

A medicalização para o corpo ansioso no *Instagram*

RESUMO

Em decorrência da inserção da escrita terapêutica no *Instagram*, visualiza-se a transformação desta rede social em um dispositivo medicalizador para o corpo ansioso. Partindo disto, este estudo objetivou investigar as práticas que envolvem o cuidado de si e os modos de subjetivação suscitados por este dispositivo. Adotando um viés exploratório-descritivo, de cunho qualitativo, as análises do *corpus* (composto por dois *posts* do perfil @akapoeta, no *Instagram*) se efetivaram a partir das concepções teóricas de Foucault (2008), Deleuze (1996), Gregolin (2007). Compreendeu-se, portanto, que estas redes podem oferecer um ambiente acessível e instantâneo que, unidas à escrita terapêutica, possibilita, eventualmente, a medicalização dos corpos que sofrem com o transtorno de ansiedade. Conseqüentemente, os sujeitos marcam nas materialidades poéticas a identidade de um corpo em luta íntima e em busca de cura. Isso posto, este estudo visa a contribuir para a construção de um arcabouço teórico envolvendo os discursos e o corpo ansioso.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade. *Instagram*. Escrita terapêutica. Medicalização.

Thâmara Soares de Moura

thamara.soares068@gmail.com

Programa de Pós-Graduação em Letras

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte

Francisco Vieira da Silva

francisco.vieiras@ufersa.edu.br

Programa de Pós-Graduação em Letras

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte

Universidade Federal Rural do Semi-Árido

Luciana Fernandes Ney

lucianafernandesney@yahoo.com

Programa de Pós-Graduação em Linguística

Universidade Federal da Paraíba

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte

INTRODUÇÃO

As relações discursivas do século XXI estão marcadas por dinâmicas da ansiedade (COURTINE, 2016). Isso porque o transtorno de ansiedade é, atualmente, o campeão no *ranking* mundial das psicopatologias que mais incapacitam os sujeitos no mercado de trabalho, com cerca de 33% da população afetada (BORGES; JULIÁN, 2017). Desta estimativa, 9,3% são compostos por brasileiros, sendo considerada a maior taxa mundial de casos confirmados, de acordo com a World Health Organization (WHO, 2017). Como consequência desse cenário, torna-se possível identificar os traços desta “Era Ansiosa” engendrando os discursos contemporâneos (COURTINE, 2016).

Partindo disto e, considerando que as redes sociais digitais (*Instagram, Facebook, Twitter, Whatsapp*) monopolizam as materialidades discursivas atuais e corroboram para a constituição do sujeito contemporâneo, é possível identificar, cada vez mais, enunciados que discursivizam o transtorno de ansiedade nestes espaços. No *Instagram*, particularmente, observa-se a emergência de perfis cujas postagens apresentam-se delineadas por discursos que envolvem a ansiedade, imprimindo na materialidade verbo-visual os sintomas do próprio transtorno¹ com intensidades variáveis, bem como convidando os sujeitos ao cuidado de si por meio da escrita terapêutica. Este instrumento terapêutico [escrita terapêutica], ao possibilitar a externalização e/ou assimilação objetiva dos pensamentos, viabiliza a racionalização, o extravasamento e, conseqüentemente, o controle das crises.

Logo, é notória a transformação das funções primárias da rede social *Instagram*. Contempla-se, portanto, a mutação da sua configuração/atuação inicial (enquanto um simples ambiente virtual de entretenimento e comunicação), para um agente constituído, constantemente, de contornos biopolíticos e medicalizadores. Assim, considerando que, para Foucault, cada época tem o seu discurso (MILANEZ, 2015) e que não há discurso sem *pathos* – retomando Aristóteles – (COURTINE, 2016, p. 19), o referido estudo objetivou investigar a atuação do *Instagram* enquanto um dispositivo medicalizador para o corpo ansioso nas redes sociais, uma vez que este se configura como um fenômeno que se prolifera e se intensifica cada vez mais nos ambientes virtuais, de modo a produzir subjetividades, isto é, constituir identidades.

METODOLOGIA

Mediante o caráter deste trabalho, adotou-se como metodologia a pesquisa exploratória-descritiva de *corpus*, de cunho qualitativo, considerando a urgência em caracterizar e descrever a atuação prática dos dispositivos sobre os sujeitos ansiosos nos ambientes virtuais. Partindo de tais proposições, foram selecionados dois *posts* (que versam entre materialidades imagético-verbais e legendas) extraídos do perfil @akapoeta, no *Instagram*, tendo a escolha desta página justificada pela abordagem poética do próprio transtorno de ansiedade como temática central, imbricados de contornos biopolíticos em suas materialidades discursivas. Portanto, aderiu-se, impreterivelmente, como critério de coleta a abordagem majoritária do referido transtorno nas postagens das páginas supracitadas, considerando os diferentes ângulos de observação,

intensidade e materialidades verbo-imagéticas. Para tanto, buscou-se analisar a emergência dos discursos sobre a ansiedade em páginas de perfis no *Instagram*, observar as práticas que envolvem o cuidado de si e a medicalização por meio da escrita terapêutica e compreender os modos de subjetivação emergentes do processo de atuação do *Instagram* para o sujeito ansioso.

DISCURSO, CORPO E MÍDIAS DIGITAIS: UM OLHAR SOBRE AS REDES SOCIAIS

Vivencia-se, no século XXI, a era das tecnologias, da produção industrial em larga escala, da globalização, da comunicação instantânea e da multiplicidade das informações (COURTINE, 2016, p. 16-19). Desta forma, os dispositivos² midiáticos digitais possuem um importante papel na sociedade atual no que concerne a produção e a circulação dos diferentes discursos, bem como nos modos de subjetivação dos sujeitos, ou seja, constituem identidades.

Para Charaudeau (2013, p. 15), as mídias são uma espécie de “suporte organizacional” da modernidade que engloba as noções de informação e comunicação, de modo a apresentar-se sob diversos prismas de compreensão, sejam eles econômicos, tecnológicos, simbólicos e entre tantos outros. Por oferecer, portanto, um intermédio entre o sujeito e a sua própria realidade de modo instantâneo, as mídias acabam por refletir as relações discursivas provenientes do âmbito social (CHARAUDEAU, 2013), permitindo que estes discursos transitem e exerçam relações de poder, regulamentem saberes e, assim, modulem subjetividades a partir da sua plataforma (GREGOLIN, 2007).

