



Perspectivas de Investigación en Educación Física
Vol. 5, núm. 10, e052, octubre - marzo 2026, ISSN-e 2953-4372
Universidad Nacional de La Plata, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación IdIHCS
(UNLP-CONICET)
Centro de Estudios e Investigaciones de Educación Física (CEIdEF)

Hacia un modelo crítico de Educación Física para la salud en las escuelas

Rumo a um modelo crítico de Educação Física para a saúde nas escolas

Towards a critical physical education model for health in schools

 Miguel Vicente Pedraz

Universidad de León, España
mvicp@unileon.es

 Felipe Quintão de Almeida

Universidade Federal do Vale do São Francisco, Brasil
fqalmeida@hotmail.com

Recepción: 16 febrero 2026
Aprobación: 24 febrero 2026
Publicación: 01 octubre 2026

Cita sugerida: Pedraz, M. V. y Quintão de Almeida, F. (2026). Hacia un modelo crítico de Educación Física para la salud en las escuelas. *Perspectivas de Investigación en Educación Física*, 5(10), e052.
<https://doi.org/10.24215/29534372e052>

Resumen: Este artículo tiene como objetivo discutir la salud desde una perspectiva diferente del abordaje patogénico tradicional. Problematisa la posibilidad de una Educación Física escolar crítica con respecto a la concepción mercantilista y neoliberal de la salud e indaga en las posibilidades de una Educación Física alternativa que permita empoderar a las personas con respecto a sus cuerpos y sus experiencias corporales tal que fomente las relaciones democráticas. Metodológicamente, considera la orientación foucaultiana, oportunidad para pensar una Educación Física escolar crítica cuyo horizonte sea la vida buena a partir del cuidado de sí autónomo.

Palabras clave: Educación Física Escolar, Salud, Michel Foucault

Abstract: This paper aims to discuss health from a different perspective to the traditional pathogenetic approach. It problematizes the possibility of a critical approach to school physical education to the mercantilist and neoliberal conception of health. It also explores the possibilities of an alternative approach to physical education, which empowers people with respect to their bodies and their bodily experiences, promoting democratic relations. Methodologically, it considers a Foucauldian orientation, an opportunity to consider a critical approach to school physical education which aims at a good life based on independent self-care.

Keywords: School Physical Education, Health, Michel Foucault

Resumo: Este artigo tem como objetivo discutir a saúde a partir de uma perspectiva diferente da abordagem patogênica tradicional. Ele questiona a possibilidade de uma Educação Física escolar crítica com respeito à concepção mercantilista e neoliberal da saúde e indaga nas possibilidades de uma Educação Física alternativa que permita empoderar as pessoas com respeito a seus corpos e suas experiências corporais tal que fomente as relações democráticas. Metodologicamente, considera a orientação foucaultiana, oportunidade para pensar uma Educação Física escolar crítica cujo horizonte seja a vida boa a partir do cuidado de si autônomo.



Física escolar crítica em relação à concepção mercantilista e neoliberal da saúde e investiga as possibilidades de uma Educação Física alternativa que permita empoderar as pessoas em relação aos seus corpos e às suas experiências corporais, de modo a promover relações democráticas. Metodologicamente, considera a orientação foucaultiana como uma oportunidade para pensar uma Educação Física escolar crítica cujo horizonte seja a boa vida a partir do autocuidado autônomo.

Palavras-chave: Educação Física Escolar, Saúde, Michel Foucault

1. A modo de introducción: Educación Física, cuerpo y salud

El estudio comparado de los usos y las simbologías corporales a lo largo de la historia permite constatar que las divisiones sociales se muestran de manera tanto más definida e incuestionable cuanto mejor son expresadas a través de diferencias corporales tales como el color de la piel, la complexión o los rasgos faciales, pero también mediante la oposición antinómica de atributos físicos como masculino-femenino, alto-bajo, diestro-torpe, recto-curvo, delicado-grosero, etc., los cuales, una vez naturalizados, constituyen una persuasiva llamada a la aceptación de la realidad tal como le es dada a cada cual. Aquí, la vieja máxima según la cual los movimientos del cuerpo proceden y son extensión de los movimientos del alma –tantas veces reactualizada en la sabiduría popular– se ha configurado secularmente como una maldición que estigmatiza a quienes en la pugna social por la obtención de credenciales se ven desprovistos de las cualidades físicas y morales más apreciadas –y distinguidas–. Evidentemente, en dicha pugna, que es también una pugna identitaria, opera la mecánica de la distinción social cuyas reglas –tan sagazmente desveladas por Bourdieu (2006)– tienden a polarizar las propiedades y expresiones corporales sublimándolas o denigrándolas según sean más o menos frecuentes entre quienes pertenecen a las capas sociales dominantes; particularmente, entre quienes poseen mayor capital simbólico y social, en términos del sociólogo francés.

Si las cualidades físicas y morales socialmente más apreciadas, y por lo tanto dotadas de mayor legitimidad, se concentran en los miembros de las clases dominantes –a la que, por cierto, pertenecen los profesionales de la salud con los médicos a la cabeza–, entonces es consecuente pensar que la definición de salud y las prácticas constitutivas de la vida saludable serán una derivada de las preferencias y de los modos de vida típicos de dichos miembros. A resultas de la pugna simbólica en la que dichos miembros están involucrados, la definición del estilo de vida saludable se configura –particularmente en las sociedades de consumo– como un dispositivo de exclusión; sobre todo, porque al amparo del saber pericial llega a imponerse como definición objetiva y universal y, en última instancia, a naturalizarse.

