

MICHEL FOUCAULT E O CUIDADO DE SI: UMA REVISÃO INTEGRATIVA PARA A ÁREA DA SAÚDE

FRANCIELLY ZILLI¹; JÉSSICA SIQUEIRA PERBONI²; STEFANIE GRIEBELER OLIVEIRA³

¹Universidade Federal de Pelotas – franciellyzilli.to@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – jehperboni@yahoo.com.br

³Universidade Federal de Pelotas – stefaniegriebeleroliveira@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A noção de cuidado de si de Michel Foucault é introduzida durante o curso ministrado no Collège de France no ano de 1981-1982 e publicado no Brasil pela primeira vez no ano de 2004 intitulado A Hermenêutica do Sujeito. O “cuidado de si mesmo” é uma das formas encontradas por Foucault para traduzir a noção grega, complexa e rica de *epiméleiaheautoû*, expressada através de atitudes ligadas ao cuidado de si, ao ocupar-se e ao preocupar-se consigo mesmo. Pode ser despertado através de exercícios de meditação, formas de atenção e olhar, conversão do olhar para si, atitudes para consigo, com o outro e com o mundo. Ações que podemos assumir, nos modificar, transformar purificar e transfigurar. Da mesma forma, tais técnicas podem facilitar o cuidado de si, como memorização do passado, escrita de si, exame de consciência e representações simbólicas (FOUCAULT, 2010).

Ao pensarmos as práticas assistenciais em saúde, qualificadas e integrais, podemos direcionar nossas reflexões sobre o quanto o cuidado de si pode ser um potencializador dessas práticas, pois através do cuidado de si pensamos em um sujeito capaz de aprender a viver e assim cuidar da própria alma, tendo a possibilidade e o dever de ocupar-se de si (BUB et al, 2006). Nesse sentido, pesquisas neste foco são pertinentes no campo da saúde. Com isso, objetivou-se identificar as publicações científicas que abordaram o cuidado de si.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, a qual possibilita a síntese de conhecimento de um determinado assunto, incluindo análises de estudos relevantes e direcionamento para estudos futuros (MENDES, SILVEIRA e GALVÃO, 2008). Os artigos foram selecionados na biblioteca eletrônica Scientific Electronic Libray Online (SciELO), PubMed.gov, Web of Science – Coleção Principal (Thomson Reuters Scientific), e SCOPUS (Elsevier). Para realizar a busca, a combinação das palavras foi feita através do operador booleano “AND”, dessa forma, a busca foi realizada da seguinte forma: (Foucault) AND (Care of the self).

A escolha pelas palavras-chaves se deu a partir da questão norteadora da pesquisa: quais são os discursos apresentados acerca do cuidado de si de Foucault no âmbito da saúde? Como segunda etapa da revisão, foram elencados os critérios de inclusão e exclusão, sendo assim, os artigos que contemplassem o cuidado de si a partir da perspectiva de Foucault e estivessem relacionados com a área da saúde foram incluídos. Entretanto, as resenhas de livros, revisão de literatura, carta ao editor, relatórios de comitês ou reflexão foram excluídos da revisão.

Inicialmente, foram selecionados 262 artigos. Destes, 40 foram encontrados na base da PubMed, após a leitura dos títulos restaram 23 artigos para a leitura dos

resumos, após esta fase, 10 artigos foram direcionados para a leitura na íntegra, destes, mantiveram-se 2 os quais contemplavam os critérios de inclusão. Na SciELO foi encontrado 46 artigos, após a leitura inicial dos títulos, mantiveram-se 25 para a leitura dos resumos, nesta fase 20 artigos foram excluídos e por fim, após a leitura completa restaram 2 artigos. Na Web of Science, 46 artigos destacaram-se para leitura dos títulos, destes 15 foram excluídos, restando 31 para a leitura dos resumos, etapa que excluiu 29 artigos, restando para leitura na íntegra somente 2 artigos os quais foram descartados. No SCOPUS, inicialmente foi encontrado 130 artigos, após a leitura dos títulos restaram 82, destes 70 foram excluídos na leitura dos resumos, restando 12 para a leitura completa e após esta etapa, restaram 6 artigos para análise.