Partindo desta proposição e, adentrando mais especificamente no ambiente das redes sociais virtuais, pode-se identificar diversas formas de subjetivação dos sujeitos, como, por exemplo, a partir das dicas de moda e *fitness* das famosas *digital influencer's*, revelando e/ou promovendo a singularização dos corpos, isto é, modular a constituição das identidades. Isso posto, concorda-se com Luz, Caiado e Fonte (2017, p. 142) quando afirmam que as redes sociais são “uma teia em que os laços sociais são conectados, formando uma rede comunicativa, dinâmica e interativa com o intuito de compartilhar valores, hábitos, costumes, interesses, ideologias entre os sujeitos”, pois, assim como em qualquer outra mídia, as redes sociais (*Instagram*, *Facebook*, *Twitter*) também são espaços de desterritorialização³ da realidade legitimada através dos discursos, ou seja, estas também se organizam em volta de atores, estruturas e ideologias que envolvem o universo dos sujeitos, de modo que “a construção de si é realizada por meio do processo comunicativo, via extensão tecnológica, na esfera digital”, seja em tempo real ou não (LUZ; CAIADO; FONTE, 2017, p. 142).

O corpo nestes ambientes, por sua vez, adquire materialidades virtuais por intermédio da imagem, concorrendo com a materialidade do corpo físico “real” e é através dessa materialidade virtual do corpo que o sujeito exterioriza a sua própria identidade (LÉVY, 2011; ORTEGA, 2008). Assim, à medida que os dispositivos midiáticos ganham espaço na sociedade atual, também o poder produzido por estas instituições conseguem abarcar e controlar cada vez mais os sujeitos, disciplinando/moldando seus corpos. Partindo disto, observa-se que, nas materialidades do *Instagram*, há uma crescente aparição de perfis que tratam dos transtornos de ansiedade a partir de um olhar poético e medicalizador, definido, assim, modulações para o corpo ansioso. Partindo disso, convém

aprofundar as discussões sobre o corpo no subtópico seguinte, de modo a envolver as considerações sobre biopolítica e medicalização⁴ corpo ansioso.

Biopolítica, corpo e transtorno da ansiedade: discussões teóricas acerca dos discursos na contemporaneidade

Para Gregolin (2015), a sociedade midiática é uma instituição de controle virtual contínuo, instantâneo e democrático, tanto do indivíduo quanto da população. Tal controle é consequente ao desenvolvimento de novas tecnologias (como, por exemplo, a internet, os cartões de crédito, entre outros dispositivos tecnológicos), que propiciaram(am) o deslocamento dos jogos de poderes também para o âmbito virtual. Esta sociedade foi denominada por Deleuze (1992) de sociedade de controle⁵: um governo caracterizado pela vigilância constante dos sujeitos, dos discursos e suas respectivas práticas, de modo a envolver e manipular, sutilmente, os sujeitos sociais através da teia do poder midiático, sem que este se configure necessariamente algo negativo.

Assim, são nestas sociedades de controle que a biopolítica insere-se e atua. Esta, a biopolítica, pode ser conceituada como uma política de intervenções e controles reguladores para a manutenção da vida, intencionando a produção de sujeitos saudáveis, com maior longevidade e, conseqüentemente, aptos a produzirem para a sociedade. O controle dos sujeitos, por sua vez, faz-se por meio de tecnologias⁶ de disciplinamento e governo (biopoder), suscitando uma espécie de “falsa” consciência de autonomia quanto aos cuidados com a sua própria saúde, corpo e felicidade (FOUCAULT, 2018a).

Dessa maneira, esse poder intenciona produzir e controlar cérebros, corpos e comportamentos individuais (corpo-individual) e/ou coletivos (corpo-espécie), por meio de classificações, normatizações e adestramentos (DELEUZE, 1992). Isso quer dizer que essa forma de manutenção da vida exige o estabelecimento de instrumentos e técnicas que permitam o controle da população através dos registros e das estatísticas relacionadas às taxas de natalidade, de mortalidade, de expectativa e qualidade de vida, por exemplo, com intuito de identificar os *déficits* e, a partir disso, desenvolver estratégias de intervenção (CAPONI, 2013). Assim, é a partir deste processo intervencionista que a medicalização se insere.

Compreendida, portanto, como uma instância médica de intervenção e de controle restrito não somente ao campo da saúde, mas, também, propagado e requisitado nos âmbitos social, moral, político, científico etc., a medicalização envolve todos os aspectos da vida, de modo a englobar/aplicar modulações específicas sobre os corpos⁷. Contemporaneamente, essa espécie de “monopólio” do poder médico sobre todas as camadas sociais, aliado aos avanços tecnológicos continua provocando transformações discursivas no fazer clínico e, conseqüentemente, na forma de encarar os estados de saúde e de doença: Nota-se, portanto, que essa ânsia por diagnósticos e intervenções cada vez mais precoces marca uma nova fase da medicalização social: a partir das “modulações da saúde perfeita” atuais, denominada de biomedicalização, busca-se ampliar a gama das classificações, de modo a tentar identificar a maior parte das enfermidades desde o seu princípio (antes que se tornem crônicas) para medicalizar estes corpos o quanto antes (CAPONI, 2013).

Com base nisso, Ortega (2008) discute que, atualmente, emerge uma espécie de (re)configuração da biopolítica clássica, que se estrutura através do discurso do risco⁸: a biossociabilidade. Nesta, a construção da bioidentidade⁹ é marcada pelas práticas reflexivas “de si, por si”, isto é, o autogoverno: uma consciência/ação do sujeito sobre o gerenciamento de si através de uma perícia constante, baseada em práticas de bioascese¹⁰, como, por exemplo, manuais, fitness, terapias, entre outros (FOUCAULT, 2008; ORTEGA, 2008). Em outras palavras, “A bioascese é um cuidado de si, mas diferentemente dos antigos, cujo cuidado de si visava a bela vida, e que Foucault até chamava de estética da existência, o nosso cuidado de si visa o corpo, sua longevidade” (PERBALT, 2007, p. 60). Partindo do exposto, pode-se conceituar o cuidado de si como:

O fato de ocupar-se consigo, de preocupar-se consigo, etc. [...] O cuidado de si implica uma certa maneira de estar atento ao que se pensa e ao que se passa no pensamento. [...] Também designa sempre algumas ações, ações essas que são exercidas de si para consigo, ações pelas quais nos assumimos, nos modificamos, nos purificamos, nos transformamos e nos transfiguramos. (FOUCAULT, 2010a, p. 4-12)

Deste modo, o cuidado de si leva os sujeitos a olhar reflexivamente para si, de modo que esta ação permite que este, ao se conhecer, respeite os próprios limites e atinja o autocontrole.

