COVID-19.

Inicialmente, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi alertada em 31 de dezembro de 2019 que havia um surto na cidade de Wuhan, na província de Hubei, na República Popular da China. Apenas 71 dias depois, em 11 de março de 2020, a COVID-19 é caracterizada pela OMS como uma pandemia, quando, então, começaram as ações mais drásticas para prevenir ou reduzir a propagação do vírus (OPAS/OMS, s/a). No Brasil, ações de isolamento social e orientações em nível nacional para controle e gerenciamento da doença foram instituídas.

Neste íterim, o discurso da necessidade de se manter ativo fisicamente foi fortemente acionado, mesmo que adaptações fossem necessárias para ocorrer dentro de casa (WHO, 2020). E foi durante a quarentena, crise mundial de saúde, que foi pensado este dossiê. Dentro de um momento histórico e também de grandes desafios, o discurso de estímulo a atividade física<sup>1</sup> ocupou um lugar de relevância na saúde pública com o argumento de fortalecimento do sistema imunológico, que traria uma suposta zona de proteção para as pessoas fisicamente ativas.

---

<sup>1</sup> Atividade física será compreendida aqui como “um comportamento que envolve os movimentos voluntários do corpo, com gasto de energia acima do nível de repouso, promovendo interações sociais e com o ambiente, podendo acontecer no tempo livre, no deslocamento, no trabalho ou estudo e nas tarefas domésticas” (BRASIL, 2021, p. 09).

Além disso, outro argumento, que favorecia o estímulo da atividade física, estava associado ao controle das condições crônicas, que aumentariam o risco de agravamento no quadro clínico da COVID-19 (CARVALHO; FREITAS; ARKEMAN, 2021). As instituições de saúde durante o período pandêmico, apesar das controvérsias, justificavam a importância da atividade física pautados em um viés biológico (KNUTH; CARVALHO; FREITAS, 2020), sem oferecer ferramentas ou considerar a realidade desigual presente em nosso país.

Pautada em uma perspectiva foucaultiana, percebo como fundamental o exercício do pensamento de forma crítica sobre o discurso da atividade física e da alimentação saudável como uma simples capacidade de fazer escolhas adequadas para sua saúde. Não porque sou contra o discurso de promoção da saúde, pelo contrário, as evidências científicas em relação aos benefícios da alimentação saudável e da prática de atividade física para saúde são inegáveis.

A questão aqui é sobre as estratégias de governo atuais, que convocam o indivíduo a se exercitar, mesmo em um período conturbado e sem evidências científicas suficientes para orientar a população a tornar-se ativa a fim de garantir uma proteção contra a COVID-19<sup>2</sup>. Além de minimizar os impactos das diferenças econômicas e sociais presentes em nosso país, que se intensificam em condições como essa<sup>3</sup>, excluindo muitos cidadãos de terem seus direitos básicos garantidos<sup>4</sup>, como Alpino *et al* (2020) afirma em relação à segurança alimentar e nutricional.

Para além do bem e do mal, é importante perceber como essa proliferação discursiva reverbera acerca da atividade física e alimentação saudável reverberam em nosso tempo, nos conduzindo e nos ensinando maneiras de ser e agir no mundo, a partir de uma recontextualização nas políticas de Governo<sup>5</sup>, nas iniciativas de promoção de saúde, que naturalizam alguns discursos e deslocam a responsabilidade do Governo para o indivíduo.

