




RASTREIA-TE A TI MESMO: SELF-TRACKING E A GESTÃO DO CORPO SAUDÁVEL EM CONTEXTOS DE RISCO

TRACK YOURSELF: SELF-TRACKING METHODS AND A HEALTHY BODY MANAGEMENT IN RISKY CONTEXTS

RASTRÉATE A TI MISMO: SELF-TRACKING Y GESTIÓN DEL CUERPO SANO EN CONTEXTOS DE RIESGO

Flávia Martins dos Santos¹

Mayllon Lyggon de Sousa Oliveira²

 10.21665/2318-3888.v9n18p224-249

RESUMO

Vivemos em contexto biopolítico em que somos atravessados o tempo todo por riscos eminentes, o que caracteriza uma sociedade do risco. Essa dinâmica inaugura uma experiência de vida pautada na vigilância, não mais do Estado ou das instituições totais, mas de cada pessoa que é empreendedora de si mesma, ou seja, responsável e responsabilizada pelos riscos que está disposta a correr e em que condições. Isso inaugura uma vivência em que novos dispositivos tecnológicos, como os *smartphones* e *smartwatches*, passam a interferir nas formas de viver e experienciar o mundo, sobretudo no que diz respeito à própria saúde, agora pautada também em práticas de *self-tracking* ou automonitoramento. Dito isso, o objetivo desse trabalho é analisar, por meio das análises das práticas discursivas e produção de sentido, os repertórios sobre o corpo saudável nas páginas do aplicativo Saúde e do *Apple Watch* da marca *Apple* e como estes estimulam as pessoas a gerir seus corpos e riscos por meio de uma chave de ação neoliberal em que cada pessoa é responsável rastrear o próprio corpo e então tomar decisões que as deixe ou mantenha saudável. O que se conclui é que novas configurações de saúde ligadas às tecnologias são diretamente pautadas pela lógica dos riscos e do consumo, produzindo assim novas demandas corporais, novas práticas biopolíticas e novos parâmetros para refletir sobre a corporeidade contemporânea.

Palavras-chave: Biopolítica. Sociedade de Risco. *Self-tracking*. *Apple*.

¹Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Mestre em Comunicação pela Universidade Federal de Goiás - UFG. Professora Adjunta do Curso de Relações Públicas da FIC-UFG. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9710-8066>. E-mail: flaviamartins21@ufg.br.

²Doutorando e Mestre em Comunicação pela Universidade Federal de Goiás. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4836-2222>. E-mail: mayllon.lyggon@gmail.com.

ABSTRACT

We live in a biopolitical context in which we are constantly crossed by imminent risks, which characterizes a risk society. This dynamic inaugurates a life experience based on surveillance, no longer of the State or of total institutions, but of each person who is an entrepreneur of himself, that is, responsible and responsible for the risks he is willing to take and under what conditions. This inaugurates an experience in which new technological devices, such as smartphones and smartwatches, start to interfere in the ways of living and experiencing the world, especially with regard to their own health, now also based on self-tracking or self-monitoring practices. That said, the objective of this work is to analyze, through the analysis of discursive practices and production of meaning, the repertoires about the healthy body on the pages of the Saúde application and the Apple Watch of the Apple brand and how they encourage people to manage their bodies and risks through a neoliberal action key in which each person is responsible to track their own body and then make decisions that make or keep them healthy. What can be concluded is that new health configurations linked to technologies are directly guided by the logic of risks and consumption, thus producing new bodily demands, new biopolitical practices and new parameters to reflect on contemporary corporeality.

Keywords: Biopolitics. Risk Society. Self-tracking. Apple.

RESUMEN

Vivimos en un contexto biopolítico en el que nos atraviesan constantemente los riesgos inminentes, que caracteriza a una sociedad del riesgo. Esta dinámica inaugura una experiencia de vida basada en la vigilancia, ya no del Estado o de las instituciones totales, sino de cada persona que es emprendedor de sí mismo, es decir, responsable y responsable de los riesgos que está dispuesto a correr y en qué condiciones. Esto inaugura una experiencia en la que los nuevos dispositivos tecnológicos, como los teléfonos inteligentes y los relojes inteligentes, comienzan a interferir en las formas de vivir y experimentar el mundo, especialmente en lo que respecta a la propia salud, ahora también basados en prácticas de auto seguimiento o automonitorización. Dicho esto, el objetivo de este trabajo es analizar, a través del análisis de prácticas discursivas y producción de sentido, los repertorios sobre el cuerpo sano en las páginas de la aplicación Saúde y el Apple Watch de la marca Apple y cómo incentivan a las personas a Gestionar sus cuerpos y riesgos a través de una clave de acción neoliberal en la que cada persona es responsable de hacer un seguimiento de su propio cuerpo y luego tomar decisiones que lo hagan o lo mantengan sano. Lo que se puede concluir es que las nuevas configuraciones de salud ligadas a las tecnologías se guían directamente por la lógica de los riesgos y el consumo, produciendo así nuevas demandas corporales, nuevas prácticas biopolíticas y nuevos parámetros para reflexionar sobre la corporeidad contemporánea.

Palabras clave: Biopolítica; Sociedad de riesgo; Self-tracking; Apple

Introdução

Nesse trabalho nos propomos analisar os repertórios sobre o corpo saudável a partir da página Saúde do site da marca Apple, bem como tais repertórios funcionam no sentido de estimular pessoas a gerenciarem seus corpos e riscos a partir de uma matriz neoliberal em que cada um é responsável por sua própria saúde. Esse contexto decorre de um contexto histórico determinado pela lógica de uma mentalidade de governo (governamentalidade) biopolítica que se baseia nas noções de caso, risco, perigo e crise. A governamentalidade institui uma dinâmica em que o Estado não interfere mais sobre a vida das pessoas, mas sobre o meio no qual elas vivem e, na ausência do Estado, o mercado acaba por ocupar esse espaço e prometer soluções que, uma vez compradas, possam auxiliar essas pessoas a governarem a si mesmo.

Esse movimento, entre liberdade para consumir e responsabilidade consigo mesmo, é intensificado pela lógica do risco que define a contemporaneidade. Nessa configuração de sociedade, os riscos se espraiam por todas as áreas das nossas vidas e estão sempre na eminência de acontecer e, por isso, demandam uma vigilância constante. Além disso, é uma época marcada por uma nova consciência de saúde, em que os riscos deixam de ser apenas externos (degradação ambiental, doenças infectocontagiosas, acidentes, etc.) e passam a ser internos (câncer, diabetes, osteoporose, etc.) e por isso demandam novas atitudes para evitar comportamentos que ponham em risco a saúde. A saúde, dessa feita, não apenas um estado de bem-estar ou de ausência de doenças, mas um objetivo de vida que deve ser constantemente buscado, sobretudo porque, a vida foi reduzida a um mínimo biológico, um mero conjunto de dados e uma força possível no mercado.