Isso posto, pode-se discutir que a felicidade do homem nas instâncias sociais passa a ser o objeto almejado pela biopolítica: um elemento indispensável tanto para o desenvolvimento, como para a produção, sobrevivência e fortalecimento do Estado, não se restringindo somente a significação de “bem-estar” e de “realização” em si (BINKLEY, 2010). Em contrapartida, os ideais de felicidade, produtividade e excelência para o sistema capitalista, paradoxalmente, geram sujeitos cada vez mais insatisfeitos, ansiosos, doentes e, conseqüentemente, menos produtivos para o mercado de trabalho. Como exemplo disso, Theisen (2015) afirma que o transtorno de ansiedade pode ser visto, hoje, como um sintoma a nível sociocultural, suscitada por estas dinâmicas socioeconômicas e políticas.

Assim como o amor, a raiva e a tristeza, a ansiedade é um sentimento natural ao ser humano, constituinte do corpo psicofisiológico dos sujeitos desde os primórdios da espécie, materializando-se como um sentimento de “espera alerta” ao perigo iminente. Em contrapartida, quando os seus níveis, no sujeito ultrapassam a normalidade, esta passa a ser enquadrada como um transtorno (FREUD, 1935; DALGALARRONDO, 2008).

Inseridos, portanto, numa sociedade de controle cujos discursos se organizam em torno dos ideais biopolíticos de manutenção da vida, as instituições e os documentos normalizadores do dispositivo da Saúde, como a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Manual de Diagnósticos e Estatísticas da Saúde Mental (DSM-V), por exemplo, preocupam-se em desenvolver e aplicar instrumentos de intervenção que visem a medicalização destes corpos, recuperando-os para o reingresso na máquina capitalista. Assim sendo, para o tratamento de algumas psicopatologias – a exemplo do transtorno de ansiedade

–, a escrita (escrita terapêutica) e a leitura dramática (biblioterapia) são práticas que vêm ganhando cada vez mais espaço no campo médico-psiquiátrico por se tratarem de instrumentos terapêuticos medicalizadores livres de formulações químicas e que podem se configurar como importantes coadjuvantes no tratamento dos transtornos, uma vez que, segundo Figueiras e Marcelino (2008), permitem que o sujeito possa confrontar, assimilar e expurgar os seus “fantasmas” psíquicos através da externalização escrita e/ou visualização de si por meio do outro¹¹.

Estas práticas, ao se inserirem nas tramas da mídia, mais precisamente nas redes sociais de compartilhamento, transformam-se numa espécie de dispositivo medicalizador¹² para os corpos acometidos de algum transtorno psiquiátrico. Fundamentando tal proposição, a OMS (2002) afirma que:

Os diversos meios de comunicação de massas podem ser usados para fomentar atitudes e comportamentos mais positivos da comunidade para com pessoas com perturbações mentais. [...] A Internet é um poderoso instrumento para a comunicação e o acesso a informações sobre saúde mental. Ela tem vindo a ser usada cada vez mais como meio de informar e educar doentes, estudantes, profissionais de saúde, grupos de utentes, organizações não governamentais e a população em geral sobre saúde mental; para promover encontros de ajuda mútua e grupos de discussão; e para proporcionar cuidados clínicos. (OMS, 2002, p. 170)

O uso das mídias digitais, portanto, são meios aprovados pelos órgãos que competem à saúde no que concernem à facilitação do acesso à informação sobre a saúde mental. Segundo Costa (2015), a medicalização dos corpos na *internet*, atualmente, se constitui a partir de três importantes instâncias: terapias corporais fundamentadas na ideia do risco, nos discursos da autonomia e nas relações mediadas pela mídia. Nesse entremeio, emergem os *blogs*, os *sites* e perfis em redes sociais que focalizam a saúde dos corpos por meio das terapias.

Tal cenário, conforme Costa (2015), convoca o indivíduo a atuar sobre si mesmo, gerenciando a própria vida, felicidade e saúde, suscitando um discurso de autonomia. Partindo disto, o subtópico a seguir intenta analisar os *posts* apresentados no perfil @akapoeta no tocante às formas de medicalização e o cuidado de si dos corpos ansiosos no *Instagram*.

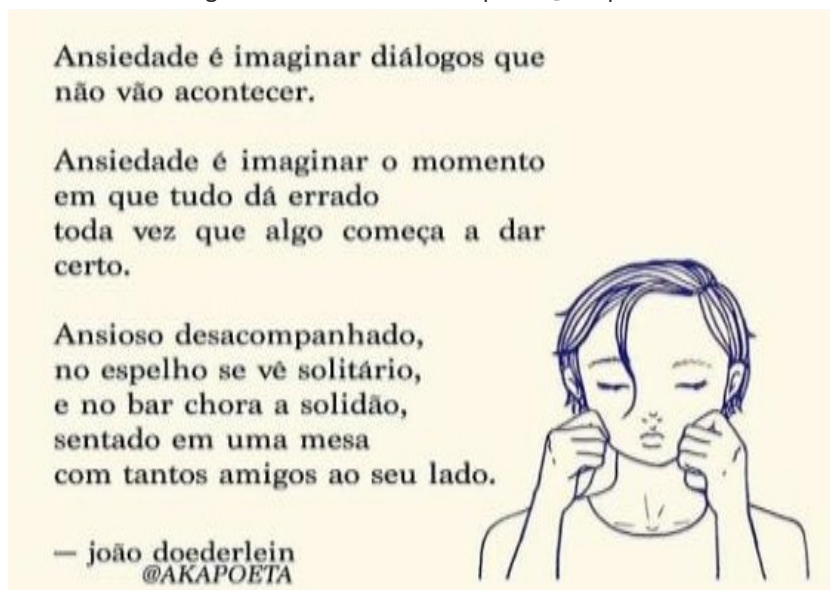
O CUIDADO DE SI E A SUBJETIVAÇÃO DO SUJEITO ANSIOSO NO *INSTAGRAM*: PRÁTICAS DE MEDICALIZAÇÃO POR MEIO DOS *POSTS* POÉTICOS

