

RELAÇÕES ENTRE LAZER E SAÚDE EM TEMPOS DE CULTURA SOMÁTICA

Verônica Werle¹
Curitiba, PR, Brasil

RESUMO: No contemporâneo, grande parte das nossas ações cotidianas tem sido pensadas, vividas e decididas sob o parâmetro do que é mais ou menos saudável, inclusive o lazer. Considerando este contexto, inerente à cultura somática, trabalhamos com a ideia que as fronteiras entre lazer e saúde são cada vez mais tênues de modo que tão obrigatório como divertir-se é divertir-se de forma “saudável”. Argumentamos, introdutoriamente, que o imperativo do lazer saudável age tanto na dimensão do corpo físico – em que atividades de lazer e cuidados com a saúde *devem* (com)fundir-se, mantendo-se afinadas ao ideal de vida saudável e, portanto, feliz – como na dimensão do corpo mental – em que a diversão *deve* consistir em entorpecimento, distração destinadas a negação do pensamento.

Palavras-chave: Lazer. Saúde. Cultura somática.

RELATIONSHIPS BETWEEN LEISURE AND HEALTH INSOMATIC CULTURE TIMES

ABSTRACT: In contemporary times, most of our daily actions have been thought, lived and decided under the parameter of what is more or less healthy, including leisure. Considering this context, inherent to somatic culture, we work with the idea that the limits between leisure and health are increasingly tenuous so that as obligatory as having fun is to have fun in a "healthy" way. We argue, introductory, that the imperative of healthy leisure acts both in physical body dimension - in which leisure activities and health care must be confused, keeping in tune with ideal healthy life and therefore happy - as in mental body dimension - in which entertainment must consist of numbness, distraction intended to thought denial.

Keywords: Leisure. Health. Somatic culture.

RELACIONES ENTRE OCIO Y SALUD EN TIEMPOS DE CULTURA SOMÁTICA

RESUMEN: En la contemporaneidad, gran parte de nuestras acciones cotidianas han sido pensadas, vividas y decididas bajo el parámetro de lo que es más o menos sano, incluso el ocio. Considerando este contexto, inherente a la cultura somática, trabajamos con la idea de que las

¹ Doutora em Educação. Professora do Departamento de Teoria e Prática de Ensino – DTPEN/UFPR. Curitiba-PR. Brasil. Email: vewerle@yahoo.com.br

fronteras entre ocio y salud son cada vez más tenues, de modo que tan obligatorio como divertirse es divertirse de forma “saludable”. Argumentamos, introductoramente, que el imperativo del ocio sano actúa tanto en la dimensión del cuerpo físico – en que las actividades de ocio y cuidados de la salud *deben* confundirse y fundirse, manteniéndose afinadas al ideal de vida sana y, por lo tanto, feliz – como en la dimensión del cuerpo mental – en lo cual la diversión *debe* consistir en el entorpecimiento, distracción destinada a la negación del pensamiento.

Palabras clave: Ocio. Salud. Cultura somática.

Introdução

Em um primeiro momento, podem parecer óbvias as relações entre lazer e saúde, afinal pode-se *ter* saúde sem *ter* lazer? Na cultura em que vivemos, a preocupação com o tema da saúde tem ganhado tamanha proporção, que talvez a pergunta pudesse ser reformulada nos seguintes termos: há legitimidade social num tempo/espço de lazer que não se enquadra nos ditames de uma vida saudável? Não seria demais afirmar que grande parte das nossas ações cotidianas tem sido pensadas, vividas e decididas sob o parâmetro do que é mais ou menos saudável, inclusive o lazer.

Dizemos isso com base nos sentidos pelos quais a saúde tem sido apresentada no contemporâneo, especificamente como ideologia do bem-estar², e que guarda relações evidentes com a centralidade e a importância que o corpo assumiu no nosso tempo. Neste contexto, de cultura somática, convivemos com discursos e práticas que afirmam constantemente que não teríamos apenas o direito, mas o *dever* de comer, dormir, movimentar-se, divertir-se e aproveitar o tempo de lazer, tudo isto dentro dos mais rígidos parâmetros do que é considerável saudável. Tomando para análise a área da Educação Física, os imperativos do bem-estar e as prescrições para a saúde não estão presentes apenas na dimensão e campo de atuação da atividade física e do *fitness* ou da gestão das políticas públicas de saúde, esporte e lazer, mas também atravessam e determinam modos de viver, pensar e intervir sobre/no lazer, e é neste sentido que conduziremos o texto. A partir da contribuição de alguns autores, procuramos argumentar que as fronteiras entre lazer e saúde são cada vez mais tênues, e refletir sobre o fato de que tão obrigatório como divertir-se é divertir-se de forma saudável.