Considerando então que a mentalidade de governo demanda que cada pessoa responda e gerencie a saúde em um contexto de risco, o mercado é que passa a suprir essas demandas e o faz a partir da tecnociência, campo de saber que, a partir dos anos 1960, a ciência e tecnologia transformaram-se de tal maneira que não há como pensar uma sem outra, e na qual elas passam a se consolidarem como detentoras da verdade e das soluções necessárias ao bom funcionamento da sociedade (LISTEIME, 2011). É a partir dessa filiação que cada corpo é um potencial sistema de processamento de dados e informações,

os quais devem ser pensados como meios a partir dos quais torna-se possíveis otimizar o desempenho (SIBILIA, 2015).

Quando vida se torna um dado biológico, um conjunto de taxas normativas determinada pela ciência biopolítica, a tecnologia passa a determinar soluções necessárias para a manutenção homeostática dessa vida e é aí que o *self-tracking* faz sentido. No mercado, essas soluções transformam-se em produtos que possibilitam que cada pessoa que compre o produto, tenha controle sobre suas próprias taxas e possam agir para a manutenção da saúde e prevenção de doenças, sendo que estas doenças, muitas vezes, estão apenas em um horizonte virtual de possibilidades probabilísticas.

O surgimento de novas tecnologias utilizadas em saúde provoca rupturas consideráveis na atuação da biomedicina tanto em termos científicos quanto ideológicos, uma rachadura tão profunda que institui uma medicina sem demanda (CLARKE et al., 2003). De tal forma que esse movimento de esquadrihar a si próprio atua de maneira somática na produção das subjetividades daquelas pessoas que aderem, assim como funciona como “uma estratégia biopolítica utilitarista que coloca um ‘si mesmo liberal’ como um cidadão responsável, com vontade e capacidade de tomar cuidado de si, de sua felicidade, de seus autointeresses” (CASTIEL, MORAES, PAULA, 2016, p. 96).

É a partir desse contexto que buscamos analisar os repertórios a respeito do corpo saudável gerenciado em um contexto de risco e novas tecnologias utilizadas para *self-tracking*. Para tanto utilizamos como metodologia a análise das Práticas Discursivas e Produção de Sentido (SPINK; MEDRADO, 2013) e a perspectiva do construcionismo social. As discussões e análises apontam que as tecnologias ligadas ao *self-tracking* corroboram diretamente para o amplo monitoramento corporal em um contexto de gestão dos riscos, ampliando as discussões sobre biopolítica e as atuais noções de saúde.

1. Do corpo e a governamentalidade

Governamentalidade (*gouvernementalité*) é uma junção das palavras “*gouvernement*” e “*mentalité*”. Nesse contexto, relaciona-se o poder, o Estado, a população e, no limite, a própria vida, que passa a ter o centro das discussões a partir do século XVIII. Para o Foucault (2008) ela vai aparecer a partir de três interpretações principais: primeiro, como um conjunto heterogêneo de táticas, procedimentos, reflexões, análises e instituições que permitem o exercício de poder, cujo alvo é a população e baseia-se no saber da economia política e dispositivos de segurança; segundo, a tendência ocidental desse poder que se pode chamar de governo sobre os outros – soberania, disciplina, biopolítica – que conduziu a um conjunto de aparelhos próprios de governo e um conjunto ordenado de saberes; por fim, o resultado do processo em que o Estado de justiça medieval tornou-se o Estado administrativo e foi paulatinamente governamentalizado (FOUCAULT, 2008).

Em um brevíssimo panorama, o autor vai estabelecer três marcos históricos elementares (Sociedade Soberana, Sociedade Disciplinar, Sociedade de Governo) para explicar a racionalidade a partir da qual se baseia o governo e, em consequência, o Estado (FOUCAULT, 2008, 2010, 2015).

Em primeiro lugar, a sociedade soberana. Ela se baseava em uma forma de poder instituída a partir de um soberano específico, que reina sobre um território e, ao fazê-lo, pode matar os indivíduos. O direito de vida e morte do soberano estabelece-se em uma conjuntura em que ele possa causar a morte ou deixar viver os súditos. É um direito do gládio, em que “poder matar para poder sobreviver, que sustentava a tática dos combates, tornou-se princípio de estratégia entre os Estados” (FOUCAULT, 2015, p. 147-148).

Essa forma de governo (e de poder) vê nascer novas necessidades na aurora da Revolução Industrial. O crescimento das cidades, o aumento e o adensamento populacional e a ausência de guerras passam a requerer não mais uma eliminação das forças (por meio da morte dos indivíduos), mas expressa-se exatamente na intensificação dessas forças, no adestramento e na ordenação desses corpos no tempo e no espaço, é o surgimento da Sociedade Disciplinar. Assim, o corpo deve ser adestrado, otimizado e as suas forças

extorquidas, a partir de uma rigorosa organização com base na sua utilidade, docilização e integração a um sistema econômico. Aqui, o poder se consolida sobretudo nas instituições totais, as quais os maiores exemplos são a escola, a fábrica, a prisão e o quartel (FOUCAULT, 1987).

A ascensão, a partir do século XX, do liberalismo e do neoliberalismo põe em circulação uma nova racionalidade de governo, em que se governa menos para ter mais eficácia. A partir de então, o poder centra-se no corpo-espécie. Se antes havia um estado totalizador (soberano), que passa a se executar por meio de uma anátomo-política que regula os corpos no detalhe (na Sociedade Disciplinar), a Sociedade de Governo se baseia na biopolítica e em um estado mínimo neoliberal. Não se governa mais (apenas) o território, nem tampouco as pessoas. O governo passa a ser executado sobre o meio em que as pessoas vivem. O foco é a população, é sobre ela que recaem as estratégias do estado para a manutenção de um equilíbrio e o funcionamento da sociedade em um padrão ótimo (FOUCAULT, 2008, 2010).

Nesse sentido, essa nova govenamentalidade institui dispositivos de segurança que vão atuar para a normalização da sociedade, dentre eles a medicina social. Nessa dinâmica, a arte de governar não envolve mais uma intervenção direta do estado sobre os corpos dos indivíduos, mas antes demanda a *laissez-faire* de cada um de maneira que possa servir a todos (FOUCAULT, 2008).

Para que isso funcione, essa arte de governar lança mão de quatro noções específicas, a saber: o caso individual, uma forma específica de individualizar os fenômenos coletivos que acontecem no contexto de uma população; o risco, perscrutar e entender em que medida esse caso passa a significar em alguma medida um risco para essa população em um contexto geral; a noção de perigo para a população em decorrência do acúmulo desses casos, bem como uma os grupos mais suscetíveis a esses riscos; por fim a noção de crise, como a disparada circular que só é barrada por meio de uma intervenção superior e artificial (FOUCAULT, 2008). Essas noções são organizadas da estatística como um saber próprio, regular e constante, que intenta saber o que se passa na sociedade.