O *Instagram* é, atualmente, uma das redes sociais mais utilizadas no mundo. Assim, por oferecer um acesso rápido, fácil e democrático, esta rede de compartilhamento acaba sendo um ambiente propício para a externalização e expurgação quase que instantânea dos pensamentos dos corpos ansiosos (assim como sugerem os documentos normalizadores da área médico-psiquiátrica), o que favorece a emergência de perfis que tratam do transtorno de ansiedade.

Focalizando, então, os perfis brasileiros, pode-se citar, portanto, a página @akapoeta.

Nesta página, o transtorno de ansiedade é tratado de diferentes formas, intensidade e configurações. As materialidades, por sua vez, são constituídas de contornos poéticos, tanto os elementos verbais como imagéticos, como visualiza-se na imagem 1:

Figura 1 - Post extraído do perfil @akapoeta



Fonte: www.instagram.com

Neste *post*, a abordagem do transtorno de ansiedade pode ser identificada na materialidade, uma vez que o autor, de forma poética, expõe o que é e como se dá uma crise de ansiedade a partir da sua própria experiência íntima, como se pode denotar nos dois primeiros trechos: “Ansiedade é imaginar diálogos que não vão acontecer. Ansiedade é imaginar o momento em que tudo dá errado [...]”. Dessa forma, o sofrimento psíquico suscitado por circunstâncias aparentemente banais e, muitas vezes, até imaginárias, denotam os sintomas característicos do transtorno, uma vez que o sujeito tenta adiantar mentalmente as possíveis situações catastróficas para que, assim, possa se preparar para o suposto “perigo iminente”. Ao mesmo tempo, o sentimento de medo evocado por essas ameaças indefinidas e futuras resultam, no sujeito ansioso, comportamentos de inquietação, angústia e cobranças excessivas, impedindo-o de aproveitar as situações cotidianas, pois, como se pode depreender na materialidade, os pensamentos autossabotadores tendem a ser recorrentes no corpo psíquico do sujeito.

Além disso, os recursos imagéticos, que também compõem o poema, auxiliam na intensificação desta espécie de “poetização” dos sintomas do referido transtorno, tendo em vista que a expressividade da garota, ao apresentar-se de olhos fechados, com as mãos e uma fina mecha do cabelo caído na face, contrastando com os traços leves do desenho e com a cor rosada do plano de fundo remontam uma espécie de luta psíquica travada contra seus

pensamentos na tentativa de amenizar o sofrimento proveniente do transtorno (HELLER, 2013).

Mediante as discussões tecidas, é oportuno mencionar que a presença de contornos biopolíticos na materialidade torna-se notória ao atentar para as condições de produção do *post*, considerando que é um produto da escrita terapêutica nas redes sociais. Sendo assim, podem-se identificar discursos voltados para a reabilitação dos sujeitos, uma vez que, ao descrever as dinâmicas da ansiedade em seu corpo, é possível que sujeito ansioso confronte o próprio transtorno de forma racionalizada, de modo a viabilizar o reordenamento dos seus pensamentos e, eventualmente, compreender como este o afeta. Assim, o presumido alívio proporcionado pela escrita terapêutica reflete, portanto, as intervenções próprias aos ideais biopolíticos, que intencionam a manutenção da vida para o fortalecimento da produção capitalista, como propõe Caponi (2013).

De acordo com Deleuze (1996) e Foucault (2018b), essa espécie de mutação do dispositivo torna-se possível por dois motivos. Primeiro, porque o dispositivo, por ser uma rede heterogênea formada pela tríade poder-saber-subjetividade que interliga instituições, leis, entre outros, com intuito de governar os sujeitos, possui em sua constituição um caráter flexível, estando aberto a reconfigurações na sua arquitetura a serem perpassados por outros dispositivos. Neste caso, o *Instagram* acaba sendo perpassado pelo dispositivo da saúde, em que os princípios biopolíticos se estabelecem através dos ideais de medicalização.

Deste modo, convém voltar para as discussões para a constituição do saber-poder do *Instagram* enquanto dispositivo medicalizador. Pode-se, então, elencar três elementos principais que constituem a arquitetura deste dispositivo medicalizador: (a) as forças capitalistas e tecnológicas que incidem sob o corpo dos sujeitos fazem emergir os discursos da ansiedade, fazendo ver e enunciar os sofrimentos do eu psíquico; (b) as forças biopolíticas que focalizam a medicalização do corpo ansioso, de modo que possam voltar a produzir adequadamente para ao capitalismo; (c) o próprio dispositivo midiático em si, representado pelo *Instagram*, que intensifica esta visibilidade e disseminação de tais discursos no âmbito virtual. Logo, a junção destes elementos na constituição de um único dispositivo permite a modulação específica do modo de ver e de enunciar estes sujeitos ansiosos no âmbito virtual, de modo que, singularmente, passam a ser compreendidos como corpos que buscam a sua própria medicalização, originando, portanto, a dimensão do saber.