O objetivo, portanto, é demonstrar as reincidências discursivas presentes no âmbito político, que utiliza estratégias de governo<sup>6</sup> para responsabilizar os indivíduos sobre sua saúde mediante o estímulo à atividade física e à alimentação saudável, reduzindo a ação do Governo. Para isso, faço uso de excertos do banco de dados de minha Tese de doutorado

---

<sup>2</sup> <https://g1.globo.com/mg/sul-de-minas/especial-publicitario/unincor/universidade-unincor/noticia/2021/06/21/a-importancia-da-atividade-fisica-durante-a-pandemia-da-covid-19.ghtml>

<sup>3</sup> <https://veja.abril.com.br/economia/ibge-desemprego-durante-a-pandemia-foi-maior-que-o-estimado>

<sup>4</sup> <https://portal.fiocruz.br/noticia/novo-indice-aponta-que-desigualdades-sociais-em-saude-se-aprofundaram-na-pandemia>

<sup>5</sup> Governo, grafado com letra maiúscula, “é essa instituição do Estado que centraliza ou toma, para si, a caução da ação de governar” (VEIGA-NETO, 1997, p. 82).

<sup>6</sup> Governo são ações, práticas tomadas microscopicamente pelo tecido social (VEIGA-NETO, 1997) focado no governo da conduta humana.

(FREITAS, 2018)<sup>7</sup>. Neste artigo, utilizo um recorte referente apenas ao âmbito político dos meus dados, com destaque as políticas brasileiras de alimentação e atividade física.

Na próxima seção, abordo as noções foucaultianas, que permitem embasar o caminho investigativo assumido pela perspectiva. Depois, sigo para a seção intitulada *Âmbito político: Estado mínimo e a responsabilização do indivíduo*, em que trago excertos retirados de políticas relacionadas à alimentação saudável e à atividade física, operando para a condução da conduta autorresponsável e a manutenção de um Estado mínimo. Por fim, as considerações finais, seguida das referências.

## **RELAÇÕES DE SABER-PODER: GOVERNAMENTALIDADE, GOVERNAMENTO, NEOLIBERALISMO**

Nesta seção, gostaria de abordar como a racionalidade vigente neoliberal está justaposta com as noções foucaultianas de governamentalidade e governo, dando as condições de possibilidade para que sejamos governados por princípios de mercado. É importante ressaltar, que a lógica capitalista sofreu mudanças significativas no processo de acumulação. No capitalismo industrial o valor de acumulação estava muito atrelado aos bens materiais de um indivíduo. Hoje, “a vida, como tal, possui um valor” (CHIGNOLA, 2015, p. 21).

Neste sentido, a noção de governamentalidade é fundamental para a compreensão desta racionalidade em que vivemos e somos governados. É importante destacar que a governamentalidade tem uma relação direta com os corpos e seu valor enquanto capital. A noção está alicerçada no investimento sobre os corpos a fim de moldá-los, conduzi-los, normalizá-los de acordo com um determinado discurso de verdade. Em outras palavras, “a governamentalidade pode ser descrita como o esforço de criar sujeitos governáveis através de várias técnicas desenvolvidas de controle, normalização e modelagem das condutas das pessoas” (FIMYAR, 2009, p. 38). Esse esforço para conduzir as condutas e tornar os sujeitos governáveis coloca a governamentalidade diretamente articulada às práticas de governo, tanto do sujeito sobre si mesmo como de uma razão política de Governo. O governo, por sua vez, é uma “manifestação “visível”, “material”, do poder”, pois “na medida em que alguém coloca em funcionamento o poder sobre outrem, esse alguém pode governar esse outrem” (VEIGA-NETO; LOPES, 2007, p. 952-953).

---

<sup>7</sup> As categorias analíticas constituídas na Tese foram: midiática; jurídica; científica; e política. Essa, por sua vez, fundamenta-se em 7 políticas internacionais e 12 políticas brasileiras. Além disso, foi acrescido à análise do Guia da Atividade Física, que foi publicado em 2021, pelo Ministério da Saúde.

O *Homo œconomicus* parceiro de troca do liberalismo é substituído pelo “*Homo œconomicus* empresário de si mesmo, sendo ele próprio seu capital, sendo para si mesmo seu produtor, sendo para si mesmo a fonte de [sua] renda” (FOUCAULT, 2008a, p. 311). Tal racionalidade se edifica em nome de um saber científico e uma ordem econômica, que enxerga na população uma força produtiva e fundamental para a riqueza de um Governo e que, portanto, deve ser preservada e protegida do que ameaça esse capital. Em 1986, na Carta de Otawa já há uma percepção das pessoas como principal recurso para saúde e a necessidade de capacitá-las para que a manutenção da saúde fosse garantida, conforme excerto abaixo.