Com essa tecnologia de poder, dois pontos se cruzam: por um lado, a liberdade é – supostamente – a medida de ação dos indivíduos no contexto da população, bem como funciona para responsabilizá-los pelos seus atos; por outro lado, a crise é o momento de chamamento para a intervenção do Estado, a validação das ações tomadas nesse contexto e, no limite, que a preocupação deste não é a supressão absoluta, por exemplo, dos casos individuais, dos riscos que eles representam, porém muito mais quanto ao perigo que esses casos podem representar em uma crise futura para a população em geral (FOUCAULT, 2008). Em suma, um Estado que em defesa da sociedade pode fazer viver e deixar morrer (FOUCAULT, 2010).

Se nas sociedades soberanas a morte era o meio a partir do qual se exercia e se demonstrava o poder, na sociedade que vivemos ela é substituída pela vida. Contudo, é o corpo social, a própria população, que deve agir para garantir sua própria vida e desenvolvê-la, daí que no ocidente passam a ser comuns a utilização de dispositivos de segurança.

As principais características dos dispositivos de segurança é que eles se apoiam em dados materiais, ou seja, trabalham sobre algo dado, anteriormente estudado e perscrutado e não tenta buscar pontos de perfeição, mas curvas de normalidade, maximizando elementos positivos e minimizando aquilo que é representa um risco. A segurança, própria da nossa sociedade e do nosso tempo, “vai trabalhar com probabilidades” (FOUCAULT, 2008, p. 26).

Assim, a vida passa a ser um conjunto de dados, uma força possível ao mercado, uma combinação de números e métricas de bancos de dados e isso ancorada em uma perspectiva de ciência que se impõem como única direção do verdadeiro conhecimento (LISTEIME, 2011, p. 51, tradução nossa). A tecnociência, via biopoder e governamentalidade, produzem uma “vida humana reduzida ao seu mínimo biológico, à sua nudez última, à vida sem forma, ao mero fato da vida” (PELBART, 2013, p. 26). Para essa vida e para esse sistema, tudo que importa são taxas e funções, monitoramento e prevenção.

Isso significa que cada pessoa é responsável pela sua própria vida e saúde e que somos governados de maneira que o nosso interesse em cuidar da própria saúde vá de encontro com o interesse geral de uma população. Uma vez que o essa sociedade também implica em modos de subjetivação, isto é, formas por meio das quais as pessoas atuam sobre si próprios, em nome da sua “própria vida ou saúde, de sua família ou de alguma outra coletividade, ou inclusive em nome da vida ou saúde da população como um todo” (ROSE, RABINOW, 2006, p. 29).

Assim, cada pessoa é responsável por saber o que acontece sobre sua própria vida, é responsável por gerir os riscos a que se submete. E no limite as ações de cada pessoa refletem na população geral e, portanto, é necessário que os interesses individuais convirjam para os interesses da população, principalmente porque todas essas pessoas estão sujeitas às dinâmicas de uma Sociedade de Risco.

2. Sociedade de riscos compartilhados: sobre saúde e autogestão corporal

As noções de saúde, assim como de corpo e biopolítica, têm sido ressignificadas diante do cenário no qual se desenham as sociedades contemporâneas, de modo especial no fim do século XX e passagem para o século XXI. A expansão da globalização, as novas perspectivas tecnológicas tanto no campo da comunicação quanto no campo biomédico e as alterações no *modus operandi* do capitalismo, tornam possível a percepção de que, na transição do que a teoria foucaultiana chama de sociedade disciplinar para a sociedade de governo, pode-se vislumbrar também a passagem das noções de disciplina para controle e de norma para risco (VAZ, 2006).

Para Ulrich Beck (1997; 2010) a contemporaneidade é definida pela lógica dos riscos. Enquanto que as sociedades disciplinares eram marcadas por uma ação estatal que, diante da escassez, tinha a função de realizar a distribuição das riquezas, na “sociedade do risco” a distribuição ocorre no nível dos próprios riscos, tanto globais quanto

individuais. “Este conceito designa uma fase de desenvolvimento da sociedade moderna na qual os riscos sociais, políticos, econômicos e individuais tendem, cada vez mais, a escapar das instituições de monitoramento e proteção da sociedade industrial” (BECK, 1997, p. 5).

Algo a se considerar é que o risco, em suas variadas manifestações, afeta a todas as pessoas das sociedades pós-tradicionais, em maior ou menor grau. “Os riscos são infinitamente reproduzíveis, dado que se reproduzem a si próprios, conjuntamente com as decisões e os pontos de vista com os quais podemos e devemos avaliar as decisões em uma sociedade pluralista” (BECK, 1997, p. 9). Em sua teoria, Beck defende que está em curso um processo de expansão dos riscos que se tornam cada vez mais presente no cotidiano da população mundial, uma vez que a produção destes se relaciona diretamente com a produção de bens (BECK, 2010). Num contexto de amplo desenvolvimento da ciência e das mais diversas tecnologias, o autor considera que, em certa medida, os riscos de diferentes ordens representam oportunidades de mercado, produzindo um mundo de incertezas que se constroem sob os alicerces dos cálculos e probabilidades. Nesse cenário, todos somos convocados nos autocontrolar e autogerir, a exercer sobre nossos corpos um inspecionamento contínuo e cuidadoso a fim de que possamos evitar ao máximo os riscos e suas consequências, ainda que saibamos que essa é uma tarefa quase impossível.

Isso implica no fato de que as relações de poder que se exercem sobre os corpos encontram-se ainda mais no campo das subjetividades, uma vez que mesmo os riscos coletivos, uma vez partilhados, tornam-se uma responsabilidade dos indivíduos que pode culminar em sucesso ou fracasso, a depender do nível de informação e comprometimento no processo de gestão pessoal. No que tange aos aspectos corporais, a auto-gestão do corpo tendo em vista um ideal de saúde passa a ser um valor altamente desejado em nossa cultura capitalista e somática. O indivíduo pode ser a fonte ou causador dos principais riscos aos quais está sujeito, seja por ação ou omissão, como também assume, ao mesmo tempo, a exigência de se tornar um exímio gestor de si mesmo e de sua corporeidade, avaliando probabilidades, tendências e tomando decisões sobre o futuro de sua materialidade com vistas a minimizar perdas e ampliar os ganhos, especialmente em níveis de prazer, performance e estética.

Essa concepção é bastante propícia à lógica atual do consumo, uma vez que, considerada a passagem do capitalismo de produção para o capitalismo de superprodução, o mais desejável não é necessariamente o corpo dócil enquanto força de trabalho, mas o corpo ágil que circula e movimentava o mercado em vista de suas potencialidades de consumir e ser consumido. Nesse contexto, a busca pelo prazer antes negada passa a ser permitida e até mesmo estimulada (VAZ, 2006), uma vez que ela se torna a principal justificativa para a dedicação no gerenciamento dos riscos, especialmente individuais, e permite uma ampliação do consumo.