Antes de refletirmos sobre as questões contemporâneas, é importante observar que a relação entre lazer e saúde não é nova. Exemplo emblemático disto é o difundido hábito de ir à praia e banhar-se no mar – hoje uma das mais apreciadas atividades de lazer, outrora era prescrita e motivada pelas supostas propriedades medicinais que o mar oferecia (URRY, 1996, CORBIN, 1989). Segundo Corbin (1989), na relação entre a prática dos banhos de mar e a medicina se encontra a origem da invenção da praia e de seus usos como conhecemos hoje. O autor observa que ainda que houvessem banhistas

² A expressão “ideologia do bem-estar” é emprestada do trabalho de Albino, Hammes e Vaz (2011).

motivados pelo prazer provocado pela água e pelas ondas, estes também passaram a desfrutar da praia de acordo com códigos de condutas instituídos pelas prescrições médicas, que ditavam, inicialmente, os ritmos da vida social no espaço litorâneo e contribuíram para a emergência do desejo de fruição à beira-mar nos momentos de lazer.

Outras atividades de lazer emergem da procura por uma vida mais saudável e por ambientes naturais, sendo exemplos os esportes, a meditação e as atividades físicas ao ar livre, como mostram Gonçalves e Melo (2009) ao analisarem o processo de urbanização e as formas assumidas pelas grandes cidades brasileiras principalmente na segunda metade do século XX. Embora a revolução tecnológica e a “explosão” industrial fizessem da cidade um lugar de possibilidades de acesso aos produtos e serviços de diversão em massa, também a transformaram em um contexto perturbado e insalubre, de forma que aquelas práticas foram “sendo apresentado[as], de maneira crescente, como bálsamo para os problemas decorrentes do inchaço urbano” (GONÇALVES E MELO, 2009, p. 251).

O lazer institucionalizado também emergiu com a justificativa de, entre outras questões, promover a saúde do trabalhador, ou, pelo menos reduzir comportamentos insalubres, na tentativa de reproduzir sua força de trabalho. Como evidencia Werneck (2003) o Serviço de Recreação Operária (SRO), criado em 1940 pelo Ministério do Trabalho, Indústria e Comércio – cujas atividades foram posteriormente complementadas e substituídas por instituições como o SESC e o SESI - tinha como objetivo a promoção do “bom uso” das horas de lazer dos trabalhadores, já que a diminuição das horas de trabalho e, conseqüentemente, o aumento das horas livres, abriam caminho para os vícios, a promiscuidade e a ociosidade. Com intuito de evitar a degradação da sociedade, o SRO tinha como proposta preencher os momentos de lazer “com recreação orientada, ou seja, com diversão saudável, educativa e socialmente útil. O significado de recreação, desta maneira, correspondeu à utilização adequada das horas de lazer dos trabalhadores sindicalizados e suas famílias.” (WERNECK, 2003, p.292).

Ao olharmos para a história do lazer no Brasil, podemos dizer que em muitos momentos ela guardou relação com a saúde, ou se justificou por meio dela, o que, aliás, se estende para todo o campo de atuação da Educação Física que, conforme Galak (2015), desde os seus primórdios incorporou os princípios higienistas e a defesa da saúde como principal razão para o indivíduo se movimentar.³ Esta relação não se dá por acaso, afinal, saúde é um tema que sempre teve maior legitimidade social, diferentemente do lazer e da própria Educação Física.

³ A popularização da associação entre Educação Física e Saúde teria se dado principalmente por meio da presença da disciplina no contexto escolar, onde foram confundidos “seus objetivos educacionais e higienistas com os terapêuticos e profiláticos, interpretando erroneamente seus profissionais como “agentes de saúde” e combinando discursos pedagógicos e didáticos com postulados médicos e psicologistas – assim, de uma forma ou de outra, todos os critérios são discutidos em termos científicos.” (GALAK, 2015, p. 51). Embora o autor referenciado tenha como foco a análise do contexto argentino, as questões epistemológicas citadas são verificadas em outros territórios em que a Educação Física teve ampla influência europeia, como o Brasil.

Embora muito já tenha sido discutido sobre o caráter funcionalista do lazer e, em certa medida, avançado no que se refere à possibilidade de sua vivência sob outras perspectivas e, do mesmo modo, a compreensão de saúde também tenha avançado no sentido de ser percebida de forma ampliada e holística, a composição lazer e saúde parece sustentar-se pelos antigos laços da “qualificação” dos corpos por meio da sua normatização e normalização, embora com outras roupagens. Trabalhamos com a ideia de que cada vez mais o lazer tem sido instrumento de manutenção e melhoramento da saúde, - e, portanto, expressão de medicalização da vida - assim como comportamentos e atividades especificamente destinadas à saúde parecem ter a obrigação de entreter. Que o lazer qualificado seja fundamental para a saúde, em seu amplo sentido, parece inegável, mas que a saúde, em seu sentido estrito, seja seu fim, é fundamental questionarmos.