En todo caso, esta mecánica de la distinción, expresión genuina del valor comparativo de la apariencia que la Educación Física escolar a menudo replica y exalta, pone de relieve que los cuerpos no son espacios neutros y vacíos, que no son receptáculos disponibles para cualquier aprendizaje, ni, mucho menos, lugares de deliberación y de expresión libre del deseo. Al contrario, puesto que son inscritos (y permanentemente reinscritos) con las marcas culturales de, por ejemplo, el género, la clase social, la etnia, entre otros artefactos clasificatorios, los cuerpos son un escenario de tensiones. Se configuran como campos de producción ideológica, en los que opera una doble oposición dialéctica entre la identidad y la diferencia: en las capas inferiores, la oposición entre la pulsión a ascender de posición y la pulsión a afirmarse solidariamente en la posición a través de la exhibición de los rasgos propios del grupo que ocupa esa posición; y en las capas superiores, la pulsión a distanciarse –distinguirse– mediante prácticas privativas y la pulsión a imponer a toda la sociedad los propios rasgos como los rasgos legítimos.

Esta clase de tensiones constituyen, de acuerdo con la teoría del proceso de la civilización de Elias (1987), el estímulo por el que continuamente se ordena y se reordena el mapa de las costumbres y la significación de los atributos corporales; pero dicha reordenación, aunque esté colmada de elementos fortuitos y aunque muchos elementos causales sean accidentales, presenta una dirección característica: cada vez mayor refinamiento gestual y autocontrol emotivo como propiedad civilizatoria que pone de manifiesto el inevitable carácter somático de la moral y la consiguiente condición moral (e ideológica) del cuerpo. Evidentemente, en este paulatino proceso de composición y recomposición gestual, emotiva, comunicativa, de la sensibilidad, etc., el cuerpo también es objeto premeditado de operaciones de configuración, bien sea como dispositivo disciplinario de carácter anatomo político o biopolítico –como blanco de poder– en el sentido foucaultiano,

o bien como producto de consumo que, en todo caso, obra en favor de un cierto régimen de verdades legitimado; un régimen de verdades donde la relación entre el cuerpo y sus órganos simboliza y naturaliza las relaciones de poder. Es en este sentido que el cuerpo, la imagen que proyecta, es un nudo de significaciones, una señal de identidad, sobre todo en la medida en que a través de su forma o de sus gestos se expresa la dialéctica de la diferencia: la distancia entre quienes poseen recursos simbólicos y materiales y quienes no los tienen, por ejemplo, para el cuidado y la atención personal que demandan las sociedades consumo. Y si el cuerpo es una señal de identidad –hoy un indicador de la clase social donde antes lo era sobre todo de la virtud– no puede dejar de ser también un artefacto político.

Si como decía Bourdieu (1988, p. 210), el cuerpo es la objetivación más indiscutible del gusto de clase y consideramos que no existe ninguna práctica independiente de los gustos y de las propias *necesidades* de clase, ni independiente de una ideología bajo la cual se articulan sus significados, cabe plantear que las prácticas corporales -y particularmente las de la Educación Física para la salud- constituyen, más allá de la relación entre medios y fines que el discurso técnico establece como algo neutral y objetivo, un eventual producto social donde la desigual disponibilidad de recursos simbólicos ha dado lugar a la difusión-imposición de las formas de relación con el cuerpo desarrollados según los *desiderata* y los esquemas de verdad y de verdad práctica propios de la clase dominante. Esto nos obliga a cuestionarnos, al menos teóricamente, la naturaleza *natural* de la *vida sana* o *saludable* y nos invita a indagar sobre los elementos de la racionalidad y de la moralidad que han venido construyendo y en la actualidad configuran el marco valorativo de la conducta y de las manifestaciones corporales.

Más concretamente, nos exige poner de relieve cómo los principios del discurso somatológico dominante terminan por definir los modos legítimos de la economía individual y colectiva de los cuerpos, de todos los cuerpos. Por ejemplo, cuando el discurso médico, transmutado en discurso pedagógico, prescribe regularidad y moderación, alimentación equilibrada y una necesaria supervisión pericial (médica) del esfuerzo, etc., como si estas condiciones fueran el resultado de una elección individual, ¿no contiene implícitamente una deslegitimación de todas aquellas formas del ejercicio físico que por ética y estética y por coste económico escapan a ese patrón tan próximo, por cierto, al orden productivo? ¿No incurre la Educación Física escolar en un posicionamiento clasista cuando adopta este discurso y las prácticas que lo desarrollan? Asimismo, en la medida en que estas recomendaciones son referenciadas sobre modelos deportivos cuya producción está determinada por valores de autorrealización física netamente masculinos, ¿no incurre en una contradicción respecto del ideario inclusivo? Más claramente, ¿no incurre en un posicionamiento abiertamente machista?

Este es el contexto en el que queremos enmarcar la sempiterna relación entre salud y virtud y sus contrarios, enfermedad y corrupción moral que la medicina moderna, lejos de haberla superado, la reactualiza permanentemente mediante apelaciones al estilo de vida llamado saludable. Estas apelaciones traspasan la frontera de las recomendaciones técnicas sobre el cuidado físico y se erigen en un mecanismo de legitimación de los modos de vida y los tipos de relación con el cuerpo dominantes que, con sus particulares dispositivos de control, ejercen su presión colonizadora que alcanzan prácticamente a todas las esferas de la vida pública y privada.