Reconhecer as pessoas como o principal recurso para a saúde; apoiá-las e capacitá-las para que se mantenham saudáveis a si próprias, às suas famílias e amigos, através de financiamentos e/ou outras formas de apoio; e aceitar a comunidade como porta-voz essencial em matéria de saúde, condições de vida e bem-estar (CARTA de OTAWA, 1986, p. 04).

Com o reconhecimento, então, da população como força produtiva, em sua positividade, um fazer viver mais e melhor se faz necessário. Nesse sentido, os discursos estimulam a população a gerir sua vida mediante decisões saudáveis e exigem do sujeito um maior investimento no seu corpo. Tais discursos estão associados a uma governamentalidade neoliberal em que os sujeitos passam a ser vistos como um agente econômico, um empreendedor de si mesmo, já que agora o Estado governa para o mercado.

Nesse tipo de sociedade “sujeitos com direitos são obrigados a ser livres, isto é, fazer opções dentro de um estado limitado onde o bem-estar é reduzido ou modificado a cada viravolta do mercado” (PETERS, 2015, p. 28). O neoliberalismo requer a liberdade, mas mais do que isso, a liberdade é produzida e consumida neste tipo de jogo econômico. Foucault (2008b, p. 63) aponta que a “reivindicação da liberdade foi uma das condições de desenvolvimento de formas modernas ou, se preferirem, capitalistas da economia”.

A liberdade deve ser compreendida dentro dos deslocamentos ocorridos nas tecnologias de poder. O problema central já não está na domesticação e docilidade de um corpo, nem mesmo na disciplinarização de um coletivo ordenado em um espaço e tempo específicos, mas muito mais em uma questão de autogoverno para que o sujeito se sinta livre para tomar decisões e gerenciar sua própria vida. No neoliberalismo “o problema é o ‘governo’ de um sujeito que deve ser deixado livre para agir, para que possam se desenvolver as dinâmicas de mercado” (CHIGNOLA, 2015, p. 22). Um governo pela verdade que se utiliza de diferentes saberes para constranger os indivíduos a se governarem dentro das necessidades econômicas do Estado e do mercado.

Como Marín-Díaz destaca

[...] as formas de condução atual exigem a produção de indivíduos, humanos que se consideram a si mesmos como agentes autônomos e empresários de si mesmos, indivíduos dispostos a se transformar e incrementar seu capital para alcançar a ascensão social e profissional, num mundo regido pela economia e pelo mercado (MARÍN-DÍAZ, 2015, p. 37)

Dessa maneira, em uma governamentalidade neoliberal, há uma diminuição da presença do Estado como entidade que resolveria os problemas da população, dando uma maior ênfase no próprio indivíduo como responsável pelo gerenciamento e soluções de seus problemas. Na próxima seção, aponto exemplos que fortalecem tal argumento.

### **ÂMBITO POLÍTICO: ESTADO MÍNIMO E A RESPONSABILIZAÇÃO DO INDIVÍDUO**

A responsabilidade sobre o indivíduo sobre apresenta-se em diferentes documentos do âmbito político. Logo, gostaria de apontar excertos que exemplificam práticas de governo sobre a saúde individual e coletiva dentro de uma lógica de mercado, que coloca sob o indivíduo a responsabilidade sobre sua saúde e permite a presença de um Estado mínimo. Um Estado que produz documentos que convocam o sujeito a tomar decisões e garantir sua saúde mediante escolhas saudáveis para sua vida, em especial através de uma alimentação saudável e a prática de atividade física.

Já na década de 1990, a OMS sugere primeiramente um investimento na transformação da opinião pública e depois, então, poderá ocorrer as mudanças políticas e governamentais. Tal lógica parece se intensificar gradualmente na racionalidade neoliberal, especialmente, porque as alterações virão mediante um investimento na educação dos sujeitos e da população.