O capitalismo neoliberal vincula a lógica gerencial também à economia do corpo. Sob essa lógica, a gestão corporal apregoada implica em assumir a responsabilidade individual de administrar o próprio corpo a partir das noções de crédito e dívida (VAZ, 2007). Isso nos faz acreditar que é estamos em constante dívida com a melhor performance que nossa corporeidade poderia apresentar. Enquanto um comportamento compreendido como saudável pode gerar crédito em nível de gozo no presente e no futuro, por outro lado, um comportamento considerado de risco (à saúde pessoal e coletiva) gera além de uma dívida para com as expectativas sociais sobre nossos corpos, também a consequência física de tal imprudência ou má gestão. E para o exímio gerenciamento corporal se faz necessário não apenas consumir informações validadas ou não cientificamente, mas também produtos e serviços voltados a este fim.

Diante do processo de modernização reflexiva que constitui a sociedade do risco, Beck destaca também a importância do fator de “individualização”, considerando que as mudanças ocorridas na estrutura social em vias de destradicionalização alteram também a concepção das classes, relações e papéis sociais. Dessa forma os sujeitos tornam-se elementos importantes no processo de administração dos riscos, desde a parcela individual dos riscos coletivos e eles atribuídos, até mesmo aos próprios riscos pessoais e corporais, alterando definitivamente as coordenadas do sistema intrassocial forjado na sociedade industrial (BECK, 2010).

Em uma sociedade de risco, é importante nos conhecermos e nos cuidarmos o quanto antes para evitar que qualquer mazela nos acometa, seja a doença ou a morte, mas

também o envelhecimento, o excesso de gordura corporal, a perda de atributos estéticos valorizados socialmente. Realizamos sacrifícios em prol de um futuro relativamente previsível, de acordo com os mutantes conhecimentos científicos, não a partir de uma concepção de que os prazeres do agora são errados ou pecaminosos, mas em prol de experimentar um prazer ainda maior no futuro. “Compromisso entre a lógica instantânea do hedonismo e a continuidade do consumo, pois a única recompensa de uma renúncia ao prazer é a sua renovação” (VAZ, 2006, p. 57).

O cuidado e investimento exigido na gestão corporal passa a ser também um fator importante no julgamento da moralidade. De acordo com Deborah Lupton (2000) a proliferação de práticas discursivas que apresentam o corpo como um signo visível de uma posição moral interior tem sido recorrente desde o final do século XIX. Essa moralidade parece ter ressurgido ao final do século XX apoiada nos conhecimentos científicos sobre os comportamentos de risco e as probabilidades genéticas.

Para autores como Lupton (2000) e Crawford (2006) as últimas décadas do século passado por uma nova consciência de saúde. Diante de um relativo controle das doenças infectocontagiosas que assolaram as gerações passadas, o conhecimento médico-científico passou a observar o crescimento de doenças crônico-degenerativas como o câncer, diabetes, osteoporose, doenças cardiovasculares, mal de Alzheimer etc. Esse período foi marcado por uma frequente divulgação de pesquisas epidemiológicas relacionadas ao uso do álcool e do tabagismo, consequências da poluição do ar e da água, perigos da alimentação gordurosa e do sedentarismo, dentre outras consequências de um amplo processo de industrialização que afetava os corpos e o planeta. A percepção de que os riscos não estavam apenas no ambiente externo e sim dentro de nós e nas nossas escolhas de vida entendidas como “comportamento de risco”, não apenas trouxe novos sentidos à noção de doença, mas posicionou a todos como potencialmente doentes, carentes de vigilância, autocontrole e conhecimento de suas probabilidades.

Nesse contexto em que a saúde se torna um verdadeiro imperativo (CRAWFORD, 2006), a legitimidade conferida ao discurso científico propicia a proliferação de uma série de proibições e de exigências de cuidados corporais que precisam ser assimilados e seguidos

por todas as pessoas, sob o risco de serem julgadas e condenadas em sua moralidade. O julgamento vem de todos os lados: dos especialistas embasados no aporte científico, das outras pessoas e delas mesmas, uma vez que de alguma forma esse discurso tem consigo êxito em tornar o corpo e seus cuidados uma preocupação central na vida em sociedade e da distribuição dos riscos enquanto responsabilidades individuais. Moldam-se estilos de vida, criam-se também novas formas de segregação e “biosociabilidade” (RABINOW, 1991, 2002).

3. Rastreamento a si mesmo

Nessa conjuntura em que a vida é apenas um dado biológico, desprovida de qualquer coisa além da biologia, da ciência como detentora da verdade e da tecnologia como provedoras de soluções que o *self-tracking* faz sentido. E, mais ainda, que as pessoas passam a requerer e a comprar tais tecnologias para que elas – imersas em informações – consigam acompanhar suas próprias taxas, suas próprias “doenças” e assim agir de maneira preventiva.

O surgimento de novas tecnologias utilizadas em saúde provoca rupturas consideráveis na atuação da biomedicina tanto em termos científicos quanto ideológicos, uma rachadura tão profunda que institui uma medicina sem demanda (CLARKE et al., 2003). Isto é, uma medicina que coloca a triagem (*screening*) e o rastreamento de doenças como uma prática de responsabilidade social de cada indivíduo (Ibid, 2003). À essa transformação as autoras chamam de “biomedicalização”, como um termo que indica

[...] os processos cada vez mais complexos, multi-situados e multidirecionais de medicalização que hoje estão sendo estendidos e reconstituídos por meio das formas e práticas sociais emergentes de uma biomedicina altamente e cada vez mais tecnocientífica. Sinalizamos com o “bio” na biomedicalização a transformação do humano e do não-humano possibilitada por inovações tecnocientíficas como biologia molecular, biotecnologias, genomização, medicina de transplante e novas tecnologias médicas. Ou seja, a medicalização está se intensificando, mas

de formas novas e complexas, geralmente emaranhadas tecnocientificamente (CLARKE et al., 2003, p. 162, tradução nossa).

A biomedicalização atuaria, portanto, em duas chaves que nos são importantes. A primeira, diz respeito à uma situação nova em que a experiência a vivência do risco é cotidiana e ela mesma se transforma na doença, assim, as próprias noções de risco à determinadas doenças são expandidas e o tratamento passa a ser despendido de maneira cada vez mais precoce. A segunda chave, localiza-se no contexto de verdadeiro complexo industrial que transforma a saúde em uma *commodity* comercializável que se insere em uma privatização (*corporatization*) tanto dos custos com a saúde e tratamento de doenças como também do financiamento das pesquisas no campo biomédico. No limite essas duas chaves do pensamento das autoras se materializam (e se popularizam) por meio de dispositivos de *self-tracking*.

Self-tracking, segundo Debora Lupton (2014), é uma prática autorreflexiva adotada “pelas pessoas como forma de aprender mais sobre si mesmas, observando e registrando aspectos de suas vidas e, em seguida, usando as informações coletadas para refletir e dar sentido a essas informações” (LUPTON, 2014, np, tradução nossa). Isso quer dizer que a prática envolve duas racionalidades, a primeira em decidir observar certos aspectos da vida e em seguida refletir sobre eles e tomar decisões sobre o seu modo de vida evitando ou fortalecendo certos comportamentos. Logo, a prática se configura como um empreendimento que envolve indivíduos que “observam e registram detalhes de seus corpos e de suas vidas, muitas vezes para alcançar o autoconhecimento, a autorreflexão e o autoaperfeiçoamento” (LUPTON, 2015, p. 564).