La mirada foucaultiana a la enfermedad y la muerte, sobre todo a partir de *El Nacimiento de la clínica*, nos dibuja la medicina como una (con)ciencia política antes que como una ciencia natural; una (con)ciencia política en la medida en que a través de sus prácticas –pero también de sus discursos– se ha ocupado de descubrir y de resolver problemas políticos asegurando su autoridad mediante “(...) una presencia generalizada de médicos en el espacio social, cuyas miradas cruzadas han formado una red y ejercen una vigilancia constante, móvil y diferenciada” (Foucault, 1966, p. 55) que se aplican al arte de vivir. Podemos atisbar en este contexto, como resumen de lo apuntado, que la Educación Física se ha configurado como un aparato administrativo pedagógico y disciplinario particularmente relevante en la producción de subjetividades proclives a ese arte de vivir a través de la provisión de experiencias de sí –a menudo ascéticas– congruentes con el régimen de verdad que la medicina como (con)ciencia política ha establecido.

A este respecto, y para situar el debate de la Educación Física y su papel en la formación de las y los escolares en el ámbito de la salud desde una perspectiva crítica, conviene tener en cuenta que, en los mismos prolegómenos de la materia escolar, a lo largo del siglo XIX, operaron de forma fehaciente los mecanismos de legitimación del discurso médico en concordancia con los intereses de las capas dominantes en cuanto a la gestión de la vida humana. Aquí, el higienismo, la medicina social y, ya en los albores del siglo XX, el regeneracionismo, jugaron un papel determinante en el proceso de construcción de la identidad individual –subjetivación– tan definitorios de la eclosión de la mentalidad burguesa contemporánea en la que también se fraguó la institución escolar como forma de educación de masas. Bajo la preocupación (técnica) de elevar el nivel de salud de las clases sociales más necesitadas y dotar a los estados de una clase trabajadora más eficiente.

Bajo la preocupación (técnica) de reducir la morbilidad y mortalidad de las y los trabajadores y elevar así el nivel de la productividad, se fue imponiendo un *modus operandi* de “buen gobierno” que permitía y naturalizaba la injerencia médica en el espacio íntimo de la conducta; la apropiación de esta por parte del “estados benefactores” en aras del progreso (en aras de un nuevo obrero, una nueva mujer, un nuevo soldado, una nueva infancia). Es el momento de la efervescencia de la biopolítica sobre la que Foucault nos ha aportado tantos y tan fecundos recursos analíticos. La defensa médica de la Educación Física a mediados del siglo XIX como remedio contra el onanismo y la molicie, considerados las peores desviaciones de la moral y un riesgo para la civilización y para la especie humana, es un claro ejemplo de cómo la medicina oficial ha ejercido su influencia en configuración (ideológica) de la conducta imponiendo regularidad, rectitud, moderación, ascética perseverancia, etc.; cualidades que, como señas de identidad de la clase social hegemónica, albergaban una especie de promesa de salvación, más allá de la relación salud-enfermedad.

Salvadas las vicisitudes y preocupaciones de la moral decimonónica, la cruzada médico pedagógica de la Educación Física se ha trasladado a otros territorios del cuerpo como es la aptitud física y deportiva tan recurrente en estos tiempos de boyante razón instrumental. En este territorio se ha vuelto paradigmática la persecución casi mesiánica de la obesidad y de las conductas “incívicas” que supuestamente la producen: máxima expresión del paroxismo normalizador que criminaliza la diferencia.

Si, como dice Le Breton (2002), todo orden político se produce conjuntamente con un orden corporal, entonces, la Educación Física escolar, en tanto que aparato que se ocupa de la conformación del estilo de vida, de la apariencia y la presencia corporales en la sociedad, contribuye de manera fehaciente a construir y legitimar un cierto orden político y como tal debe ser considerada: como un aparato administrativo del poder que, más allá de las discusiones didactistas, está involucrada en la construcción de las identidades y de las subjetividades somáticas.

Se podría argumentar que la multiplicación de métodos y técnicas en las que actualmente opera el ancestral rito de la metamorfosis del cuerpo es el resultado de la democratización del derecho a la rectificación de la imagen, y que la Educación Física tan solo es un reflejo de lo que sucede en la sociedad. Pero un análisis minucioso de las disposiciones educativas que dan cobertura a las prácticas de la salud en la Educación Física nos permite comprobar que la escuela suele pasar por alto la compleja composición identitaria de los grupos e individuos que la conforman y, por lo tanto, elude conciliar las muy diferentes maneras de comprender el cuerpo (sano, apto, eficaz, hábil, bello, etc.). La retórica unitarista, al presentar la sociedad como algo homogéneo e indiferenciado (nuestra sociedad o nuestro tiempo), funcional, sin conflicto –por ejemplo, de clases o de géneros–, vacía la exploración del cuidado del cuerpo y de la salud del contenido político y las prácticas de la forma física de sus referentes ideológicos. A este respecto, el trabajo sobre el cuerpo que dispensa y promociona la escuela se puede considerar como un mecanismo impositivo mediante el que el poder atraviesa la carne y se inscribe en ella estableciendo, el universo posible y deseable de la apariencia; un mecanismo impositivo que no puede ocultar las fracturas sociales también en la expectativa de la salud. Y es que, si la imagen del cuerpo es una señal de identidad, consustancialmente a dicha imagen, la condición de la salud también lo es, sobre todo, en tanto que a través de ella cristaliza la dialéctica de la diferencia.

No cabe duda de que el estilo de vida saludable médicamente definido y socialmente legitimado se construye -empleando el análisis foucaultiano- a partir de sutiles pero permanentes técnicas de sujeción que penetran el cuerpo y crean una retícula de lazos a través de los que discurre el poder –no como algo que se ejerce sino como algo que circula- estableciendo una relación de sujeción infinitesimal, microfísica, no intencionada, aunque indeleble, entre el sujeto y su cuerpo. Pues bien, la Educación Física escolar, a través de los vínculos emocionales, ideológicos y prácticos que establece entre los alumnos y las alumnas con sus cuerpos, renueva los principios del buen encauzamiento; principios que, si en otro tiempo apelaban a la formación del carácter, a la rectitud moral por la vía del ascetismo, hoy apela con pasión redentora al hábito deportivo y eleva a categoría pedagógica la cruzada contra el sedentarismo.