Já a dimensão do poder, por sua vez, delinea as práticas de visibilidades e enunciabilidade do dispositivo, conforme postula Deleuze (1996), sendo formada a partir do entrecruzamento de forças provenientes das ações sociais do capitalismo, da biopolítica e das mídias. Partindo disso, pode-se denotar que as linhas de poder que constituem este dispositivo de medicalização para os corpos ansiosos são formadas por linhas de força social, de modo que regem tanto o objeto, como o que pode ser dito (ou não) no dispositivo. Logo, é possível elencar quatro instâncias principais que as suscitam o dispositivo medicalizador por meio do *Instagram*: (a) as linhas de força que emergem das práticas capitalistas e tecnológicas, que exigem e, conseqüentemente, adoecem os corpos psíquicos, suscitando, então, os transtornos de ansiedade; (b) as linhas de força do biopoder, que envolvem os discursos e os materiais normativos das instituições médicas e abarcam os discursos do risco, bem como as práticas de autocuidado e de medicalização dos corpos – com foco na escrita terapêutica; e, por fim, (c) as

linhas de força das mídias virtuais que atuam em consonância com o biopoder, permitindo a disseminação dos discursos da saúde perfeita e incitando a convocação dos sujeitos ao autogoverno, de modo a controlar os corpos (mental e físico).

Mediante o exposto e, com base nas proposições de Deleuze (1996), é oportuno retomar que este processo que envolve o saber-poder acaba culminando na objetivação do dispositivo (medicalizador para os corpos ansiosos) e, conseqüentemente, na subjetivação dos corpos (sujeito consciente de si e em busca da medicalização).

Além do mais, considerando que as relações sociais e discursivas da atualidade estão alicerçadas em práticas de controle da população, pode-se compreender – retomando Ortega (2008) e Caponi (2013) – que o governo dos corpos ansiosos são mediados pelos documentos da área da saúde psiquiátrica (DSM-V e OMS), de modo que tais instituições, além de compreender e classificar as características sintomáticas específicas destes corpos, ainda sugerem tratamentos para que se enquadrem nos ideais de normalidade, seja através de intervenções medicamentosas (ansiolíticos) e/ou psicoterapias que estimulam a recuperação destes sujeitos.

Tais intervenções refletem na transformação do fazer discursivo dos sujeitos, que passam de corpos psicicamente apáticos e em constante sofrimento a sujeitos ativos, em busca de constante medicalização. Estes discursos, ao se inserirem nos meios digitais – que refletem as relações sociais e permitem a veiculação dos discursos biopolíticos –, propiciam ações medicalizadoras nestes ambientes. Sob este prisma, podem-se retomar os olhares para as dinâmicas do cuidado de si e da medicalização dos/nos corpos ansiosos através da escrita terapêutica, nas tramas do *Instagram*, a partir *post* seguinte:

Figura 2 – Recorte da legenda do *post* “Seis desabafos que escrevi durante uma crise de ansiedade”

Ansiedade.

Ansiedade é o que me faz olhar pros lados numa procura obviamente inútil por algo que faça passar a sensação mais condensada que eu já senti e que eu claramente não consigo controlar. Procuo remédio. Procuo espaço. Procuo ar. Procuo alguém pra me ajudar. Três da manhã, será que eu ligo? Eu devo ligar. Não quero incomodar. A ansiedade me incomoda. Não quero ser a ansiedade de ninguém. Remédio pra dormir não parece uma opção ruim. Mas eu não tenho remédios pra dormir. Eu ainda tenho problemas pra dormir.

Ansiedade.

Ansiedade deixou marcas no meu corpo. Marcas que me lembram do que em que eu quase perdi. O desenho de uma vitória sofrida, que mostra pra mim, claramente, que quanto mais o tempo passa, mais eu me fortaleço. —

Ansiedade.

Ansiedade faz parte da minha casa, tem um quarto na minha vida, uma caneca só dela no armário da minha cozinha. Hoje em dia ela fica quieta a maior parte do ano. Não posso tentar expulsar parte da minha alma. Convivo com meu demônio no meu apartamento, é melhor do que morar no inferno do sentimento.

Através do recorte do *post*, pode-se denotar que o autor, durante uma crise de ansiedade, utiliza a escrita terapêutica como uma ferramenta para expurgar seus pensamentos. Ao longo de 6 (seis) desabaços – representado na imagem pelo recorte de 2 (dois) trechos –, nota-se que o sujeito da enunciação materializa no poema os sintomas da ansiedade sob um olhar particular. Para efeito de análise, focalizou-se o terceiro e o sexto desabaço, respectivamente representados na imagem acima. Assim, o autor constrói analogias utilizando elementos do cotidiano para numa tentativa de exprimir em palavras e intensidade as sensações “indizíveis” que atormentam o corpo ansioso.

Partindo disto, no primeiro trecho, denota-se um fluxo intenso de pensamentos que pode ser identificado na repetição das palavras “ansiedade”, “remédio” e “dormir”, dando, assim, a ideia de uma cadeia desordenada e confusa de pensamentos na organização psíquica do sujeito ansioso em uma crise. Este ambiente, por sua vez, torna-se hostil e insalubre para a permanência do próprio eu psíquico, que reage de modo inquieto, confuso, angustiado e receoso. Em virtude disso, os sintomas somáticos suscitam e, por sua vez, também são descritos nas linhas do poema, como, por exemplo, a falta de ar, a irritabilidade e os problemas com o sono.

O último escrito, por sua vez, expõe um contraponto aos demais desabaços, uma vez que registra uma atenuação e aceitação dos sintomas como resultado da prática escrita enquanto instrumento terapêutico. Assim, ao observar os verbos no pretérito perfeito ao se referir à ansiedade (“deixou marcas”), além do uso de termos como “vitória sofrida”, “ansiedade faz parte da minha casa” e “hoje em dia ela fica quieta a maior parte do ano”, percebe-se que o sujeito mostra-se aliviado por ter enfrentado e vencido a crise. Nessa medida, compreende-se que, após o enfrentamento reflexivo desta fase com o auxílio da escrita terapêutica, o sujeito pode encarar os seus fantasmas psíquicos e, assim, compreender tais dinâmicas em seu corpo, de modo a conseguir lidar e conviver melhor com as oscilações psicofisiológicas consequentes a este transtorno.

A escrita terapêutica constitui um importante instrumento que engloba a estimulação de novas formas de produção de pensamentos através da externalização verbal e imagética. Assim, ao se entremear nos ambientes virtuais, o *Instagram* pode se constituir como uma rede social terapêutica em que o sujeito ansioso, neste caso, tendo incorporado o discurso da saúde perfeita, do risco e da autonomia, se governa nestes ambientes no intuito de atingir a medicalização para o seu corpo, de modo a gerenciar a sua vida, a sua felicidade e a sua saúde autonomamente. Ao medicalizar-se neste processo, os corpos voltam a obedecer aos ideais da norma biopolítica, que, conforme Ortega (2008) e Caponi (2013), consiste em atingir o ideal do corpo perfeito e saudável, capaz de produzir em termos quantitativos e qualitativos para a máquina capitalista. Deste modo, o processo de medicalização ocorre de forma independente e consciente.