A técnica não depende exclusivamente de dispositivos tecnológicos, porém a partir deles tornou-se possível rastrear uma gama muito maior de aspectos (quantidade de horas dormidas, quantidade de passos, perda de calorias nas atividades físicas etc). De maneira que, por meio desses dispositivos, tornou-se possível um “autoconhecimento a partir dos números” de modo que seja possível “descobrir padrões de comportamento que podem ser ajustados para ajudar a melhorar o bem-estar físico ou mental de alguém” (LUPTON, 2014, p. 6).

Isso significa que esse movimento de esquadrihar a si próprio atua de maneira somática na produção das subjetividades daquelas pessoas que aderem, assim como funciona como “uma estratégia biopolítica utilitarista que coloca um ‘si mesmo liberal’ como um cidadão responsável, com vontade e capacidade de tomar cuidado de si, de sua felicidade, de seus autointeresses” (CASTIEL, MORAES, PAULA, 2016, p. 96).

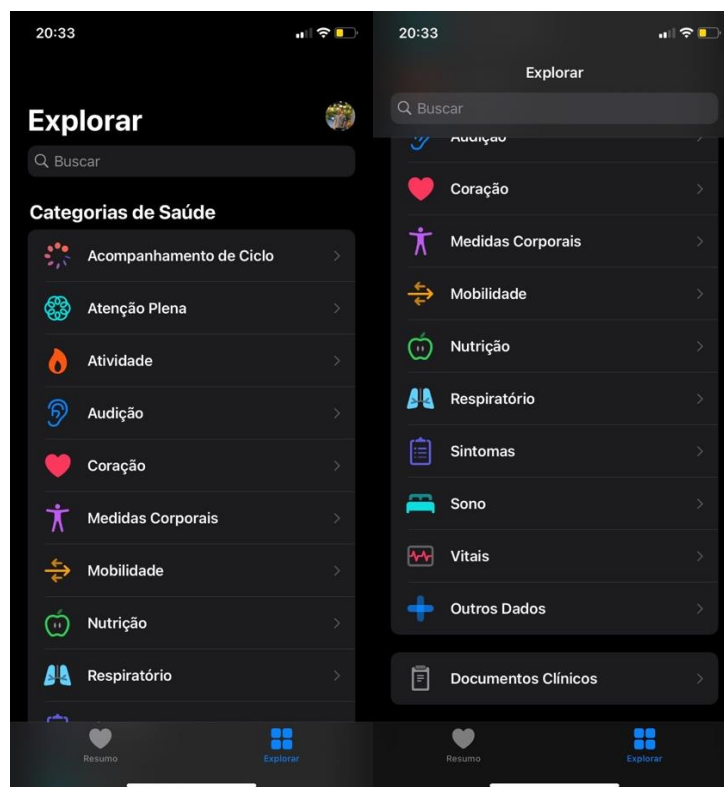
Na perspectiva de Debora Lupton (2014) a decisão de se automonitorar nunca é uma iniciativa privada e autogerada, embora seja feito de maneira voluntária. Ainda segundo a autora, a decisão ocorre através de incentivos externos, decorrentes da lógica de risco em que vivemos; por meio de estímulos de comunicação e marketing dos produtos voltados para essa atividade; por fim, influenciados por plataformas projetadas para compartilhamento desses dados coletados, em que os usuários criam uma verdadeira rede de troca de informação sobre *self-tracking* e também sobre os dados compartilhados. O automonitoramento é, desse modo, produto e produtor de uma biossociabilidade, em que as pessoas envolvidas passam a compor “uma rede de circulação de termos de identidade e lugares de restrição em torno da qual e através da qual surgirá um tipo verdadeiramente novo de autoprodução” (RABINOW, 2002, p. 143).

As práticas de *self-tracking* não são recentes, o que muda atualmente é a quantidade de dispositivos capazes de monitorar vários aspectos da vida das pessoas. Para mencionar alguns exemplos tem-se os relógios inteligentes da Xiaomi, da Apple, da Samsung e, um dos pioneiros, o da fitbit, essa última marca também possui *clip-ons* que são como pequenos dispositivos com imãs que podem ser colados no corpo para medir coisas como número passos e horas dormidas. Além dos relógios, a Xiaomi também comercializa uma balança e tênis inteligente.

Em todos os casos, esses dispositivos funcionam ligados a um smartphone. É nele e a partir dele, que os dados ficam armazenados, podem ser compartilhados e também pode-se recuperar um histórico. A balança Xiaomi, por exemplo, cada vez que a pessoa sobe nela, o peso e os dados de composição corporal (tais como a massa magra, gordura corporal, água corporal total) são enviados automaticamente ao telefone conectado à balança. No Iphone, o aplicativo Saúde, que é onde esses dados ficam armazenados é

nativo do telefone, isto é, já vem instalado de fábrica. Ele funciona como um centro em que os dados sobre a saúde do usuário são concentrados. Ele, por exemplo, interliga vários aplicativos e organiza os dados a partir de categorias de saúde, que vão desde o acompanhamento do ciclo menstrual à atenção plena. A partir do Apple Watch, o relógio inteligente da marca, ele também rastreia horas dormidas, frequência cardíaca e atividade física.

Figura 1: Captura de tela do Aplicativo Saúde da Apple



Fonte: Apple, 2021.

Além de organizar os dados, o próprio aplicativo também auxilia os usuários a entendê-los. Ao selecionar cada uma dessas categorias, além de ver os seus próprios dados, os usuários também são encaminhados para conteúdos informativos sobre determinados aspectos desses dados e o que pode ser feito a respeito. Dessa feita, o que transparece é uma promoção de saúde a partir de uma iniciativa individual que enfatiza “a responsabilidade individual e a autodisciplina no ambiente político neoliberal” (CASTIEL, MORAES, PAULA, 2016, p. 102), como se apenas os números ali disponíveis fossem suficientes para determinar o estado de saúde e a existência da pessoa que usa o

aplicativo/dispositivo. E, mais ainda, que cada pessoa deve agir em função da sua própria saúde, onde “os mínimos riscos de adoecer devem ser eliminados em nome do bem-estar e, portanto, a saúde deve ser uma busca constante ainda que não se tenha adoecido” (ZOZARNELLI; CRUZ, 2018, p. 727).

Figura 2: Conteúdo informativo aplicativo Saúde



Fonte: Apple, 2021.