En la medida en que la Educación Física escolar se hace eco de esta clase de definiciones y orienta la práctica pedagógica hacia los modelos que demanda una sociedad donde la imagen es un objeto más de transacción; se convierte en cooperador necesario de la banalidad del ejercicio físico; en una herramienta administrativa de dicho dispositivo al servicio de la industria de la imagen y que pone de relieve la distancia entre la corporalidad real (de los escolares que, por clase, género, orientación sexual, etnia o cultura, se encuentran en los márgenes de la cultura dominante) y de la corporalidad esperada, el llamado “cuerpo legítimo”. Una corporalidad que, en la versión tradicional de la Educación Física para la salud, se podría resumir en la idea de cuerpo en forma: el cuerpo objetivado a través de métricas biomédicas (y deportivas) donde la llamada al cuidado de sí se confunde con la propaganda de la eterna juventud.

La cuestión entonces es, desde una perspectiva crítica, qué debe y puede hacer la Educación Física: ¿es posible refutar el *statu quo* de la Educación Física escolar en materia de salud de manera que sus objetivos educativos rompan con la dinámica de la conformación del estilo de vida y de la apariencia mediatizadas por los poderes económicos y políticos? ¿Es posible objetar en alguna medida desde el tratamiento pedagógico del cuerpo el orden político y la (con)ciencia médica de la que habla Foucault?

Considerando los antecedentes apuntados respecto de la aportación a la configuración de los cuerpos que la Educación Física escolar ha establecido con los cuerpos y, en particular, con la noción (organicista y utilitarista) de cuerpo saludable, nos mueve el deseo de pensar la relación entre Educación Física y salud desde otra lógica; una lógica que, cuando menos, problematice el poder que se ha ejercido sobre la vida individual y colectiva, subyugándola/normalizándola. Se trata de ver si a partir de la comprensión y denuncia de las relaciones de poder es posible producir modos de subjetivación del cuerpo diferentes donde la vida individual

y comunitaria puedan desarrollarse en un entorno de libertad. Más precisamente, nos interesa discutir la posibilidad de una Educación Física crítica con respecto a la concepción mercantilista y neoliberal de la salud. Nos interesa discutir la noción de salud individual y orgánicamente considerada –a veces competitivamente considerada– e indagar en las posibilidades de una Educación Física alternativa que, en materia de salud, aunque también más allá de ella, permita empoderar a las personas con respecto a sus cuerpos y sus experiencias corporales tal que fomente las relaciones democráticas.

No somos las únicas voces que se alzan al enfrentamiento de esta tarea. Hay colegas en el campo que llevan tiempo discutiendo esta posibilidad desde la Educación Física escolar, a partir de una comprensión crítica.¹ Queremos aportar elementos de juicio a la cuestión a partir de la analítica de Michel Foucault considerando, particularmente, la sugerencia de Bracht (2019) y McCuaig y Quennerstedt (2018) según quienes es posible pensar una Educación Física escolar crítica cuyo horizonte sea la vida buena a partir del cuidado de sí autónomo.²

A este respecto, considerando la obra en la que se inserta este capítulo, es necesario caracterizar lo que Foucault comprendió por cuidado de sí y situarlo en el contexto de lo que el pensador francés denominó gubernamentalidad y que caracterizó como neoliberal (Foucault, 2008b). Con esta operación, tendremos la oportunidad de contraponer el modelo del cuidado de sí que recuperó Foucault de la tradición antigua³ con el modelo del cuidado de dicha gubernamentalidad neoliberal la cual encuentra en la noción de *homo economicus* su formulación más genuina. Después de realizar este ejercicio, en la parte final, enfocaremos nuestra atención en la problematización del objetivo anunciado para el capítulo.

2. La gubernamentalidad: entre el cuidado de sí y el empresario de sí

Comencemos con el cuidado de sí. El concepto debe ser comprendido, según una vasta literatura ha demostrado, en el contexto de un desplazamiento realizado por Foucault en su trabajo. Particularmente, en el momento en que sus análisis del poder son pensados menos a partir del enfrentamiento entre dos adversarios –o a través del vínculo de uno con el otro–, y más desde un modo singular, que no sería ni bélico ni jurídico, sino gubernamental (Foucault, 1995). Gubernamentalidad fue el neologismo registrado por él (2008a) en su curso de 1978 (*Seguridad, Territorio y Población*) para referirse a las estructuras políticas y de gestión del Estado a lo largo del tiempo, pero que, como se vería en su curso del año siguiente (*Nacimiento de la Biopolítica*), ya no designa solamente las prácticas constitutivas de un régimen de poder particular, sino que presupone también “la manera como se conduce la conducta de los hombres” (Foucault, 2008b). Ya en su curso de 1980 (*El gobierno de sí y de los otros*), esa manera de conducir las conductas de los hombres no se refiere solamente al problema del Estado para relacionarse sino, también, a un modo de acción que el individuo dirige hacia sí mismo, al gobierno de sí (Foucault, 2010).