Nessa lógica, o governo de si dos sujeitos ansiosos, mediada por tais discursos – do risco e da autonomia – em ambientes virtuais, faz emergir o processo de medicalização dos corpos. Em virtude disso, os sujeitos são singularizados pelo dispositivo através das regras e padrões suscitados, isto é, este, o dispositivo – retomando os postulados Gregolin (2007) –, produz/modula

subjetividades, de modo que o sujeito se constitui ativamente e se reconhece por meio das técnicas de si e mediante o olhar rígido do Outro. Partindo disto, o autocuidado do corpo ansioso no *Instagram*, por exemplo, é uma técnica de si que tem como principal “vigilante” e norteador das ações de automedicalização os discursos científicos e os documentos normalizadores da instituição médico-psiquiátrica.

Desta forma, compreende-se que os modos de subjetivação contemporâneos sustentam-se em torno do controle exercido sobre os sujeitos, de modo que estes ganham uma espécie de “liberdade controlada” para cuidar de si e da sua saúde ao interiorizar os discursos do risco e da autonomia na intenção de atingir os ideais de corpo perfeito, conforme propõe a biopolítica contemporânea. O corpo, portanto, passa a ser compreendido como uma superfície que se permite estabelecer a identidade, incluindo, também, as questões inerentes ao psiquismo. Além do mais, considerando a crescente expansão das mídias sociais, o corpo, tende cada vez mais a ser virtualizado.

Partindo disso, pode-se compreender que a corporeidade psíquica do ansioso enquanto elemento fenomenológico é denotada na materialidade, uma vez que apresenta as experiências íntimas do sujeito autor. Logo, a experiência do *self*, isto é, do eu psíquico, também passa a ser corporificada e atrela-se à identidade do sujeito. Deste modo, pode-se dizer que, no *Instagram*, a subjetividade destes sujeitos é consequente a sua própria medicalização. Isso porque neste ambiente o sujeito trava uma luta constante consigo mesmo no intuito de expurgar suas angústias através da escrita terapêutica, fazendo ver e enunciar corpos que, apesar de psiquicamente inquietos e angustiados em virtude das dinâmicas do transtorno, retomando Foucault (2008) e Ortega (2008), são conscientes, peritos e atuantes em si, sempre em busca de medicalização. Logo, a subjetivação dos corpos ansiosos sob este fenômeno medicalizador não se dá de forma passiva, mas, sim, de modo ativo, uma vez que há uma luta consigo mesmo, se tornando o próprio objeto de sua ação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mediante as discussões tecidas, percebemos que o *Instagram* pode se materializar como uma alternativa acessível, democrática e instantânea para o tratamento do corpo ansioso na contemporaneidade, já que estas tessituras midiáticas estão cada vez mais presentes na vida do sujeito. Assim, é através desse processo que engloba o *Instagram*, o cuidado de si e do instrumento terapêutico da escrita que a medicalização dos corpos ansiosos pode se efetivar nas redes sociais, uma vez que possibilita o confronto do paciente com seus próprios pensamentos e “fantasmas psíquicos”, originários ao transtorno.

Partindo disso, convém condensar nesta discussão as dinâmicas identificadas. Primeiramente, notou-se que há um crescente entrecruzamento de poderes e saberes provenientes dos dispositivos da saúde e midiáticos, estando estes voltados para o controle e a medicalização dos corpos ansiosos por meio da escrita, no *Instagram*, baseados no discurso do risco e da autonomia. Assim, os corpos são governados a partir do momento que, autonomamente, utilizam a escrita dos *posts* para o alívio de seus sintomas, voltando a se enquadrar nos ideais biopolíticos contemporâneos da saúde perfeita. Dessa forma, ao envolver-

se nas dinâmicas do dispositivo medicalizador, este sujeito, eventualmente, é direcionado a transformar-se, materializando virtualmente nos *posts* um corpo psíquico resistente e em luta constante.

Partindo, então, do caráter inédito e emergente deste processo, bem como do prisma exploratório desta pesquisa, consideramos que a investigação sobre o corpo ansioso nas redes virtuais não pode findar em apenas este prisma de observação, tendo em vista que há uma gama de vieses ainda inexplorados. Esperamos, pois, que este trabalho possa abrir novos caminhos para as futuras investigações que envolvam o sujeito e o corpo ansioso, bem como os seus respectivos discursos, de modo a contribuir cada vez mais para o arcabouço teórico dos estudos discursivos foucaultianos.

The medicalization for the anxious body in Instagram

ABSTRACT

The insertion of therapeutic writing in Instagram caused a change on this social network which transforms the social media in a *medicalizer* device to anxious body. Thus, this study aimed to investigate the governmentality and the ways of subjectivation raised by Instagram. This research is a descriptive-exploratory work, with a qualitative approach. This study analyzed the *corpus* (two posts from Instagram profile @akapoeta) based on the theories of Michel Foucault (2008), Gilles Deleuze (1996), Gregolin (2007). Therefore, the inquiry concluded that the social network could offer an available and instantaneous environment which, working together with the therapeutic writing, make possible the control of anxiety attacks. Consequently, the subjects present in their poetic productions the identity of a body in intimal fight looking for healing. Lastly, this study intent to contribute to the construction of a theoretical framework involving the discourses and the anxious body.

KEYWORDS: Anxious body. Instagram. Therapeutic writing. Medication.

NOTAS

¹ O medo, a síndrome do pensamento acelerado, a angústia, a paralisia, as grandes expectativas no futuro, entre outros (THEISEN, 2015).

² Para Foucault (2018b), o dispositivo é uma rede tecida entre discursos, instituições, leis, enunciados científicos, proposições morais, administrativas, filantrópicas etc., de modo a envolver o dito e o não dito. Ou seja, é a rede que interliga os elementos das práticas sociais, sendo engendrada de poderes e saberes, promovendo subjetividades (DELEUZE, 1996).