4. Procedimentos metodológicos

A discussão teórica até então apresentada se integra à uma pesquisa qualitativa de base socioconstrucionista. Enquanto marco epistemológico, o construcionismo social não se apresenta como uma teoria voltada a postular verdades. A postura crítica a esse tipo de construção teórica seria justamente uma das principais características do construcionismo. Com base em Íñiguez (2003), Mello (et al, 2007) identifica algumas posturas coerentes com a perspectiva construcionista: antiessencialista (natureza não determinada das pessoas e do mundo); antirrealismo (não existe uma realidade independente do conhecimento que se produz sobre ela); relativismo (versões sobre o mundo e os fatos construídas coletivamente); questionamento de verdades (as “verdades” sobre o mundo “são versões, sempre específicas, negociadas, construídas, adequadas às finalidades designadas coletivamente como relevantes” (MELLO et al, 2007, p. 28); o caráter histórico do conhecimento (desnaturalização e desobjetivação dos saberes, considerando que são configurados na história de sua produção); e o papel

central da linguagem como construtora de realidades (enunciados que se constituem com “atos de linguagem”).

Partindo desse referencial e com base nele, a análise foi realizada utilizando-se a metodologia das Práticas Discursivas e Produção de Sentidos (SPINK; MEDRADO, 2013). O foco de estudo são os repertórios produzidos a respeito do corpo saudável gerenciado em um contexto de risco e novas tecnologias. Para Spink e Medrado (2013, p.40) podemos definir “práticas discursivas como linguagem em ação, ou seja, as maneiras a partir das quais as pessoas produzem sentidos e se posicionam em relações sociais cotidianas”. Mesmo lidando com discursos *on-line*, a pesquisa permitirá conhecer os sentidos produzidos no cotidiano por meio das práticas discursivas midiáticas, uma vez que esta também é produzida por pessoas e para pessoas, e ela própria é um agente social. De forma prática, esta metodologia se aplica pela análise da dinâmica das práticas discursivas (identificação de enunciados e seus usos), da forma com a qual elas se apresentam (por meio do conceito de gêneros discursivos) e dos conteúdos que as compõem (que são os repertórios interpretativos e os sentidos a eles atrelados) (SPINK; MEDRADO, 2013).

O objeto empírico da análise serão os sites de divulgação do aplicativo saúde da Apple³ e parte do site de divulgação do Apple Watch⁴, descrito como: “Por que o Apple Watch é o aparelho ideal para uma vida saudável”. Como mencionado o aplicativo é nativo do Iphone e do Apple Watch e nele são centralizados uma série de dados sobre o corpo da pessoa que os utiliza, assim como funciona também como um espaço em que essa pessoa recebe informações de como interpretar esses dados e instruções do que deve fazer para evitar situações de riscos à sua saúde.

³ Disponível em: <<https://www.apple.com/br/ios/health/>>. Acesso em: 12 nov. 2021.

⁴ Disponível em: <<https://www.apple.com/br/watch/why-apple-watch/>>. Acesso em: 12 nov. 2021.

5. O *self-tracking* nos aplicativos e produtos da Apple

Em qualquer análise de base socioconstrucionista o contexto no qual o fenômeno estudado se insere é de extrema importância. De certo modo, as discussões teóricas até então abordadas servem para delinear esse pano fundo no qual o *self-tracking* se constrói: a governamentalidade, a auto-gestão corporal, o imperativo de saúde, as sociedades do risco e de consumo, a tecnociência. Tais discussões permitem traçar certa linha histórica a respeito da forma como o corpo e a saúde têm sido pensadas nas últimas décadas. Sob esse contexto apresentado é que o Apple Watch e o App Saúde foram escolhidos e analisados enquanto objeto empírico.

Começando pelo aspecto da forma, é possível afirmar que as práticas discursivas presentes no site utilizam o gênero discursivo publicitário, uma vez que se empenham em convencer o leitor/consumidor dos benefícios do produto/serviço oferecido a fim de culminar no ato de compra. De acordo com Bakhtin (2003) este é um gênero secundário, uma vez que surge imerso em um contexto cultural e social específico, pode mesclar outros gêneros e estilos, além de abarcar algumas técnicas específicas relacionadas ao objetivo de persuasão.

Aliado ao gênero discursivo, outro fator que colabora com a análise é contexto imagético apresentado nas páginas de divulgação no site da Apple. Priorizando um design limpo e claro, a página relativa ao App Saúde apresenta as funcionalidades do aplicativo em módulos, exibindo como exemplos imagens da tela do aplicativo no smartphone e algumas do Apple Watch para demonstrar a conexão entre ambos. Dessa forma, prioriza-se o próprio conteúdo textual e as imagens servem como prova do serviço prestado. A página sobre “Por que o Apple Watch é o aparelho ideal para uma vida saudável”, segue a mesma tendência, além de evidenciar os tipos de aparelhos e inúmeras possibilidades de pulseiras que podem ser trocadas de acordo com a ocasião de uso. De modo geral, o site funciona como vitrine e material informativo para o aparelho e aplicativo, usando como principal argumento a manutenção de uma vida saudável por meio da auto-gestão corporal, conforme aponta a figura 3.

Figura 3 – Apresentação do Apple Watch

Fonte: <<https://www.apple.com/br/watch/why-apple-watch/>>. Acesso em: 12 nov. 2021.

Em um segundo momento é possível analisar a dinâmica e conteúdo das práticas discursivas por meio dos enunciados, repertórios e posicionamentos presentes no conteúdo apresentado. Os enunciados apresentados refletem a construção argumentativa própria do gênero publicitário e estabelecem várias conexões com o contexto já apresentado por meio dos repertórios escolhidos para essa construção.

A página voltada para a divulgação do App Saúde se dedica principalmente a apresentar as funcionalidades do aplicativo, como: registro de atividades, tempo de sono, frequência cardíaca e respiratória, ciclo menstrual e uma série de detalhes e possibilidades que derivam destas principais a depender do modelo do aparelho e associação com outros aplicativos. A argumentação se constrói a partir de dois pilares: o fornecimento de dados biológicos para o melhor controle dos riscos à saúde e a ênfase na segurança dos dados gerados e compartilhados (caso o usuário deseje o compartilhamento).

O primeiro foco da argumentação é evidenciado no enunciado: “Quanto mais conhecimento você tiver sobre sua saúde, melhores decisões poderá tomar. O app Saúde traduz os dados de um jeito que você entende”. O ponto-chave é a informação sobre indicadores sobre saúde pessoal, que antes poderiam passar despercebidos na vida das

peessoas, mas que a partir do uso do App Saúde no iPhone e do Apple Watch, alguns desses indicadores tornam-se não apenas familiares por um processo de educação para o “autocuidado” que fornece uma ampla gama de informações sobre o que são e o porquê são importantes, como promete fazer isso de forma simples de modo que o usuário compreenda e aplique em seu cotidiano, para que assim “faça o melhor” por ele mesmo tomando as “melhores decisões”. Dado o cenário de auto monitoramento corporal preconizado pela sociedade do risco (BECK, 2010) e pelo *self-tracking* (LUPTON, 2014, 2015) as pessoas são levadas à assumirem os códigos da linguagem científica e quanto mais se tornam peritas nessa linguagem e nos cuidados corporais por ela propagados, melhor elas poderão se autovigiar e autocontrolar, reforçando a credibilidade e o caráter dogmático dos modelos científicos em jogo. Dessa forma, apontam que os riscos não podem ser negligenciados, já que o conhecimento gera também responsabilidade.