Antes de los cursos de 1979 y 1980, Foucault (2008a) ya había afirmado en las clases de 1978 que al mismo tiempo en que el poder pastoral, embrión de la gubernamentalidad moderna, elaboró los primeros modelos de la conducta de los hombres, también despertó el deseo de saber “(...) cómo convertirse en sujeto sin ser sujetado” (Foucault, 2008a, p. 310). En otras palabras, al introducir el tema de la gubernamentalidad en sus estudios, Foucault retomó la cuestión de la subjetividad no solo a partir de la perspectiva del control, de las prácticas coercitivas y sus estados de dominación, sino que la trató también desde en el ámbito de las prácticas de sí como prácticas de la libertad. Es en tal contexto que debe ser entendida la afirmación de que “(...) la reflexión sobre la noción de gubernamentalidad no puede dejar pasar, teórica y prácticamente, por un sujeto que se definiría por la relación consigo” (Foucault, 2004b, p. 247).

De ahí en adelante, Foucault estaría interesado en la persona que actúa, que se autogobierna, construyendo su autonomía frente a las formas de gubernamentalidad. En su renovado interés por el tema de la subjetividad, Foucault (2004a, 2004b) analizó los distintos modos de subjetivación presupuestos en las prácticas ascéticas de la antigüedad socrático-platónica, en el modelo helenístico y en el modelo monástico-ascético (cristiano). Definió la ascesis como un conjunto de ejercicios disponibles, recomendables y hasta obligatorios, utilizados por las personas en un sistema moral, filosófico y religioso para llegar a un objetivo espiritual específico (Foucault, 2004a, 2004b). En este contexto, el énfasis, de acuerdo con lo que Foucault escribió en uno de los volúmenes de la *Historia de la Sexualidad*, es puesto en las formas de relación consigo, en los procedimientos y técnicas por las cuales son elaboradas, en los ejercicios por medio de los cuales las personas se asumen como objetos a conocer y en las prácticas de sí que permiten transformar su propio modo de ser. El cuidado de sí, por lo tanto, se transforma en una de las preocupaciones centrales de Foucault: “(...) cómo constituimos directamente nuestra identidad por medio de ciertas técnicas éticas de sí que se desarrollan desde la antigüedad hasta nuestros días?” (Foucault, 2004a, p. 302).

Esas técnicas de sí, modos por medio de los cuales los sujetos se autoconstituyen como señores de sus actos, representan un arte de la existencia o una estética de la existencia: “Trabajo de sí para consigo, elaboración de sí para consigo, transformación progresiva de sí para consigo en que se es responsable por una extensa labor que es de la ascesis (áskesis)” (Foucault, 2004b, p. 20). En esta configuración, el *self* deseado por las prácticas de sí representaba una especie de resistencia cultural, un deseo de vivir libre, con autonomía y sin determinación. Refiriéndose al pensamiento griego clásico, escribe Foucault (1997) que la constitución del sujeto moral por medio de las prácticas de sí compone el ejercicio de una vida virtuosa, de una buena vida, que es la vida del hombre libre en sentido pleno, positivo y político del término.

Otra característica de las ascesis clásicas era su dimensión política y social, pues el cuidado de sí se presentaba como una intensificación de relaciones sociales, basadas en el hecho de que, para cuidar bien de sí, era necesaria la relación con otras personas, con la comunidad a la que se pertenece, pues cuidar de sí era una manera de participar de la vida pública y mantener esa actividad dentro de los límites y las formas consideradas convenientes. No sorprende Foucault (2004b) al decir que para gobernar bien es necesario, primero, saber gobernarse a sí mismo, condición para la felicidad individual y para la garantía del buen orden en la ciudad. Tal característica también se extendía a los cuidados corporales, como, por ejemplo, la dietética, ya que la moderación, la prudencia, la parsimonia, la vigilancia corporal eran prerequisites para la participación adecuada en la vida pública y política. O sea, la ascesis corporal era un camino, un prerequisite, para la ascesis del alma.

Es a partir de este cuadro que Foucault comprenderá que la resistencia a las formas dominantes del poder político en la actualidad presupone necesariamente la relación de sí para consigo. De ahí su defensa de una ética de sí en términos de práctica y de problematización; en términos de hermenéutica de sí, que permite a las personas interrogarse sobre su propia conducta, cuidarla, formarla, y crear así nuevos estilos de vida individual, pero, también social, además de las objetivaciones impuestas por las tecnologías de dominación del poder. En síntesis, cabría decir que Foucault auspicia una genealogía de las personas como protagonistas de acciones éticas que determinarían la manera por la cual las personas deben constituirse a sí mismas como seres morales, responsables de sus propias acciones.

Bajo esta mirada, lo que se nos plantea es cómo podemos pensar (y discutir) la práctica de sí en el contexto del neoliberalismo contemporáneo. Es necesario decir que el pensador francés no interpretó el neoliberalismo a partir de su pertenencia a una doctrina política del Estado mínimo, como una ideología o política económica, aunque sí como una racionalidad política que tiene como principal característica proyectar en un arte general del gobierno, tanto de gobernantes como en la conducta de quienes son gobernados, los principios formales de una economía de mercado (Foucault, 2008b). Sigue Foucault (2008b) enseñándonos

que, en condiciones de gubernamentalidad neoliberal, las acciones de gobierno no tienen por objetivo intervenir en el mercado ni corregir los efectos destructores del mercado en la sociedad. No hay, por lo tanto, la intención de construir un gobierno económico, que reconozca y respete las leyes económicas; en cambio, sí que intervenga en la espesura y la trama social para que los mecanismos de disputa comercial asuman el papel de regulación de la propia sociedad y, claro, de la vida individual. Sentencia Foucault (2008b) que la política neoliberal es la multiplicación de la forma “empresa” en el tejido social, que hace “(...) del mercado, de la competencia y, por consiguiente, de la empresa lo que podríamos llamar de poder modulador de la sociedad” (Foucault, 2008b, p. 203). En esas circunstancias, no se gobierna como consecuencia del mercado, sino para el mercado, produciendo un *ethos*, un modelo de existencia, de ser y estar en el mundo que imprime el orden empresarial en la estructura de las relaciones sociales. Se trata, en este caso, de una generalización de la forma económica como principio para reinterpretar la dimensión subjetiva.