³ Elemento não palpável que transcende a materialidade do “real”, uma força que representa e descreve o cotidiano analogamente a um espelho (LÉVY, 2011). Partindo desta interpretação, pode-se observar duas formas do real: aquela representada pela materialidade do cotidiano e a representada pela transcendência desta materialidade e arquivadas em plataformas fantasmagóricas, desterritorializadas.

⁴ Neste tópico, justifica-se o emprego do conceito “medicalização” calcando-se nas discussões elencadas por Ferreira, Castiel e Cardoso (2012), em que compreende, neste caso, o sentido mais simbólico/específico do termo: o de medicamento.

⁵ Ao falar nas “sociedades” elencadas por Foucault (2018a) e por Deleuze (1992), pode-se citar a sociedade soberana, a disciplinar e a de controle. A sociedade soberana se constituiu sob a premissa do soberano e seus súditos, em que este primeiro possuía o poder de “causar a morte ou deixar viver” dos seus subordinados (FOUCAULT, 2018a, p. 149, grifos do autor). Já na sociedade disciplinar, instaurou-se um comando social que regulamentava o comportamento dos sujeitos com o intuito de assegurar a obediência dos corpos por meio da disciplina e do confinamento em que a premissa é a manutenção da vida (FOUCAULT, 2018a). Na contemporaneidade, por sua vez, contempla-se a passagem da sociedade disciplinar para a de controle, em que o Estado assumiu a responsabilidade sobre a vida dos sujeitos visando a produtividade para a máquina capitalista (HARDT, 2001).

⁶ Tecnologias, para Foucault (2010b), são estratégias de controle e governo que incidem sobre os corpos, seja individual e/ou espécie, intencionando torná-los mais úteis e adestrados para a produção.

⁷ Acerca do conceito de medicalização, vale destacar que, conforme Ferreira, Castiel e Cardoso (2012), esta palavra pode agarrar outros significados que vão além da perspectiva “social” dos poderes médicos. Um destes sentidos “pode ser interpretado como a disseminação de uma das práticas-símbolo da medicina: o uso de medicamentos como principal estratégia para o tratamento de doenças”, pois, “[...] segundo a lógica biomédica, os medicamentos ‘consertam’, ou ‘minimizam’ as falhas nas ‘peças’ da máquina humana, fazendo com ela volte a funcionar satisfatoriamente” (FERREIRA; CASTIEL; CARDOSO, 2012, p. 840). Deste modo, podemos, também, associar os conceitos de medicalização às ações dos medicamentos, isto é, dos fármacos.

⁸ O discurso do risco concerne à antecipação de possíveis cenários de adoecimento ou morte, de modo a desenvolver técnicas de prevenção ou de medicalização dos corpos.

⁹ Termo cunhado por Ortega (2008) que se refere às modulações das identidades emergentes da era biopolítica.

¹⁰ A ascese é o controle dos corpos e pensamentos mediante determinada cultura e suas respectivas disciplinas e postulados (FOUCAULT, 1992). Da mesma forma, as práticas bioascéticas se caracterizam pela reconfiguração das antigas ascetes, sendo, agora, voltadas às biossociabilidades, com modulações centradas nos ideais de saúde perfeita (ORTEGA, 2008).

¹¹ A escrita e a leitura passam, então, a funcionar como uma forma de adestramento de si, pois, segundo Foucault (1992), atuam como o olhar do Outro para o sujeito solitário. Portanto, “trata-se de constituir para si próprio [...] um equipamento de discursos a que se pode recorrer” (FOUCAULT, 1992, p. 136), em que o sujeito possui autonomia de “erguer-se” e “fazer calar” os próprios desejos ou pensamentos que, eventualmente, representem riscos. Na escrita, o autor enfatiza que o *self* é “depositado” em sua prática, manifestando, então, a sua subjetividade e, conseqüentemente, marcando o discurso. A leitura, por sua vez, oferece uma ação correlata, pois, por meio do que o autor chamou de “conselho equitativo”, faz “coincidir o olhar do outro e aquele que se volve para si próprio quando se aferem as ações quotidianas às regras de uma técnica de vida” (FOUCAULT, 1992, p. 160).

¹² Foi empregado, neste trabalho, o termo “dispositivo medicalizador”, pois compreende-se que o *Instagram*, nestes casos, desempenha funções concernentes aos conceitos foucaultianos de dispositivo, uma vez que apresenta-se engendrado de poderes e saberes provenientes de diversos outros dispositivos – como os médicos, por exemplo –, de modo que promove subjetividades; subjetividades essas voltadas para a medicalização dos corpos ansiosos.

REFERÊNCIAS

BORGES, M.; JULIÁN, M. **O poder da esperança: segredos do bem-estar emocional**. São Paulo: Casa Publicadora Brasileira, 2017.

CAPONI, S. Classificar e medicar: a gestão biopolítica dos sofrimentos psíquicos. In: CAPONI, S. et al. **A medicalização da vida como estratégia biopolítica**. São Paulo: LiberArs, 2013. p. 97-114.

CHARAUDEAU, P. Introdução. In: CHARAUDEAU, P. **Discurso das mídias**. Tradução de Ângela M. S. Corrêa. 2. ed. 2ª reimpressão. São Paulo: Contexto, 2013. p. 15-29.

COSTA, D. P. Blogs terapêuticos e discursos biopolíticos. In: SOUSA, K. M.; PAIXÃO, H. P. (Orgs). **Dispositivos de poder/saber em Michael Foucault: biopolítica, corpo e subjetividade**. São Paulo: Intermeios, 2015. p. 43-61.

COURTINE, JJ. A era da ansiedade: discurso, história e emoções. In: CURSINO, L.; SARGENTINI, V.; PIOVEZANI, C. (Orgs). **(In)subordinações contemporâneas: consensos e resistências nos discursos**. São Carlos: EduFSCar, 2016. p. 15-29.