Os repertórios presentes no texto divulgação não utilizam frequentemente termos relacionados ao vocábulo de risco, com exceção da divulgação da função de avaliação da mobilidade, que pretende apontar risco de queda do usuário. Porém os enunciados apontam que os usuários são frequentemente posicionados enquanto gestores de si mesmo, de suas funções biológicas e fisiológicas, enfim, de sua saúde. Isso reforça a reflexão de Beck (2010) sobre os riscos representarem oportunidades de mercado, gerando produtos e serviços como os analisados que atuam diretamente na produção de probabilidades antes desconhecidas e incertezas passíveis de cálculo. Eles atuam não apenas nos auxiliando a conhecer nossa materialidade e nossos índices de saúde, mas principalmente nos fornecendo dados que alimentam um processo cíclico e infundável de autocontrole a fim de minimizar riscos. Esse processo é cotidianamente nutrido pelos próprios usuários, seja fornecendo diretamente informações sobre seus hábitos, seja permitindo que a tecnologia gere dados sobre seus aspectos biológicos. De acordo com Lupton (2015) a finalidade é o autoconhecimento e autoaperfeiçoamento.

Ainda nessa perspectiva é nítida a presença entre as práticas discursivas estudadas de repertórios e enunciados que apontam a lógica gerencial e mercadológica com a qual os corpos têm sido cuidados na contemporaneidade. “Análises avançadas de tendências”, “métricas de saúde”, “gerenciamento” e “meta de sono” são alguns dos exemplos possíveis

de serem citados que demonstram como a linguagem própria do mercado posiciona os usuários como gestores que precisam conhecer seu capital corporal, seus riscos, ameaças e oportunidades, para fazer os melhores investimentos em termos de performance e autocontrole, alcançando assim um futuro possivelmente calculado (VAZ, 2007). O corpo é investigado e programado em suas minúcias, o aplicativo fornece dados e análises quantitativas sobre atividades biológicas rotineiras, até mesmo para o respirar ou para o sono é necessário ter metas preestabelecidas visando um melhor rendimento e performance corporal.

O segundo pilar identificado refere-se a uma outra faceta do contexto de risco que está na instabilidade das novas tecnologias e dos dados sensíveis com os quais elas lidam. É interessante notar como há um amplo esforço argumentativo em apresentar o aplicativo como seguro em termos de segurança dos dados biomédicos coletados e armazenados. “Suas informações nunca saem do aparelho, são criptografadas e você fica no controle o tempo todo”, afirma o texto do site. A segurança e privacidade são apontadas não apenas como diferenciais do serviço, mas como uma característica quase no mesmo patamar de importância que a própria produção dos dados biológicos pessoais. Isso faz sentido em um cenário de riscos múltiplos com os quais os sujeitos contemporâneos tem que lidar, especialmente porque os avanços tecnológicos podem tanto auxiliar na prevenção de riscos, quanto gerar novos ainda pouco calculados (BECK, 2007), como é o caso dos possíveis vazamentos de dados que, agora, pairam como um risco potencial, cuja mitigação tornou-se um diferencial competitivo e ativo de marca.

A segurança fornecida pelo aplicativo e pelo aparelho são evidenciadas principalmente ao serem apontadas as possibilidades de compartilhamento das informações com outros usuários. O compartilhamento é incentivado principalmente por ampliar a rede cuidados corporais para além da própria pessoa, como demonstra enunciados como “Compartilhar faz bem” ou “Fique bem informado sobre a saúde das pessoas que você ama”. Apesar de nesse texto em específico a “biossociabilidade” (RABINOW, 2002) estar mais restrita à familiares e pessoas próximas que carecem de cuidados especiais, é sabido que há possibilidade de compartilhamento para além desse círculo, como foi identificado na análise da segunda página.

Na página relativa à apresentação do Apple Watch no site da Apple foi escolhido como foco de análise o link específico que relacionava o produto à uma vida saudável. Nesta o enfoque apresentado foi um pouco diferente da página do App Saúde, utilizando-se de mais argumentos persuasivos e de associação direta ao contexto do imperativo de saúde (CRAWFORD, 2006). Ele evidencia o aspecto das vantagens em adquirir a tecnologia e como ela promete ser mais que um item de consumo, mas um “parceiro” ou “companheiro” na manutenção de uma vida saudável, como apontam os repertórios utilizados.

Um enunciado importante aponta que o Apple Watch “está sempre cuidando de você”, seja te dando detalhes ao usuário sobre sua performance no treino, notificando se “algo estiver fora do normal”, ajudando a “estabelecer horários e uma rotina” para alcançar a meta de sono, detectando “queda grave” e ligando para o serviço de emergência, auxiliando a “trabalhar a mente”, medindo o “nível de oxigênio no sangue” ou até mesmo realizando um “um eletrocardiograma de derivação única”. São tantas funcionalidades que a argumentação se apoia de fato nessa ideia de que o produto vai muito além de um relógio inteligente, mas é um item essencial para o melhor gerenciamento da saúde e dos riscos a ela atrelados, um amigo da vida saudável.

O gênero discursivo publicitário é ainda mais evidenciado na formação da argumentação que procura mostrar diferenciais do produto não apenas relacionados à saúde, como também relacionadas às outras funcionalidades como mensagens, ligações, música, orientador de trajetos, tradutor, etc. Além disso é mostrado um comparativo entre modelos diferentes do Apple Watch e uma ampla variação de pulseiras disponíveis para aquisição que se adequam a diferentes contextos.

Aqui a segurança dos dados não é abordada, mas o usuário é posicionado como aquele que, ao possuir o produto, possui também o controle sobre vários aspectos da sua vida, cabendo a ele, diante de tantas possibilidades e acessos a informações privilegiadas, tomar as melhores decisões e bem gerenciar os riscos.

Quando, na página, a marca indica que o “a Apple Watch faz coisas que outros aparelhos não conseguem porque ele fica no seu pulso” ela dá indícios de que o dispositivo se transforma em uma extensão do usuário. É a ligação entre o usuário e o relógio, via pulso, que o colocam como o companheiro ideal para a vida saudável, uma vez que é a partir desse espaço no corpo é possível captar as informações do usuário. É a partir da “proximidade” relógio-usuário torna possível o relógio atuar ativamente para captar os dados biológicos e, assim, possibilitar que cada pessoa se monitore.

O que os enunciados também fazem parecer é que sem o relógio cada pessoa é incompleta. Desconhecer os próprios dados, as próprias taxas é navegar no escuro dos riscos aos quais todo mundo está sujeito. E é apenas a partir e por meio do relógio que é possível, enfim, rastrear a si próprio e então caminhar para uma vida verdadeiramente saudável, uma vez que em um universo de risco eminentes é apenas sabendo de “tudo sobre o seu bem-estar” – através do consumo de produto da tecnociência – que as pessoas podem ser completas.