A seguir, apresentamos algumas questões teóricas sobre a preocupação contemporânea com a forma física e a saúde, tentando refletir sobre como o lazer incorpora esta demanda e confunde-se com ela, por isso, nem sempre é, como desejamos, fonte de liberdade, prazer, enriquecimento espiritual e desenvolvimento pessoal. Associado a isso, refletimos sobre algumas expressões do lazer contemporâneo, em que a “saúde” do corpo biológico, em suas dimensões física e mental, parece ser o fim primeiro e último, da sua realização. Finalizamos com questionamentos a serem enfrentados se desejamos que o lazer possa ser expressão e objeto de saúde.

Cultura somática e lazer: questões preliminares

A preocupação com o corpo no contemporâneo, que inclui um conjunto de cuidados e preocupações relacionadas à forma física e à saúde, teria atingido tal intensidade e ocupado um lugar tão importante no cotidiano a ponto de podermos nomear a nossa cultura de *cultura somática*, segundo argumenta Costa (2005). Expressão disso são as frequentes conversas que, se não começam, terminam com discussões em que o corpo é o protagonista, sendo suas práticas e experiências quase sempre medidas e qualificadas em termos matemáticos: o número de refeições no dia, as horas (mal) dormidas, o aumento do número da modelagem, as taxas de colesterol, a idade e as linhas de expressão, o exercício que proporciona maior perda de gordura, o tempo necessário de exposição ao sol e, ao mesmo tempo, o fator de proteção solar para impedir as doenças de pele, o saldo de calorias ingeridas e perdidas entre as refeições e as atividades de prazer sensorial do final de semana.

No entanto, adjetivar de somática a nossa cultura, não está relacionado à preocupação ou à quantidade de investimentos que se faz sobre o corpo, mas o lugar central que este ocupa na construção e definição da nossa identidade (COSTA, 2005), ou seja, aquilo que somos ou queremos ser cada vez mais tem se estruturado a partir do que *corporalmente* parecemos ser. Observamos que não há nada de errado em cuidar

do corpo, sentir-se bem com estas ou aquelas escolhas que delineiam o chamado *estilo de vida saudável*, a não ser o seu teor imperativo a partir do qual temos sido valorados moralmente e classificados como mais ou menos felizes e mais ou menos bem sucedidos. O ponto central da discussão é a construção de uma moralidade que se vincula fortemente ao corpo, suas imagens, práticas e expressões (COSTA, 2005), não sendo por acaso o grande investimento que “deve” ser feito sobre ele (ALBINO, HAMMES, VAZ, 2011): exercícios, dietas, exames constantes, cosméticos, plásticas, maquiagem, vestimentas e atividades que garantam um semblante feliz, do riso eufórico e do prazer imediato, na medida em que o flash fotográfico possa capturar, disseminar e perpetuar o registro de uma vida tão bem sucedida quanto saudável.

Com isso, não queremos dizer que todos os momentos felizes e registrados, especialmente sob a chancela do saudável, constituiriam falsa representação da realidade. Mas é preciso destacar que há uma discursividade difundida especialmente pela mídia, embasada no mito cientificista (COSTA, 2005), que anuncia, constantemente, que para ser feliz é preciso, entre outras coisas, seguir invariavelmente os ditames do *estilo de vida saudável*, sendo um dos ingredientes importantes na receita de sucesso divertir-se, sair da rotina, experimentar sensações novas, garantir uma rotina cheia de lazer.

O que Costa (2005) chama de mito cientificista se refere ao lugar que a ciência passa a ter na definição de valores e nas recomendações morais de teor universal, tarefa antes atribuída às instituições tradicionais, como a família, a religião e a política. A ciência passa a concentrar todo entendimento de Verdade, tendo força para normatizar os comportamentos das mais diferentes formas de vida.

A virtude moral deixou de ser o único padrão da vida reta e justa. Agora, o bom ou o Bem também são definidos pela distância ou proximidade da “qualidade de vida”, que tem como referentes privilegiados o corpo e a espécie. [...] O cuidado de si, antes voltado para o desenvolvimento da alma, dos sentimentos ou das qualidades morais, dirige-se agora para a longevidade, a saúde, a beleza e a boa forma. [...] Ser jovem, saudável, longo e atento a forma física tornou-se a regra científica que aprova ou condena outras aspirações para a felicidade.[...] o justo é o saudável; o reto é o que se adapta ao programa da vida bem sucedida, do ponto de vista biológico. (COSTA, 2005, p. 190).