Por fim, 10 artigos foram selecionados para análise a qual foi realizada em junho de 2017, sendo feita somente por um revisor e com base na análise de conteúdo de Minayo a qual é sustentada por quatro fases, a “pré-análise, exploração do material, tratamento dos resultados obtidos e interpretação” possibilitando dessa forma, responder questionamentos estabelecidos e confirmar ou não as idéias iniciais (GOMES, 2002, p.75).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os locais de realização descritos nos estudos apontam Reino Unido (n=3), Brasil (n=2), Grécia (n=1), Nova Zelândia (n=1) e Dinamarca (n=1). Quanto ao ano de publicação dos estudos, quatro foram publicados entre 2000 e 2005, e seis foram publicados entre 2006 e 2013.

Em relação à metodologia escolhida para as pesquisas, em sua totalidade encontramos estudos qualitativos, os quais contemplaram estudos de caso, autobiografia-entrevista em profundidade, estudo etnográfico, estudo observacional e trabalho de campo.

Todos os estudos analisados objetivaram olhar para seus objetos de estudo através das lentes de Michel Foucault e o conceito de cuidado de si. De modo geral, contemplando a área da saúde os estudos estavam direcionados a determinadas condições crônicas como asma (n=1), diabetes (n=1), sexualidade e deficiência física (n=1), saúde mental (n=2), também relacionadas a certas práticas como atividade física (n=1), perda de peso (n=1), yoga (n=1), e questões sobre saúde da mulher (n=1) e atenção domiciliar (n=1).

A escuta e técnicas de consciência para reconhecimento de si enquanto processos de resignificação do eu são apontadas como formas para despertar o cuidado de si de cuidadores de uma rede de atenção domiciliar, onde a própria equipe de assistência acolhe o cuidador familiar e dessa forma instiga nele através desses espaços o cuidado de si (FREITAS, MENEGHEL e SELI, 2011).

Os auxiliares de enfermagem de um serviço de saúde mental apresentaram no estudo de Bernardes e Guareschi (2004) as práticas que estavam orientadas à construção ou modificação da maneira pela qual os mesmos se descrevem enquanto papel de trabalhador, apresentando narrativas sobre si e através disso, alcançam um estado de ser. Identificaram o cuidado de si através do cuidado do outro por meio de exercícios, tecnologias e práticas, citam, por exemplo, o reflexo do que são em suas práticas: “a humanização delesserá a nossa humanização”.

Randall e Munro (2010) fazem uma crítica às práticas institucionais que normalizam o eu, apresentadas como maneiras de dominação de si que transformam e moldam a própria vida dos trabalhadores de saúde mental que foram



entrevistados, os quais acreditam promover práticas de cuidado que se distanciam dos modelos psiquiátricos e se aproximam dos conceitos foucaultianos despertando assim o cuidado de si através do olhar atento para as práticas diárias de viver.

O despertar para o cuidado de si é apontado por Sakellariou (2011) no seu estudo sobre sexualidade dos homens com lesão medular de duas formas: através do processo de preocupação e atenção ou como resposta a uma necessidade identificada. O autor percebeu que os entrevistados não demonstravam subordinação em relação ao diagnóstico, mas que o cuidado de si foi despertado através das necessidades atribuídas a ele. Buscaram tecnologias para produzir um eu desejado, e assim as práticas de cuidado de si.

Willems (2000) quando estudou os pacientes com asma identificou neles a idéia da auto-gestão como uma forma onde o paciente se mantém ativo no processo terapêutico, reconhecendo seu corpo, suas alterações e adaptações necessárias para facilitar o tratamento médico oferecido. A idéia da auto-gestão pode ser vista como as tecnologias do si apresentadas por Foucault, as quais permitem que os indivíduos busquem por seus próprios meios ou com a ajuda de outros o cuidado de si, de seu corpo, sua alma, pensamentos e condutas.

Já os pacientes com Diabetes tipo 2 sinalizaram as dificuldades encontradas em relação ao despertar para o cuidado de si. Estes sinalizaram que a falta de clareza dos profissionais em relação ao entendimento real das necessidades dos pacientes, e o fato de que muitos dos pacientes diabéticas não sentem que têm um problema de saúde e assim acreditam não precisar mudar seus hábitos de vida dificulta o reconhecimento e a busca pelo cuidado de si. A falta de sentido no processo do adoecer e a falta de compreensão da real situação em relação à doença também forma apontadas como fatores que dificultam as práticas de cuidado de si (LJUNGDALH, 2013).