Considerações finais

As análises demonstraram que a junção entre as novas tecnologias de monitoramento corporal e a lógica de gestão dos riscos encontraram no *self-tracking* o casamento perfeito. O mercado, ao oferecer ferramentas que são verdadeiras parceiras nos cuidados e autocontrole corporais, também alimenta as inseguranças diante do conhecimento das probabilidades na materialidade biológica, gerando assim um movimento cíclico na qual todas pessoas da nossa era pós-moderna estão mais ou menos sujeitas.

Quanto maior o nível de informação sobre os índices corporais de saúde, maior é a responsabilidade de cada indivíduo em gerir adequadamente seu capital corporal diante de um mundo de riscos pessoais e coletivos. Sucesso e fracasso nesse negócio são considerados como frutos de um investimento acertado ou uma omissão negligente, uma vez que as tecnologias disponíveis (não sem custos) fazem o trabalho minucioso de

esquadrinhar os corpos, gerar dados e traduzir para o mais leigo dos usuários. O importante é estar sempre vigilante, pois novos riscos surgem a qualquer momento e para cada um deles novos produtos e funcionalidades tecnológicas são oferecidas pelo mercado.

É interessante notar a contradição presente nesse tipo comportamento uma vez que a excessiva preocupação com os índices momentâneos de saúde podem ser fonte de novas doenças, em especial, ligadas aos aspectos psicológicos. Outra contradição interessante endossada pelo próprio mercado está no incentivo a rastrear a saúde do corpo em todos os momentos do dia, até mesmo durante o sono, a fim de identificar e prevenir precocemente problemas de saúde, além de permitir o traçar de metas específicas que atendam à ideais de uma vida saudável. Se os produtos e serviços como oferecidos e divulgados pela Apple oferecem uma série de possibilidades de conhecer os riscos, entendê-los e saber como agir sobre eles, sendo essa uma das principais linhas argumentativas para a venda, é minimamente estranho quando em notas de rodapé relativas ao texto de divulgação do site a empresa afirma que os atrativos recursos não devem se destinar para diagnosticar ou autodiagnosticar problemas de saúde.

De toda forma, o que fica evidente nas análises e na reflexão teórica em geral é que o exercício do *self-tracking* é cada vez mais popularizado pelas tecnologias disponíveis no mercado, produzindo ressignificações no campo da biopolítica e permitindo autogerenciamentos corporais cada vez mais complexos e minuciosos. A linguagem biomédica passa a ser utilizada por não especialistas da área, fazendo com que cada um de nós se torne expert em nós mesmos, nossos índices e nossos riscos, aumentando nossa responsabilidade enquanto gestores corporais. Surgem novas práticas corporais e discursivas, novos repertórios - antes restritos ao campo médico e científico - são colocados em circulação, novas necessidades capitalistas são criadas, os parâmetros de saúde são resignificados e os corpos continuam cada vez mais sujeitos a novos controles e biopolíticas. Os parâmetros atuais de vigilância e julgamento dos corpos talvez sejam apenas novas roupagem de antigas práticas de biopoder. É preciso investigar com maior cautela os efeitos das tecnologias em saúde oferecidas pelo mercado e voltadas ao automonitoramento.

Referências

BECK, Ulrich. **Sociedade de risco**: rumo a uma outra modernidade. São Paulo: Ed. 34, 2010.

_____. A reinvenção da política: rumo a uma teoria da modernização reflexiva. In: BECK, Ulrich; GIDDENS, Anthony; LASH, Scott. **Modernização reflexiva**: política, tradição e estética na ordem social moderna. São Paulo: Ed. UNESP, 1997.

CASTIEL, Luis David; MORAES, Danielle Ribeiro de; PAULA, Igor Juliano de. Terapeutização e os dilemas preemptivistas na esfera da saúde pública individualizada. *Saúde Soc.* São Paulo, v. 25, n. 1, 2016, p. 96-107. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/xWgXgYhLXh8r6XVNVkwMw7g/>. DOI: <https://www.doi.org/10.1590/S0104-12902016142788>. Acesso em: 20 de novembro de 2021.

CLARKE, A. E. et al. Biomedicalization: Technoscientific Transformations of Health, Illness, and U.S. Biomedicine. **American Sociological Review**, v. 68, n. 2, 2003, p. 161–194. Disponível em: www.jstor.org/stable/1519765. Acesso: 8 ago. 2021.

CRAWFORD, Robert. Health as a meaningful social practice. **Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness and Medicine**. London, v. 10, n. 4, p. 401–420, 2006.

FOUCAULT, M. **Vigiar e punir**: nascimento das prisões. Petrópolis: Vozes, 1987. Disponível em: https://www.ufsj.edu.br/portal2-repositorio/File/centrocultural/foucault_vigiar_punir.pdf. Acesso em: 10 abr. 2021.

_____. **A história da sexualidade 1**: A vontade de saber. São Paulo: Paz e Terra, 2015.

_____. **Em defesa da sociedade**. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2010.

LUPTON, Deborah. Lively Data, Social Fitness and Biovalue: The Intersections of Health Self-Tracking and Social Media. **SSRN**, Setembro 2015, p. 1-20. Disponível em: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2666324. Acesso em: 12 de novembro de 2021.

_____. Corpos, prazeres e práticas do eu. **Educação e realidade**, Porto Alegre, v. 25, n. 2, jul./dez. 2000, p. 15-48.

_____. Self-Tracking Modes: Reflexive Self-Monitoring and Data Practices. **SSRN**, August 19, 2014, p. 1-19. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2483549>. Acesso em 10 de novembro de 2021.

RABINOW, PAUL. *Antropologia da Razão*. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 2002.

_____; ROSE, Nicolas. O conceito de biopoder hoje. **Política e trabalho: revista de ciências sociais**. N. 24, abril de 2006, p. 27-57. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/politicaetrabalho/article/view/6600/4156>. Acesso em 10 de outubro de 2021.

_____. Artificialidade e ilustração: da sociobiologia à bio-sociabilidade. **Novos estudos**, São Paulo, v. 3, n. 31, out. 1991, p. 79-93.

VAZ, Paulo. Consumo e risco: mídia e experiência do corpo na atualidade. **Comunicação, mídia e consumo**. São Paulo, v. 3, n. 6, p. 81-104, mar. 2006.

VAZ, Paulo. O sentido das notícias sobre saúde na cultura contemporânea. **ECO-PÓS**, v.10, n.1, jan. 2007, p.107-119.

ZORZANELLI, R. T.; CRUZ, M. G. A. O conceito de medicalização em Michel Foucault na década de 1970. **Interface**, v. 22, n. 66, p. 721-31, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/nmQnN5Q5RppPWrDj5vHjwCf/?lang=pt>. Acesso em: 26 jun. 2021.

Recebido: 15.10.2021
Aprovado: 31.12.2021