O lazer também é um dos tempos/espacos em que estes valores possuem força normativa e em que se busca legitimidade pelo discurso cientificista da qualidade de vida. Afinal, se a vida é “muito corrida”, se “sobra” pouco tempo para o cuidado do corpo, o tempo de lazer também “deve” ser otimizado para isso. É aí que lazer e saúde - como dever e valor moral - começam a se confundir. O bom lazer passa a ser aquele que se adequa ao ideal de boa saúde, que promove o cuidado de si e da espécie, do ponto de vista biológico.

Exemplo disso são os esforços dos empreendedores do mercado do *fitness* para que academias de ginásticas se tornem também espacos de lazer. Para tanto, são criados ambientes de convivência e promovidas atividades que, ao mesmo tempo,

associam divertimento e desenvolvimento/manutenção do desempenho das capacidades físicas e da estética corporal. Isso é manifestado tanto no interior das academias de ginástica, por exemplo, quando estas são transformadas por um período do seu funcionamento em algo próximo de uma danceteria com sonorização e iluminação próprias ou, no final de semana, com a organização de trilhas e corridas de rua em grupo seguidas de confraternização.

O discurso sobre a busca e a conquista do ideal de saúde e bem-estar no e por meio do lazer também está presente nas revistas ilustradas para o público feminino, conforme mostram Albino, Hammes e Vaz (2011). Em análise à seção da Revista Boa Forma destinada aos momentos em que a mulher estaria livre do trabalho, os autores constataram um conjunto de recomendações e prescrições de técnicas sobre o bem-estar que incluíam relaxamento, medidas para conquistar autoestima, informações sobre a postura corporal, o uso de plantas medicinais, a realização de exercícios e o consumo de alimentos saudáveis.

Na análise empreendida, saúde, beleza e lazer confundem-se e se configuram como meio um do outro, informando sobre uma felicidade que se constrói com e sobre as formas e práticas corporais de embelezamento, assepsia e saúde. Embora as imagens e discursos da Revista sobre as práticas e técnicas corporais aparentem expressar oposição a um corpo castigado pela disciplina do trabalho, reforçam a obrigatoriedade e a instrumentalização do bem-estar com a normatização das condutas frente a um padrão do que seja estar bem, mas que não se conquista sem disciplina e esforço incessante (ALBINO; HAMMES; VAZ, 2011). A conjuntura apresenta uma dinâmica de controle em que

[...] trabalho e lazer se inter-relacionam incessantemente, na promessa de liberdade encarnada num corpo belo e saudável, em estado de bem-estar, mas que reproduz o modelo da maquinaria pela forma de investimento sobre esse corpo, na sua transformação em mais uma mercadoria, e no caráter de recuperação para o trabalho, e do anestesiamiento daquela dinâmica pela tentativa de esquecimento da dor (cotidiana e imemorial), que no final das contas essas práticas exercem. O divertimento é um anestésico que, pela alienação e controle pormenorizado do eu, padroniza-o. (ALBINO; HAMMES; VAZ, 2011, p. 577).

O dever de o lazer constituir-se em um momento de saúde também é explícito entre os grupos de convivência para a terceira idade, que tem as atividades físicas como principal conteúdo. Não são poucos os estudos que apontam a convivência entre as principais motivações para este segmento da população se encontrar (CASTRO; LIMA; DUARTE, 2016; RODRIGUES; FERNANDES, 2017). Isto é levado em consideração pelos profissionais e responsáveis que promovem as atividades, no entanto, pouco se questiona sobre a possibilidade de haver um grupo de lazer, de conversas e convívio, sem a legitimação do discurso da saúde física e biológica, sem a justificativa oficial da necessidade do exercício físico, ainda que, na prática, este seja, muitas vezes, apenas o pano de fundo.

Que o lazer se constitua como estratégia de saúde mental/emocional dos indivíduos, será discutido mais a frente. Agora, importa observar a força duplamente normativa que recai sobre um tempo pretensamente livre, em que a regra é tanto divertir-se como estar adequado à ideologia do bem-estar. A adequação a uma forma ideal de se viver produz grande carga de cobranças e sofrimento, exigindo dos indivíduos enorme disciplina para manutenção de hábitos, condutas e desempenhos corporais que garantam a admiração moral, a sua própria e a dos outros, como expõe Costa (2005, p. 199):

Nos sentimos, com frequência, melindrados por qualquer observação sobre a nossa aparência física, pois estamos entregues, sem defesas, ao escrutínio moral do outro. Qualquer comentário sobre hábitos alimentares, por exemplo, desencadeia, em geral, uma tagarela, bizarra e infantilizada competição sobre quem faz mais exercício; quem como menos gordura; quem é capaz de perder mais quilos em menos tempo; quem deixou de fumar a mais tempo; quem ingere mais vegetais, alimentos e fármacos naturais etc. Em paralelo a isso, todo consumo de comidas com alto teor calórico é precedida de verdadeiros atos de contrição e rituais preventivos de expiação da falta a ser cometida.