DALGALARRONDO, P. As grandes síndromes psiquiátricas. In: **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed Editora S.A., 2008. p. 293-394. Disponível em: <https://monitoriapsiq2015.files.wordpress.com>. Acesso em: 05 jun. 2018

DELEUZE, G. O que é um dispositivo. In: **O mistério de Ariana**. Tradução e prefácio de Edmundo Cordeiro. Lisboa: Ed. Vega, 1996. p. 155-161. Disponível em: <http://www.uc.pt>. Acesso em: 14 set. 2018

DELEUZE, G. Post-scriptum sobre as sociedades de controle. In: DELEUZE, G. **Conversações**. Tradução de Peter Pál Pelbart. São Paulo: Editora 34, 1992, p. 221-224.

DOEDERLEIN, J. Ansiedade é... 2017. **Post do perfil @akapoeta**. Disponível em: <https://www.instagram.com>. Acesso em: 07 ago. 2018.

DOEDERLEIN, J. Seis desabafos que escrevi durante uma crise de ansiedade. 2017. **Legenda do post no perfil @akapoeta**. Disponível em: <https://www.instagram.com>. Acesso em: 05 nov. 2018.

DOEDERLEIN, J. Ansiedade se faz de lupa... 2018. **Post do perfil @akapoeta**. Disponível em: <https://www.instagram.com>. Acesso em: 05 nov. 2018.

FERREIRA, S. M.; CASTIEL, L. D.; CARDOSO, M. H. C. A. A Patologização do sedentarismo. **Saúde Soc**. São Paulo, 2012, v. 21, n. 4, p. 836-847. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v21n4/v21n4a04.pdf>. Acesso em: 11 out. 2019

FIGUEIRAS, M. J.; MARCELINO, D. Escrita terapêutica em contexto de saúde: uma breve revisão. **Análise Psicológica**. 2008, v. 26, n. 2, p. 327-334. Disponível em: <http://www.scielo.mec>. Acesso em: 05 jun. 2018

FOUCAULT, M. A escrita de si. In: **O que é um autor?**. Lisboa: Passagens, 1992, p. 129-160.

FOUCAULT, M. Aula de 8 de fevereiro de 1978. In: **Segurança, território, população: curso dado no Collège de France (1977-1978)**. São Paulo: WMS Martins Fontes, 2008. p. 155-180. Tradução de: Eduardo Brandão.

FOUCAULT, M. **Hermenêutica do sujeito: curso no Collège de France (1981-1982)**. 3. ed. São Paulo: WMS Martins Fontes, 2010a. Tradução de: Marcio Alves da Fonseca.

FOUCAULT, M. **Em defesa da sociedade: curso no Collège de France (1975-1976)**. 2. ed. São Paulo: WMS Martins Fontes, 2010b. Tradução de: Maria Ermantina Galvão.

FOUCAULT, M. Direito de morte e poder sobre a vida. In: **História da sexualidade I: a vontade de saber**. 7. ed. Rio de Janeiro/São Paulo: Paz e Terra, 2018a.

FOUCAULT, M. **Microfísica do poder**. 7. ed. Rio de Janeiro/São Paulo: Paz e Terra, 2018b.

FREUD, S. **Um estudo autobiográfico, Inibições, sintomas e ansiedade, a questão da análise leiga e outros trabalhos**. Volume XX. Londres: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis, 1935, 137 p.

GENEVA. World Health Organization. World Health Organization. **Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates**. 2017. Disponível em: <http://apps.who.int>. Acesso em: 18 out. 2018.

GREGOLIN, M. R. Análise do discurso e mídia: a (re)produção de identidades. **Comunicação, mídia e consumo**, São Paulo, vol. 4, n. 11, p.11-25, nov. 2007. Disponível em: <http://revistacmc.espm.br/index.php/revistacmc/article/view/105/106>. Acesso em: 28 out. 2018

HARDT, M. Produção biopolítica. In: HARDT, M. *Império*. Tradução de Berilo Vargas. Rio de Janeiro: Record, 2001, p. 41-60.

HELLER, E. **A psicologia das cores: como as cores afetam a emoção e a razão**. Tradução de Maria Lúcia Lopes da Silva. 1. ed. São Paulo: Gustavo Gili, 2013.

LÉVY, P. O que é virtualização?. In: **O que é o virtual?**. 2. ed. São Paulo: Editora 34, 2011, p. 15-25. Tradução de: Paulo Neves.

LISBOA. Organização Mundial da Saúde. Ministério da Saúde. **Relatório mundial da saúde: Saúde mental: nova concepção, nova esperança**. 2002. Disponível em: <https://www.who.int>. Acesso em: 10 out. 2018.

LUZ, A. F.; CAIADO, R. V. R.; FONTE, R. F. L. O *instagramer* e seu discurso multissemiótico na rede social digital *Instagram*, **Diálogo das Letras**, Pau dos Ferros, v. 06, n. 02, p. 139-158, jul/dez. 2017. Disponível em: <http://periodicos.uern.br/index.php/dialogodasletras/article/view/2682>. Acesso em: 15 set. 2018

MILANEZ, N. Materialidades da ansiedade: corpo e retorno a si em filme de fadas (2010-2015). In: FLORES, G. G. B.; NECKEL, N. R. M; GALLO, S. M. L (Orgs). **Análise de Discurso em rede: cultura e mídia**. São Paulo: Pontes Editora, 2015. p. 233-257.

ORTEGA, F. **O corpo incerto: corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea**. Rio de Janeiro: Garamond, 2008, 256p.

PERBALT, P. P. Biopolítica. **Sala Preta**, v. 7, p. 57-66, 2007.

THEISEN, C. **Ansiedade**: sintoma social contemporâneo. 2015. 44 p. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Departamento de Humanidade e Educação, Universidade Regional do Noroeste, Santa Rosa, 2015. Disponível em: <http://bibliodigital.unijui.edu.br>. Acesso em: 10 jun. 2018.

Recebido: 21/06/2019

Aprovado: 03/11/2019

DOI: 10.3895/rts.v16n40.10266

Como citar: DE MOURA, T. S.; DA SILVA, F.V.; NERY, L.F. Práticas de governamentalidade e a medicalização do corpo ansioso no Instagram. *R. Technol. Soc.*, Curitiba, v. 16, n. 40, p. 1-18, abr/jun. 2020. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rts/article/view/10266>. Acesso em: XXX.

Correspondência:

Direito autoral: Este artigo está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional.