Sugere-se que, se a realidade da opinião pública sobre a saúde puder ser mudada primeiro, através da educação e do envolvimento da comunidade, então uma mudança pode ser feita nas prioridades políticas e, por sua vez, na ação governamental (WHO, 1990, p. 145 – Livre tradução).

Em 2008, O Guia alimentar vincula a promoção da saúde com a responsabilidade do indivíduo sobre sua própria saúde, mediante capacitação dos indivíduos haveria uma maior participação e controle sobre suas condições de saúde.

“Promoção da saúde é o nome dado ao processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle desse processo. Para atingir um estado completo de bem-estar físico e mental e social, os indivíduos e grupos devem saber identificar aspirações, satisfazer necessidades e modificar favoravelmente

o meio ambiente. A saúde deve ser vista como um recurso para a vida e não como objetivo de viver.” (BRASIL, 2008, p. 21).

O sujeito deve ser autônomo, saber fazer suas escolhas, gerenciar suas necessidades, controlar sua vida de uma forma que esteja circunscrita nas relações de saber-poder como um modo de vida adequado. Na lógica neoliberal, o Estado quer abster-se progressivamente das intervenções que visam o bem-estar social.

Um ponto a destacar é o deslocamento sofrido nas abordagens do Guia Alimentar de 2008 em comparação com a nova edição de 2014. No guia alimentar de 2008 havia uma abordagem multifocal em que o direcionamento das diretrizes acionava quatro focos de intervenção: a população em geral, governo e setores produtivos, profissionais de saúde e a família, conforme exposto abaixo.

A primeira é uma recomendação direcionada para todas as pessoas e é concebida para ser utilizada em diferentes contextos informativos e educacionais (BRASIL, 2008, p. 33-34).

[...] são as sugestões para os governos ou para as indústrias, objetivos para os profissionais de saúde e recomendações para membros da família (BRASIL, 2008, p. 34).

Já em 2014, no *Guia Alimentar* produzido pelo mesmo Ministério, a abordagem é distinta; o foco está claramente direcionado ao indivíduo. O novo guia está dividido em cinco capítulos, como segue: 1) princípios; 2) a escolha dos alimentos; 3) dos alimentos à refeição; 4) o ato de comer e a comensalidade; e 5) a compreensão e a superação de obstáculos. É a este último capítulo que gostaria de me ater neste momento, pois nele são apresentados os obstáculos identificados para seguir uma boa alimentação, a saber: informação, oferta, custo, habilidades culinárias, tempo e publicidade. Ao final de cada obstáculo, há uma sessão de destaque intitulada *O que você pode fazer*. Tal sessão indica sugestões aos indivíduos para que eles mesmos consigam superar os contratempos apresentados, colocando no sujeito a responsabilidade pela superação das dificuldades que, muitas vezes, estão atreladas a problemas que deveriam ser gerenciados pelo Estado.

No novo guia não há mais uma orientação específica para os setores produtivos e o Governo, mas sim uma convocação do indivíduo para lidar com os problemas apresentados. Para reduzir o tempo gasto com a aquisição e a preparação dos alimentos, o documento aponta algumas questões a considerar, como o planejamento, a organização, um maior domínio de técnicas culinárias (BRASIL, 2014). A solução parece estar – sempre – nas mãos do indivíduo; só é necessário ter um autogoverno, uma autodisciplina para que o gerenciamento saia conforme a necessidade.

Um ponto de destaque é no *como* executar as ações dentro de uma realidade desigual, que vem intensificando esses abismos sociais e econômicos. O contexto pandêmico apontou alto índice de desemprego e grande informalidade no trabalho. As orientações fornecidas são desconectadas da realidade política e social do país, todavia parecem estar muito afinadas ao sistema econômico vigente. A responsabilidade sobre a saúde é deslocada do Governo para o indivíduo, independente das condições de possibilidade.