Além da disciplina e (auto)controle exigidos, Costa (2005) argumenta que o interesse pelo corpo e seu desempenho, é acompanhado de um desinvestimento na vida pública e nas ações que visam o bem comum, pois estes são pouco afetados pelo gozo sensorial, um tipo de satisfação própria das experiências corporais e portanto, privilegiada na cultura somática. No mesmo sentido, valendo-se do entendimento político de Hannah Arendt, Vaz (2015) argumenta que os esforços dedicados à busca de um ideal de corpo belo/saudável/feliz constituem-se em um trabalho incessante que consome boa parte das nossas vidas, havendo, em consequência, certo esvaziamento da política, menor participação no espaço público e em ações duradouras.

O entrelaçamento entre lazer e saúde, a partir dos exemplos citados acima, atualiza e reforça a prática do lazer como complemento do trabalho ou, de um sistema que adentra para o trabalho, mesmo durante o período de lazer (ADORNO, 2015), de modo que

o tempo disponível em uma sociedade laboral, de *operários*, não é mais do que uma parte da equação do metabolismo que se conjuga na subsistência basal da própria vida. É uma vida reduzida a um corpo sem qualidades, a um organismo, aos mecanismos de repetição incessante, animalizados, necessários à sobrevivência (VAZ, 2015, p. 87).

A prescrição da saúde como lazer, isto é, a adoção de hábitos e comportamentos saudáveis em/por meio de atividades reconhecidamente pertencentes ao universo das práticas de lazer (festas, trilha, encontros com amigos), constitui um processo de medicalização da vida que tem como foco a saúde do corpo em sua dimensão física, especialmente por meio dos exercícios físicos. Entrelaçado a isso, por outra via, temos a prescrição do lazer como saúde, quando aquele é o próprio “remédio” para manutenção da saúde do corpo, porém em sua dimensão mental. Se, no primeiro caso, o lema é

exercitar-se se divertindo, no segundo o indivíduo é convocado para divertir-se se exercitando, ou divertir-se de forma “saudável”. Vejamos como isso tem se apresentado em parte do amplo campo do lazer e algumas implicações.

Lazer e saúde mental: outra face da cultura somática

A cultura somática não envolve apenas a saúde física e a estética corporal, mas também prescreve e determina ideais da chamada saúde mental e emocional, a partir dos quais segmentos da área do lazer tem orientado suas ações e intervenções, por vezes, ainda mais intensamente, embora menos aparente, do que no primeiro caso. Por isso, ao retomarmos a pergunta: pode-se *ter* saúde sem *ter* lazer? A resposta afirmativa parece já estar dada e, muitas vezes, tem como base a compreensão de o lazer ser o momento da vida que concentraria todas as possibilidades de realização e prazer, contrastando e anestesiando a consciência contra as mazelas sociais e frustrações individuais.

Ao nos referirmos à saúde mental não se trata de retomarmos a divisão cartesiana entre corpo e mente, mas considerarmos que físico e mental “são expressões diversas de um mesmo corpo” (COSTA, 2005, p. 212) ocupando papéis ora mais ora menos demarcados na ideologia do bem-estar, mas com técnicas e procedimentos de cuidado de si bem definidos. No caso da saúde mental estas técnicas envolvem “manter a mente ocupada”, “distrair-se”, “ver pessoas”, participar de algum grupo, “aproveitar a vida”... de modo que se assuma um semblante de tranquilidade e felicidade constante. Para isso, pouco importa o conteúdo: passeios, viagens, cinema, voluntariado, religião, artesanato, grupos de convivência e os próprios cuidados com a saúde física (como exercitar-se), que (con)fundem-se com o lazer como vimos no tópico anterior.

Todos estes conteúdos, em si, podem ser altamente gratificantes e terem importante participação na vida emocional e relacional do indivíduo quando desenvolvidos em toda a sua plenitude e acompanhados de um envolvimento *vivo* daqueles que deles participam. No entanto, chamamos atenção para o formato de entretenimento e o caráter ideológico como isto tem sido apresentado, especialmente, mas não somente, por meio da produção cultural de massa, a começar pela imperatividade do discurso que afirma que se deve estar feliz (ou, pelo menos demonstrar felicidade) o tempo todo. Mesmo numa rápida tomada da realidade, podemos constatar que atividades cujo conteúdo requer maior introspecção, inatividade corporal ou isolamento não raro são vistas com desconfiança, como se fossem perniciosas à sanidade mental, em contrapartida àquelas afinadas ao *lazer ativo*, em que há maior potencial para a exteriorização dos sentimentos e manifestações socialmente consideradas como de felicidade – o que, numa cultura em que o corpo tem centralidade, são traduzidas como a própria felicidade.