Es en este contexto que Foucault (2008b, p. 311) retomará el concepto de *homo economicus* para caracterizar lo que él llama de individuo empresario de sí, “(...) siendo él su propio capital, siendo para sí mismo su propio productor, siendo para sí mismo la fuente de su sustento (...)”, empeñado en producir, a partir del capital que posee, su propia satisfacción a lo largo de la vida. El emprendedor de sí no presupone un arte de gobernar pautado por la verdad, como en la *parresia* clásica; al contrario, se trata de que la incorporación del comportamiento económico a su conducta diaria esté asociada esta al trabajo, al ocio, a la educación, a la salud, etc., que se tornan estrategias de inversión para conducir y potencializar la vida/empresa. Refiriéndose al tema de la salud y de los cuidados médicos, Foucault (2008b, p. 316) afirma que los dos aparecen como elementos a partir de los cuales el capital humano podrá ser mejorado, perfeccionado y utilizado por más tiempo. Para Foucault (2008b), el capital humano corresponde a la inversión que el sujeto hace en sí mismo como materia prima de su autoemprendedurismo.

Al *homo economicus*, al incorporar el ejercicio del poder en la racionalidad de los gobernados, le cabe el papel de ser él mismo su propio gobierno, autovigilante, para cuidar de sí y ser responsable del éxito que obtenga o culpable del fracaso por sus malas elecciones: “Especialista en sí mismo, empleador de sí mismo, inventor de sí mismo: la racionalidad neoliberal exige al yo actuar sobre sí mismo para fortalecerse y, así, sobrevivir en la competición” (Dardot; Laval, 2016, p. 333). Por medio de muchas prácticas, los individuos demuestran sus habilidades para cuidar de sí y construir su identidad.

El empresario de sí desarrolla una relación para consigo que incluye prácticas productoras de estados de obediencia dirigidas a la constitución del individuo solamente a partir de la inversión en sí mismo, a la luz de los límites racionales del cálculo entre costos y beneficios. Se trata de una insidiosa tentativa contemporánea de modelación de los individuos y control de sus flujos vitales caracterizado por un modo de subjetivación capitalista que no está al servicio de la libertad como en las ascesis clásicas sino, al contrario, es un *ethos* que dificulta la libertad de creación y elimina la espontaneidad, la alteridad, la resistencia cultural, etc. Así, el sujeto empresarial, cuyas características definidoras consisten en la individualización y en la competencia, se va viendo cada vez más ajeno al bien colectivo de los derechos políticos comunes, de la vida pública. La ascesis neoliberal, por lo tanto, presupone la lógica de la competencia con el otro, de modo que el cuidado del emprendedor de sí no demanda la solidaridad y la comunidad pues las experiencias de transformación de sí son vividas en soledad.

Tales características de las ascesis neoliberales, como se ve, son bastante distintas de aquel cuidado de sí que Foucault (2004b) describió en la *Hermenéutica del Sujeto*, como principio de agitación e inquietud permanente cuyo objetivo es la transformación de sí mismo y en la creación de nuevas maneras de ser y de vivir.

3. Gobierno de sí y salud en una perspectiva democrática: posibilidades desde la Educación Física escolar

Prestar atención al cuerpo presente y creador y no a cualquier promesa futura sería de gran importancia. En fin, juego, lúdico, música, teatro y danza: arte para la vida. ¿Una dimensión estética de la práctica corporal? ¿Una acción física que estuviera de tal modo percibida e integrada, como la mejor expresión de la relación entre los individuos? ¿Que no desease tu término? ¿Habría posibilidad de manutención de tal estado de alegría del cuerpo presente en prácticas que se experimentasen sin muchas pretensiones? ¿Encuentros más simples? (Federici, 2015, p. 188).

Después de la descripción del cuidado de sí antiguo y la transformación de sus condiciones a las exigencias del neoliberalismo contemporáneo, es el momento de retomar nuestro objetivo inicial: no se trata solo de problematizar para refutar el *statu quo* de la Educación Física escolar en materia de salud, sino discutir el cometido educación para la salud a partir de una perspectiva crítica; es decir, comprometida con un proyecto social y democrático. El reto que debemos asumir es el de plantear por lo menos las bases sobre las que se puede llevar a cabo un debate abierto a la comunidad; un debate que nos permita escapar de los códigos de producción y reproducción de la cultura física hegemónica que tan elocuentemente se manifiesta en los usos y prácticas de la salud y, sobre todo, en la desigual división (mercantilista) de los bienes que definen la vida saludable. Considerando este contexto, ¿es posible pensar otro modelo de educación para la salud en la Educación Física escolar?