No fragmento abaixo, o guia afirma que ter uma alimentação saudável não é simplesmente resolvida com a capacidade individual de fazer escolhas, mas que existem diversos fatores que podem influenciar o padrão de alimentação da população.

Adotar uma alimentação saudável não é meramente questão de escolha individual. Muitos fatores – de natureza física, econômica, política, cultural ou social – podem influenciar positiva ou negativamente o padrão de alimentação das pessoas. Por exemplo, morar em bairros ou territórios onde há feiras e mercados que comercializam frutas, verduras e legume com boa qualidade torna mais factível a adoção de padrões saudáveis de alimentação. Outros fatores podem dificultar a adoção desses padrões, como o custo mais elevado dos alimentos minimamente processados diante dos ultraprocessados, a necessidade de fazer refeições em locais onde não são oferecidas opções saudáveis de alimentação e a exposição intensa à publicidade de alimentos não saudáveis (BRASIL, 2014, p. 22).

O Guia, apesar do destaque às variáveis que impactam na qualidade alimentar da população, no parágrafo seguinte, aponta seu objetivo

Este guia foi elaborado com o objetivo de facilitar o acesso das pessoas, famílias e comunidades a conhecimentos sobre características e determinantes de uma alimentação adequada e saudável, possibilitando que ampliem a autonomia para fazer melhores escolhas para sua vida, reflitam sobre as situações cotidianas, busquem mudanças em si próprios e no ambiente onde vivem, contribuam para a garantia da segurança alimentar e nutricional para todos e exijam o cumprimento do direito humano à alimentação adequada e saudável (BRASIL, 2014, p. 22).

O documento apresenta a questão da ampliação da autonomia, a capacidade de fazer escolhas adequadas, a mudança em si próprio e na sociedade; características de um sujeito que é – ou será – capaz de autogoverno na medida em que tenha acesso a conhecimentos. Ainda, destaca que a garantia da segurança alimentar e nutricional partirá do indivíduo, bem como a exigência do cumprimento de um direito estabelecido na Constituição Federal brasileira; nesse sentido, não mais um Estado provedor, mas sim um indivíduo educado para ser autônomo e, acima de tudo, capaz de superar não somente suas dificuldades pessoais, mas também os obstáculos sociais existentes.



Contudo, é importante termos em mente que para efetuar uma mudança de comportamento é necessária uma autodisciplina do sujeito é “óbvio que, para alcançar isso, precisamos trabalhar duro para disciplinar a subjetividade” (CHIGNOLA, 2015, p. 24). No vocabulário comum seria o mesmo que dizer é necessário ter “força de vontade”, persistência, autocontrole, disciplina. Logo, podemos afirmar que a governamentalidade neoliberal está mais ligada a uma produção de subjetividade, que inscrita em racionalidade neoliberal está imbricada a um certo tipo de capital, o capital humano; isso é, “o conjunto dos investimentos que foram feitos no nível do próprio homem” (FOUCAULT, 2008a, p. 318).

Gostaria de salientar um fragmento da Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Tal política demonstra a importância de fortalecer ou amplificar a capacidade autônoma de um indivíduo a fim de governar e gerenciar sua própria vida. Numa sociedade que tem por objetivo o governo da conduta humana, não se trata de impor uma lei, mas de “dispor das coisas, isto é, de utilizar táticas, muito mais que leis, ou utilizar ao máximo as leis como táticas; agir de modo que, por um certo número de meios, esta ou aquela finalidade sejam atingidas” (FOUCAULT, 2008b, p. 131).

O fortalecimento ou ampliação dos graus de autonomia para as escolhas e práticas alimentares implica, por um lado, um aumento da capacidade de interpretação e análise do sujeito sobre si e sobre o mundo e, por outro, a capacidade de fazer escolhas, governar e produzir a própria vida. (BRASIL, 2013, p. 23)

No neoliberalismo, a capacidade de se autogovernar é essencial para uma sociedade empreendedora, assim sendo há uma clara preocupação em educar os sujeitos para que eles sejam capazes de selecionar modos de vida adequados e de maneira autônoma; como Chignola (2015, p. 24) destaca, é necessário “para que o mercado continue a ser um lugar de valorização, que cada indivíduo se perceba como um empreendedor”.