Um segundo aspecto se refere à forma que estas atividades devem assumir a fim de promoverem este suposto “estado mental saudável”, que é o *entretenimento*. Trata-se

da promoção e da vivência de qualquer conteúdo citado anteriormente, como algo descartável, em sua dimensão superficial, valorizado exclusivamente naquilo que pode proporcionar de prazer imediato, como se refere Costa (2005) em relação a *moral do espetáculo* predominante na cultura somática.

Por serem produzidas unicamente com a função de entreter, distrair, proporcionar esquecimento, e ou assim serem experimentadas, as atividades de entretenimento funcionam apenas como “recursos antitédios” (LOVISOLO, 2003). Como o próprio nome indica, estas se caracterizam pela capacidade de combater o tédio numa sociedade que não sabe o que fazer no seu “tempo livre”. Para tanto, como dissemos anteriormente, pouco importa o conteúdo, aliás, ele precisa perder qualquer importância alcançado um “estado de meio zero”, como propõe Enzensberger, segundo Lovisolo (2003)⁴, de modo que o indivíduo possa relaxar e manter-se atento à atividade, ao mesmo tempo que se desconecta do que ali está sendo comunicado. O meio “zero” significa esta negação, fim das contas, negação da própria atividade mental para a entrega absoluta às necessidades e desejos imediatos.

Necessário apenas como “satisfação compensatória”, o entretenimento constitui-se como ocupação estéril do tempo de lazer, simplesmente preenchendo um tempo no qual só se sabe agir obedecendo, como se referem Horkheimer e Adorno (2015, p. 31), em relação aos produtos de divertimento. Em alguma medida, é sob esta perspectiva que o lazer tem sido considerado uma dimensão importante da saúde mental do indivíduo, não porque produz algo, no sentido criativo, de enriquecimento espiritual ou de elevação da sua sensibilidade estética, mas porque caminha justamente no sentido contrário. Nas atividades destinadas e prescritas para entreter, a experiência deve permanecer “no âmbito das associações habituais” (HORKHEIMER; ADORNO, 2015, p. 31), conduzindo ao aniquilamento da subjetividade e da capacidade de produção espiritual humana.

Neste sentido, poderíamos dizer que o divertimento funciona como “narcótico da realidade”, tal como formula Buck-Morss (1996). Conforme a autora, da mesma forma que o uso de drogas como os opiáceos e anestésicos tiram a sensibilidade do corpo físico, impedindo de sentirmos dor, a dinâmica social permeada por uma profusão de estímulos, na qual consideramos o entretenimento um intensificador, entorpece o organismo, impossibilitando a capacidade humana de perceber cognitivamente.

A dupla de narcóticos (fármacos e entretenimento) disponíveis na sociedade contemporânea faz lembrar a dupla de recursos utilizados pelos personagens da distópica sociedade de *Admirável Mundo Novo*, livro publicado em 1932, por Aldous Huxley (2014). Naquele universo hipotético (até então), era amplamente popularizada uma droga sintética chamada *soma* e o *mass midea*, com a produção dos denominados cinema sensível e da música sintética. O soma era utilizado para garantir a sensação de felicidade, já que esta correspondia ao padrão comportamental não somente desejável,

⁴ Embora o olhar de Enzensberger estivesse voltado aos meios de comunicação, em especial a televisão, sua análise tem ressonância para a compreensão das diversas atividades de lazer como já demonstrou Lovisolo (2003, p. 247).

mas exigidos dos habitantes, sendo por isso dissimuladamente permitido pelo Estado. Independentemente do que acontecesse era obrigação e responsabilidade de cada indivíduo ser feliz, tendo à sua disposição a substância que podia ser administrada conforme as suas necessidades, seja como tranquilizante, sonífero ou estimulante para participar especialmente de atividades programadas de lazer. Outra alternativa utilizada para garantir a felicidade era o cinema sensível, em que os telespectadores poderiam ver, ouvir e sentir o que estava sendo apresentado na tela, por meio dos seus próprios sentidos, incluindo as sensações táteis dos beijos entre os amantes e os perfumes dos campos. Ambos os recursos funcionavam como consolo para os indivíduos nos momentos de lazer, proporcionando ou o esquecimento ou uma euforia passageira que os colocavam em condições de voltar à realidade, retomar o trabalho, manterem-se ajustados ao sistema de castas em que viviam e em harmonia com padrões e leis sociais.