O estudo no campo da saúde da mulher e como essa é estimulada a desempenhar o cuidado de si apontam que tais práticas são despertadas através de discursos de riscos e perigos que a mulher pode encontrar se não estiver atenta. Dessa forma, a incitação ao cuidado de si é feita através da consciência do risco de uma potencial doença ou gravidez para as mulheres. Uma vez que essa consciência é construída, os enfermeiros começam a desenvolver o conhecimento corporal da mulher e assim direcionar o olhar para o cuidado de si (HAYTER, 2005).

Lea (2009) apresenta uma das formas mais populares de yoga também chamada de Iyengar yoga como uma maneira de cuidado de si. A prática é explorada como uma possibilidade de experiência de vida subjetiva através de uma conexão profunda direcionando a atenção para o estado de consciência do corpo, das sensações, emoções, sentimentos, memórias e estado de espírito.

O cuidado de si apontado por Markula (2004) através de qualquer forma física pode ser usada como prática libertadora para construção do eu, capaz de expandir as limitações de identidade. A pesquisa mostra que a atenção plena (envolver a mente na prática física) pode aumentar a consciência corporal, e assim proporcionar a concentração na realização correta dos exercícios e melhorando a funcionalidade diária. Longhurst (2011) fala do cuidado de si através de sua experiência com a perda de peso, ressaltando que práticas disciplinares que direcionam ao cuidado de si estão ligadas às tecnologias do eu as quais são capazes de reinventar maneiras de viver e libertar um ser autêntico.

4. CONCLUSÕES

Percebemos que os discursos apresentados nos estudos analisados remetem as formas encontradas para a incitação do cuidado de si em diferentes áreas da saúde, seja no âmbito profissional, o qual se reconhece e qualifica a assistência prestada, seja âmbito do usuário o qual facilita o processo terapêutico através do reconhecimento de si. O número limitado de estudos encontrados torna-se um indicativo da necessidade de ampliar o olhar do cuidado de si nas distintas áreas da saúde.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BERNARDES, A.G; GUARESCHI, N.M.F. Trabalhadores da saúde mental: Cuidados de si e formas de subjetividade. **Psicologia USP**. v.15, n.3, p.81-101, 2004.

BUB, M.B.C; MEDRANO, C; SILVA, C.D; WINK, S. LISS, P.E; SANTOS, E.K.A. A noção de cuidado de si mesmo e o conceito de autocuidado na enfermagem. **Texto Contexto Enferm**. v.15, p.1521-157, 2006.

FOUCAULT, M. **A hermenêutica do sujeito**. 3º ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2010.

FREITAS, I.B; MENEGHEL, S.N; SELLI, L. A construção do cuidado pela equipe de saúde e o cuidador em um programa de atenção domiciliar ao acamado em Porto Alegre (RS, Brasil). **Ciência&SaúdeColetiva**. v.16, n.1, p.301-120, 2011.

HAYTER, M. Productive power and the 'practices of the self' in contraceptive counseling. **NursingInquiry**. v.13, n.1, p.33-43, 2006.

LEA, J. Liberation or Limitation? Understanding Iyengar Yoga as a Practice of the self. **Body & Society**. v.15, n.3, p.71-92, 2009.

LJUNGDALH, A. K. Stultitia and Type 2 Diabetes: the madness of not wanting to care for the self. **Foucault Studies**. v.16, p.154-174, 2013.

LONGHURST, R. Becoming smaller: autobiographical spaces of weight loss. **Antipode**. v.44, n.3, p.871-888, 2012.

MARKULA, P. "Tuning into One's self:" Foucault's technologies of the self and mindful fitness. **Sociology of sport journal**. v.21, p.302-321, 2004.

RANDALL, J; MUNRO, I. Foucault's Care of the self: A casa from mental health work. **Organization Studies**. v.31,n.11, p.1485-1504, 2010.

SAKELLARIOU, D. Sexuality and disability: a discussion cara of the self. **Sex Disabil**. v.30, p.187-197, 2012.

WILLEMS, D. Managing one's body using self-management techniques: practicing autonomy. **Theoretical Medicine andBioethics**. v.21, p.23-38, 2000.