Como último exercício de pensamento, queria utilizar o Guia da Atividade Física como base para análise, já que a atividade física foi muito estimulada na pandemia. O Guia, produzido pelo Ministério da Saúde, teve sua publicação em 2021, em meio a esse contexto.

O Guia está dividido em uma apresentação seguido de 8 capítulos. Com exceção do capítulo 1 – que tem uma característica mais geral e introdutória, apresentando noções básicas sobre o tema da atividade física – todos os demais possuem uma estrutura semelhante. A divisão dos capítulos foi estabelecida pelo público-alvo que irá praticar a atividade, conforme segue: para crianças até 5 anos, depois para crianças e jovens dos 6 aos 17 anos; na continuidade, atividade

física para adultos, para idosos, na Educação Física escolar, para mulheres no pós-parto e, por último, para pessoas com deficiência.

No interior dos capítulos, a estrutura, de maneira geral, se mantém<sup>8</sup>. O capítulo inicia com argumentos do porquê você deve ser ativo e apresenta os benefícios para sua saúde. Também é abordado o tempo de duração das atividades, quais tipos de práticas são recomendadas junto com alguns exemplos que podem ser executados pela própria pessoa e/ou pelos responsáveis. O capítulo ainda dispõe sobre orientações para que a prática física ocorra, indicações de como reduzir o comportamento sedentário do público alvo e, por último, as redes de apoio sugeridas.

O documento tem leitura leve e vocabulário de fácil entendimento. Também faz uso de exemplos concretos e próximos da realidade da população em geral, semelhante ao Guia Alimentar (BRASIL, 2014). Além disso, são oferecidas sugestões de como atingir o seu objetivo de assumir uma vida ativa fisicamente, inclusive com indicação de atividades para serem realizadas nos diferentes momentos do dia. Afinal, conforme Castro-Gomez, são as “decisões cotidianas que se convertem em estratégias econômicas orientadas à *otimização de si mesmo como máquina produtora de capital*” (CASTRO-GOMEZ, 2010, p. 208 – grifos do autor – Livre tradução). Posto que a própria OMS afirma que é “importante proteger o investimento de um país em capital humano” (WHO, 1990, p. 104 – Livre tradução).

A prática de atividade física é importante para as nossas vidas. Ela deve ser realizada por todas as pessoas e em todas as idades. Mas o que é atividade física? (BRASIL, 2021, p. 07)

Evite ficar em comportamento sedentário. Sempre que possível, reduza o tempo em que você permanece sentado ou deitado assistindo à televisão ou usando o celular, computador, tablet ou videogame. Por exemplo, a cada uma hora, movimente-se por pelo menos 5 minutos e aproveite para mudar de posição e ficar em pé, ir ao banheiro, beber água e alongar o corpo. São pequenas atitudes que podem ajudar a diminuir o seu comportamento sedentário e melhorar sua qualidade de vida (BRASIL, 2021, p. 09)

A todo momento o Guia convoca o ambiente micropolítico, seja acionando crianças, jovens, adultos, idosos, pessoas com deficiência, mulher em pós-parto, família, profissionais ou a escola, como foi possível perceber. Inscritos dentro de uma lógica neoliberal regida pelos princípios de mercado, o sujeito é constringido a gerenciar sua saúde, mediante as estratégias de governo, para que o estilo de vida ativo se efetive, ainda que o contexto macropolítico não seja favorável para que este comportamento prevaleça. Feitas as observações, sigo para a última seção de trabalho.