Embora não tenhamos exatamente o soma e o cinema sensível para anestesiarem e condicionar nossos sentidos e pensamentos, temos à disposição uma série de fármacos - como o Prozac e o Viagra - e entretenimento de toda ordem como equivalentes que cumprem o papel de produzir um efeito psíquico “positivo”, pela via da dessensibilização à dor e à tristeza, do esquecimento das nossas fraquezas e da fuga da realidade. Em relação aos primeiros (fármacos), a intensificação do uso se dá “mediante uma hiperbiologização do homem”, já que com os medicamentos “torna-se plausível, imaginável, *desejável* ser magro mesmo comendo, ser alegre e talvez feliz, mesmo ante uma situação penosa externa e sem ter resolvido seus problemas pessoais, ser viril mesmo com a idade avançada”. (RIBEIRO, 2003, p. 29) Em relação à dinâmica do lazer como entretenimento, esta também consiste numa forma de medicalizar a vida, não por meio da ingestão de substâncias, mas pelo entorpecimento da subjetividade e o habituar dos sentidos. Portanto, pela aceitação sem resistência ao que é oferecido, o que se configura na própria negação da liberdade que se acredita usufruir durante o lazer. (HORKHEIMER; ADORNO, 2015).

Assim, no que tange a saúde mental a ideologia do bem-estar abrange a expectativa de uma alegria, um estado de felicidade permanente que não se sustenta na vida efetiva dos indivíduos. As técnicas que buscam, paradoxalmente, o esvaziamento mental pelo seu entorpecimento, são para a mente, equivalentes ao que as técnicas corporais (exercícios, dietas...), são para o físico: autopreservação, experiência do/no corpo nu, garantia de auto-reprodução. Como diz Costa (2005, p. 215), “Estar bem com o próprio corpo deixou de ser precondição da excelência política, religiosa ou sentimental, para se tornar uma finalidade quase independente”.

Questões para pensar...

Se aqui trabalhamos com o entendimento que o lazer participa da cultura somática, tanto na dimensão do corpo físico – em que atividades de lazer e cuidados

com a saúde *devem* (com)fundirem-se, mantendo-se afinados ao ideal de vida saudável e, portanto, feliz – como na dimensão mental – em que atividades de lazer *devem* consistir em entorpecimento, distração destinada à negação do pensamento –, é porque precisamos nos manter atentos ao rigor desta nova moral social e à parcela de sofrimento que ela implica, especialmente pela impossibilidades do alcance do ideal proposto e do caráter efêmero do gozo que proporciona. Além disso, o reconhecimento deste contexto exige que nos perguntemos sobre sua reprodução ou ressonâncias naqueles espaços em que nossa margem de ação é mais dilatada, quais sejam, os programas públicos de lazer (e saúde): Em que medida os elogios, as críticas e as cobranças dirigidas aos participantes recaem sobre seu corpo nu? Quais expectativas demonstramos em relação aos corpos dos/das idosos/as, das crianças, dos homens e mulheres que participam de nossas ações? Quais atitudes e comportamentos são valorizados e comunicados por nós e pelos indivíduos nos grupos? Como nos posicionamos diante das falas e demonstrações de cobrança e (auto)punição dos indivíduos em relação aos seus corpos (suas marcas, suas formas e desempenhos)? Em que medida toleramos/negamos expressões de tristeza e exigimos o sorriso permanente? Quais os “corpos”/indivíduos que têm autoridade ou são encorajados para participar nas discussões e ações? De modo geral, precisamos nos questionar se e como nossos discursos e ações na área do lazer são balizados pelo estereótipo do corpo que deve ser “saudável”, na sua dimensão física (jovem, belo, forte, produtivo) e mental/espiritual (jovialidade, animação, autoconfiança), afinal, as identidades também são forjadas nos espaços e tempos de lazer.

Construir e desenvolver opções de lazer que se configurem em experiências saudáveis, em seu amplo sentido, e que, portanto, não seja puro entretenimento e alheamento em relação ao outro e ao bem comum, passa por reconsiderar os modos pelos quais percebemos e nos relacionamos com nossos corpos: juntamente com um conjunto de elementos físicos, que em si já apresentam expressivas particularidades (COSTA, 2005), nossos corpos conjugam e expressam características históricas, espaciais e culturais específicas que precisam ser reconhecidas e respeitadas. Certamente há uma dimensão objetiva, da saúde “biológica” que deve ser considerada e é legítimo que esta seja objeto de intervenção, mas talvez ela não precise ser o fim (primeiro e último) perseguido em todas as nossas ações tomando, inclusive e obrigatoriamente, o tempo de lazer. Além de revisar as representações hegemônicas sobre saúde e bem-estar, para que experiências de lazer possam constituir experiências de saúde, pensamos ser importante que se configurem como alternativas ao entorpecimento do corpo e da alma, que sejam, ao contrário, potencializadoras dos sentidos, formadoras de subjetividades plurais e encorajadoras da reflexão e do reconhecimento da realidade. Ou seja, que participem da construção de sujeitos saudáveis, como condição para o pensar e o agir autonomamente sobre si, sobre o outro e sobre o mundo.