Empecemos este ejercicio a partir del análisis de un doble esquema que ofrece Foucault (2004) al referirse al cuidado de sí antiguo. El primero, representado por la imagen de un “trompo”, significa que algo gira sobre sí por solicitud y bajo el impulso de un movimiento exterior. Para el filósofo francés, el trompo se mueve sobre sí mismo justamente como no deberíamos movernos sobre nosotros mismos. En vez de la imagen de “trompo”, Foucault (2004) sugiere que el “giro” sobre sí mismo constituye la metáfora más adecuada para desarrollar la conversión a sí de modo autónomo. Eso se explicaría ya que, diferentemente del “trompo”, la sabiduría del “giro” sobre sí mismo presupone no dejar ser inducido a un movimiento involuntario por una fuerza exterior al propio sujeto. Al contrario, es en la dirección de sí mismo o en el “centro” de sí mismo que debemos fijar nuestra meta de vida. Sería el caso de evitar todo lo que funciona para desviar nuestra atención y que no sea algo que proviene de nosotros mismos. En las palabras de Foucault (2004, p. 254), es necesario desviarse de “(...) todo que se pone para distraer nuestra atención, nuestra aplicación, suscitar nuestro cuidado, y que no sea nosotros mismos”. Tratase, al contrario, de buscar una conversión que exige una ruptura con la agitación cotidiana, con la habladuría que la constituye, en favor de asumir los modos de vida, individual y colectivos, como objeto de problematización.

Las metáforas propuestas por Foucault (2004) son llenas de significado cuando pensamos las relaciones que una persona establece con las prácticas corporales de movimiento que son responsabilidad de la Educación Física enseñar. En el caso del “trompo”, el cuidado de sí podría ser representado por el tipo de cuidado característico de las prácticas bioidentitarias contemporáneas, una vez que la fuerza motriz del cuidado de sí en términos de salud se encuentra en algo “exterior” al sujeto, que necesita adaptarse a modelos que imponen reglas de conducta. Este es el caso del empresario de sí, que incorpora la racionalidad económica a su conducta cotidiana, como en el caso de la salud. La persona solo existe para ocuparse, individualmente, de su cuerpo, vale decir, de su salud, que es su más importante capital. De esa manera, sentirse bien físicamente, potenciar el placer, superar los límites establecidos de la satisfacción, la fuerza, rigidez, la juventud, la longevidad, la belleza y la búsqueda de la salud perfecta son los criterios que definen a las personas y determinan sus acciones en el mundo, transformándose, así, en los equivalentes de las ascesis clásicas, cuyo

objeto era, al contrario, alcanzar la sabiduría, el coraje, la prudencia, la verdad, el bien común, la justicia, la bondad, el conocimiento y la superación de sí. En las circunstancias de la salud como capital humano, concluye Ortega (2008, pp. 48-49), la “(...) hipertrofia muscular se traduce en la atrofia social (...)”, de modo que la “(...) cultura somática produce individuos desconfiados y melindrosos, inseguros de sí e insensibles al otro y al mundo. Sin la confianza en sí mismo y en los otros, no puede haber espacio para (la) acción, solamente individuos reactivos, adaptados, obedientes y sumisos”.

La búsqueda de la salud perfecta, de la necesidad de mantenerse *fit*, de constantemente subsumirse a la norma bioascética del momento, constituyen este cuidado de sí que no lleva a prácticas de emancipación individual, sino que produce prácticas de sujeción y homogeneización. En tales circunstancias, la salud como capital humano dejaría de ser concebida como un recurso para una “buena vida” para transformarse en el objetivo mismo del vivir (Almeida, 2022). De acuerdo con Campesato y Schuler (2019, p. 18),

¿Qué le queda a la vida si no se la trata como una cuestión, excepto cuando se toma como prevención de enfermedades, alimentación saludable, higiene corporal y ejercicio para mantenerse en buena forma? ¿Cuándo la vida en el aula se toma sólo por su aspecto biológico, enfatizando una ‘vida nuda’?

La imagen de “giro” sobre sí mismo, al contrario, contribuye para despertar la creación de estrategias de resistencia y prácticas de libertad a los patrones que imponen reglas de conducta y que están implícitos en los presupuestos de la vida saludable y del cuerpo perfecto. El cuidado de sí en que este modelo se basa evita los riesgos de una hiperbolización presupuesta en la moralidad de la salud contemporánea (*healthfism*). La Educación Física podrá proporcionar prácticas de liberación capaces de incentivar una práctica reflejada sobre sí mismo y sobre lo que está a su alrededor. Así entendidas, las prácticas corporales nos remiten a modos de vivir, de manera que el trabajo pedagógico debe permitir a los estudiantes preservar y aumentar sus capacidades de elegir formas de vidas más “saludables”, que afirmen la vida por “entero”. La Educación Física podría, entonces, promover la creación de ciertas técnicas éticas de sí que permitirán a los individuos transformar sus modos ser, asumiendo la responsabilidad por sus acciones sin que fuerzas exteriores, como la racionalidad neoliberal, los conduzcan. ¿Cómo producir sujetos saludables sin sujetarse? ¿Como producir vidas virtuosas? McCuaig e Quennerstedt (2018, p. 199), en referencia al cuidado de sí foucaultiano, presentan preguntas que podrían orientar profesores y estudiantes en la busca de buena vida saludable:

¿Cuáles son los componentes de la buena vida? ¿Cuáles son los aspectos de la vida que los individuos problematizan en sus esfuerzos para alcanzar una buena vida? ¿Cuáles son las metas y los objetivos que fundamentan un régimen para/de una buena vida? ¿Cómo las personas son atraídas, motivadas o cooptadas en prácticas específicas de salud/buena vida? ¿Cuáles son los recursos de salud que las personas hacen uso para vivir una buena vida y solucionar sus desafíos diarios?

En tal caso, el objeto de la disciplina en salud no es la “cura” de la enfermedad o la busca de la aptitud física, sino la producción relacional y educativa de una práctica cuidadora de la vida en su expresión corporal. Para Ceccin y Bilibio (2007, p. 54),

Es la educación física que más propiamente puede recolocar la dimensión corpórea de la existencia subjetiva en la práctica cuidadora, quitando el cuerpo del lugar instrumental de la actividad física para el lugar del deseo y de la energía vital que se vuelve al contacto con las sensaciones, el contacto/encuentro con el otro de manera concreta, real (...) movilizándolo junto con un cuerpo de deseos y sentidos, un cuerpo de afectos y de expansión de la experiencia humana.