---

<sup>8</sup> O capítulo 6, Educação Física Escolar, segue uma estrutura diferenciada visto que dialoga diretamente com a comunidade escolar. Todavia, apresenta uma lógica discursiva próxima dos demais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por fim, retomarei brevemente alguns pontos explorados. O disparador foi a centralidade que o discurso dá para manter-se em movimento assume dentro da saúde pública em meio ao contexto pandêmico. Logo, o objetivo do artigo foi demonstrar, a partir de excertos do âmbito político, as reincidências discursivas, que utilizam estratégias de governo para responsabilizar os indivíduos sobre sua saúde mediante a prática da atividade física e de uma alimentação saudável, reduzindo a ação do Governo na manutenção de um Estado mínimo para a população.

As reverberações discursivas apresentadas neste trabalho mostram a importância da autonomia, da capacidade de fazer escolhas adequadas, influenciar positivamente sobre sua saúde e o meio em que vive, estimulando um comportamento empreendedor capaz de administrar seu próprio capital – humano. Já a responsabilidade do Estado carece de atenção. O foco é individual e micropolítico, alinhado à grade de inteligibilidade da governamentalidade neoliberal.

## REFERÊNCIAS:

- ALPINO, Tais de Moura A. *et al.* COVID-19 e (in)segurança alimentar e nutricional: ações do Governo Federal brasileiro na pandemia frente aos desmontes orçamentários e institucionais. **Cadernos de Saúde Pública** [online]. v. 36, n. 8, 2020, e00161320. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00161320>>. ISSN 1678-4464. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00161320>. Acesso em 14 dez. 2023.
- ANDRADE, Sandra dos Santos. **Uma boa forma de ser feliz**: representações de corpo feminino na revista Boa Forma. 2002. 138 f. Mestrado (Dissertação em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. 2002.
- BAUMAN, Zygmunt; BORDONI, Carlo. **Estado de Crise**. Trad. Renato Aguiar. 1. Ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2016.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**: promovendo a alimentação saudável / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- BRASIL. **Portaria 1.274 de 7 de julho de 2016**. Dispõe sobre as ações de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável nos Ambientes de Trabalho, a serem adotadas como referência nas ações de promoção da saúde e qualidade de vida no trabalho no âmbito do Ministério da Saúde e entidades vinculadas. Ministério da Saúde, Brasil, 2016. Disponível em [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2016/prt1274\\_11\\_07\\_2016.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2016/prt1274_11_07_2016.html). Acesso em 12 de dezembro de 2023.
- BRASIL. **Lei nº 13.467, de 13 de julho de 2017**. Altera a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, e as Leis nºs 6.019, de 3 de janeiro de 1974, 8.036, de 11 de maio de 1990, e 8.212, de 24 de julho de 1991, a fim de adequar a legislação às novas relações de trabalho. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2015-2018/2017/lei/L13467.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/L13467.htm)>. Acesso em 20 jun. 2018.

CARTA DE OTAWA. In: **1ª Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde**. Ottawa, Canadá; 1986 Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta\\_ottawa.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf). Acesso em 10 dez. 2023.

CARVALHO, Fábio F. B. de; FREITAS, Débora D.; AKERMAN, Marco. O “novo normal” na atividade física e saúde: pandemias e uberização?. **Movimento**, [S. l.], v. 27, p. e27022, 2021. DOI: 10.22456/1982-8918.105524. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/105524> . Acesso em: 15 dez. 2023.

CASTRO-GÓMEZ, Santiago. **Historia de la gubernamentalidad**. Razón de Estado, liberalismo y neoliberalismo en Michel Foucault. Bogotá: Siglo Del Hombre Editores; Pontificia Universidad Javeriana – Instituto Pensar; Universidad Santo Tomás de Aquino, 2010.

CHIGNOLA, Sandro. Reinventar a liberdade, reinventar a si próprio. In: IHU On-Line: **Revista do Instituto Humanitas Unisinos**, N. 472, ano XV, p. 20-25, 2015. Disponível em <https://www.ihuonline.unisinos.br/artigo/6114-sandro-chignola-2>. Acesso em 06 de dez. de 2023.