REFERÊNCIAS

- ADORNO, Theodor. W. Tempo livre. In: _____. **Indústria cultural e sociedade**. Seleção de textos de Jorge Mattos Brito de Almeida. 9. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2015. p. 103-117.
- ALBINO, Beatriz S.; HAMMES, Priscila; VAZ, Alexandre F. Sobre o Bem-estar na Revista Boa Forma: corpo, lazer, normalização. **Educação e Realidade**, Porto Alegre, v. 36, n. 2, p. 569-585, maio/ago. 2011.
- BUCK-MORSS, Susan. Estética e anestésica: o “Ensaio sobre a obra de arte” de Walter Benjamin reconsiderado. **Travessia**, Florianópolis, n. 33, p. 11-41, ago./dez. 1996. Disponível em <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/travessia/article/view/16568/15124>>. Acesso em: 20 out. 2016.
- CASTRO, M. R.; LIMA L. H.; DUARTE E. R. Jogos recreativos para a terceira idade: uma análise a partir da percepção dos idosos. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Florianópolis, v. 38, n.3, p. 283-289, jul. set., 2016.
- CORBIN, Alain. **O território do vazio: a praia e o imaginário ocidental**. São Paulo: Companhia das Letras, 1989.
- COSTA, Jurandir. F. **O vestígio e a aura: corpo e consumismo na moral do espetáculo**. Rio de Janeiro: Garamond, 2005.
- GALAK, Eduardo. In: GOMES, Ivan Marcelo; FRAGA, Alex Branco; CARVALHO, Yara Maria de (orgs.). **Práticas Corporais no Campo da Saúde: uma política em formação** [recurso eletrônico]. Porto Alegre: Rede UNIDA, 2015. p. 47 – 74.
- GONÇALVES, Cleber A.; MELO, Victor A. Lazer e urbanização no Brasil: notas de uma história recente (décadas de 1950/1970). **Movimento**, Porto Alegre, v. 15, n. 3, p. 249-271, jul./set. 2009. Disponível em: <<http://www.seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/4557/5588>>. Acesso em: 04 abr. 2014.
- HORKHEIMER, Max; ADORNO, Theodor W. A indústria cultural: o Iluminismo como mistificação das massas. In: ADORNO, T. W. **Indústria cultural e sociedade**. Seleção de textos de Jorge Mattos Brito de Almeida. 9. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2015. p. 7-74.
- HUXLEY, Aldous. **Admirável mundo novo**. São Paulo: Globo, 2014.
- LOVISOLO, Hugo. Tédio e espetáculo esportivo. In: ALABARCES, P. (Org.). **Futbologías: Fútbol, identidad y violencia en América Latina**. Buenos Aires: CLACSO, 2003. p. 241-255. Disponível em: <<http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/gt/20100919010923/alabarces.pdf>>. Acesso em: 18 jan. 2016.

RODRIGUES, J. P.; FERNANDES, C. A. Lazer e sociabilidade: sobre as memórias e motivações de idosos participantes de uma experiência de educação não formal na zona leste da cidade de São Paulo. **Licere**, Belo Horizonte, v.19, n.4, dez/2016. Disponível em: <https://seer.ufmg.br/index.php/licere/article/view/3917/2840> Acesso em: 16 jul. 2017.

RIBEIRO, Renato. J. Novas fronteiras entre natureza e cultura. In: NOVAES, Adauto (Org.). **O homem-máquina**: a ciência manipula o corpo. São Paulo: Companhia das Letras, 2003. p. 15-36.

URRY, John. **O olhar do turista**: lazer e viagens nas sociedades contemporâneas. São Paulo: Studio Nobel, 1996.

VAZ, Alexandre F. Corpo, política, modernidade. In: GOMES, Ivan Marcelo; FRAGA, Alex Branco; CARVALHO, Yara Maria de (orgs.). **Práticas Corporais no Campo da Saúde**: uma política em formação [recurso eletrônico]. Porto Alegre: Rede UNIDA, 2015. p. 75 – 92.

WERNECK, Christianne L. G. **Significados de recreação e lazer no Brasil**: reflexões a partir da análise de experiências institucionais (1926-1964). 2003. 322 f. Tese (Doutorado em Educação) - Faculdade de Educação, Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, 2003.

Endereço para correspondência

Rua Itupava, 72. Curitiba-PR.

Recebido em:

04/06/2018

Aprovado em:

16/06/2018