DAMICO, José Geraldo Soares. **Quantas calorias eu preciso [gastar] para emagrecer com saúde?: como mulheres jovens aprendem estratégias para cuidar do corpo**. 2004. 161 f. Mestrado (Dissertação em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. 2004.

ESTADO DE SÃO PAULO. **Decreto nº 57.910 de 27 de março de 2012**. Institui, sob a coordenação do Fundo Social de Solidariedade do Estado de São Paulo – FUSSESP, o Programa “Horta Educativa” e dá providências correlatas. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/topicos/26446312/decreto-n-57910-de-marco-de-2005-de-sao-paulo?ref=serp> . Acesso em: 27 jun. 2017.

FIMYAR, Olena. Governamentalidade como ferramenta conceitual na Pesquisa de Políticas Educacionais. In: **Educação e Realidade**, v. 34, n. 2, mai./ago, 2009.

FOUCAULT, Michel. **Nascimento da biopolítica**: curso dado no Collège de France (1978-1979). São Paulo: Martins Fontes, 2008a.

FOUCAULT, Michel. **Segurança, Território e População**: curso dado no Collège de France (1977-1978). São Paulo: Martins Fontes, 2008b.

FREITAS, Débora Duarte. **A proliferação discursiva de combate à obesidade no neoliberalismo: o governo biopolítico mediante a educacionalização do social**. 2018. 226 f. Tese (Doutorado em Educação). Faculdade de Educação, Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. 2018. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/183136>. Acesso em: 13 dez. 2023.

KNUTH, Alan G.; CARVALHO, Fábio F.B.; FREITAS, Débora D. Discursos de instituições de saúde brasileiras sobre atividade física no início da pandemia de COVID. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [S. l.], v. 25, p. 1-9, 2020. DOI: 10.12820/rbafs.25e0122. Disponível em: <https://rbafs.emnuvens.com.br/RBAFS/article/view/14342> . Acesso em: 18 dez. 2023.

MARÍN-DÍAZ, Dora Lília. A antropotécnica que molda o indivíduo pela educação. In: **IHU On-Line**: Revista do Instituto Humanitas Unisinos, N. 472, ano XV, p. 20-25, 2015. Disponível em <https://www.ihuonline.unisinos.br/artigo/6116-dora-lilia-marin-diaz> . Acesso em: 11 dez. 2023.

OPAS/OMS. Histórico da pandemia de COVID-19. Folha informativa sobre o COVID-19. **Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS)** / Organização Mundial da Saúde (OMS), s/a. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19> . Acesso em 11 de dez. de 2023.

PETERS, Michael. Financeirização, o ácido que corrói a democracia. In: **IHU On-Line**: Revista do Instituto Humanitas Unisinos, N. 472, ano XV, p. 26-32, 2015. Disponível em: <https://www.ihuonline.unisinos.br/artigo/6115-michael-peters> Acesso em 14 dez. 2023.

VEIGA-NETO, Alfredo. Governo ou governo. **Currículo sem Fronteiras**, v. 5, n. 2, jul./dez 2005. p. 79-85. Disponível em: <https://www.curriculosemfronteiras.org/vol5iss2articles/veiga-neto.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2023.

VEIGA-NETO, Alfredo; LOPES, Corcini, Maura. Inclusão e governamentalidade. In: Educ. Soc., Campinas, vol. 28, n. 100 – Especial, p. 947-963, out. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/es/a/CdwxsTyRncJRf8nmrhmYjsg/?format=pdf&lang=pt> . Acesso em: 10 dez. 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases. Report of a WHO study group. **WHO Technical Report Series**, nº 797. Geneva: WHO, 1990.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Regional office for Europe. **Stay physically active during self-quarantine**. 2020. Disponível em: <https://www.euro.who.int/en/healthtopics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/technical-guidance/stay-physically-activeduring-self-quarantine> . Acesso em: 14 abr. 2023.