En ese proceso, el foco no está en el individuo empresario de sí mismo, como en el ámbito de la racionalidad neoliberal, está en las relaciones, una vez que, como aprendemos con Foucault, las experiencias de transformación no deben ser vividas en soledad porque siempre están involucradas en las relaciones (cuidado) con el otro. Las transformaciones del modo de vida serán vividas solas. Si así es, la figura del otro es indispensable para una educación crítica en salud. Según este argumento, otros dos principios deberían ser observados en las prácticas cuidadoras de salud en las clases de Educación Física escolar.

Una Educación Física para salud con las prácticas corporales que constituyen los temas de la cultura corporal de movimiento está basada en la *escucha* sensible, una vez que la persona (el estudiante) es la referencia para la producción de la salud en una dirección democrática. La escucha, aprendemos con Foucault (2004), es una dimensión fundamental de la conversión a sí mismo. Al interior del paradigma patogénico de la salud, la escucha fue preterida por la imposición de saberes universales y tecnocráticos que no se importan con la singularidad, con la voz de la persona (alumno) que necesita aprender sobre salud. Escuchar al otro, poner la atención a su mirada, es, por lo tanto, un principio fundamental de una Educación Física escolar para la salud con foco en las relaciones que se establecen entre profesores y estudiantes. Sería el caso, así, menos de la intervención de uno, el profesor, que actúa sobre el otro, el alumno, y más una interlocución entre dos personas. Según Carvalho (2010, p. 43), las prácticas corporales podrían ampliar las posibilidades de la escucha, sobre todo lo que se refiere “[...] a la construcción de vínculos y de relaciones autónomas, innovadoras y socialmente inclusivas.

Es por esto que una clase así concebida es como un *encuentro* que se basa en las relaciones que son ahí constituidas. El aumento o disminución de la potencia de cada uno depende, fundamentalmente, de la calidad de los encuentros pedagógicos establecidos entre profesores y estudiantes. Las clases serían como “el arte del encuentro” entre sujetos que problematizan y vivencian, de modo autónomo, prácticas corporales productoras de salud. En este contexto, el cuidado de sí acontece en la relación intercesora producida y productora del encuentro entre profesor y estudiante, marcado por momentos de fuga, de silencio, de conversación, de interpretación, lo que puede provocar la acogida o no de intenciones puestas por los actores actuantes en el encuentro; hay también momentos de complicidad, donde se produce responsabilización alrededor de las cuestiones de sí y del otro, pero también espacio para confiabilidad y esperanza entre los involucrados (Carvalho, 2010). En síntesis, el encuentro del profesor con su alumno objetiva conocer sus necesidades de expresión de sí en términos de salud, de la constitución de un cuerpo para sí en términos de producción de una “buena vida saludable” (Bracht, 2019) por medio de las prácticas corporales de movimiento. Como consecuencia de esta nueva gramática, puede romperse con valores sanitarios transcendentales en nombre de la afirmación y autonomía de la vida.

Según Almeida, Oliveira y Bracht (2016), así concebidas, las prácticas corporales emergerían con sentido para los sujetos y se transforman en historias, producirían autores, reconocimientos, aprendizajes diversos, afectos, vínculos, relaciones y condiciones de posibilidad para acceder, vivir y desarrollar, de modo autónomo, el gusto por las prácticas corporales. La apuesta de los autores es que la Educación Física escolar pueda promover entre los estudiantes de prácticas corporales que empoderen sus condiciones en términos de una alfabetización crítica para la salud. En tal sentido,

(...) el trabajo sería promover “buenos encuentros” en los que los estudiantes puedan desarrollar el gusto a través del aprendizaje en la realización del movimiento que les permita afrontar y gestionar los desafíos (riesgos, fracasos, éxitos) que enfrentan de modo individual, colectivo y social. “Buenos encuentros”, en el sentido spinoziano del término, en que ‘bueno’ se refiere a composiciones con modos de existencia que favorecen la autonomía y el poder de acción de los sujetos (...). Como la potencia de actuar es lo que abre el poder de ser afectado por el mayor número de “cosas”, nuestra intervención pedagógica como “buen encuentro” podría poner en disputa diferentes modos de relación y producción de afectos en las prácticas corporales.

Declaración de autoría o roles de colaboración

Escritura: Miguel Vicente Pedraz y Felipe Quintão de Almeida

Revisión y edición: Carlos Gabriel Carballo

Referencias bibliográficas

- Almeida, F. Q. (2006). Pedagogia Crítica da Educação Física no jogo das relações de poder. *Movimento*, 12(3), 141-164.
- Almeida, F. Q. (2022). A saúde como afirmação das vidas na Educação Física escolar. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, (44), 1-9.
- Almeida, U. R.; Oliveira, V. J. M. & Bracht, V. (2016). Educação Física escolar e o trato didático-pedagógico da saúde. En: Wachs F., Almeida, U. R. & Brandão, F. F. (Ed.). *Educação Física e saúde coletiva: cenários, experiências e artefatos culturais* (pp. 87-112). Rede Unida.
- Bourdieu, P. (2006). *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*. Taurus.
- Bracht, V. (2019). *A Educação Física Escolar no Brasil: o que ela vem sendo e o que pode ser* (elementos de uma teoria pedagógica para a Educação Física). Unijuí.
- Campesato, M. A. N. & Schuler, B. (2019). Por uma atenção do cuidado de si na escola em tempos de dispersão hiperconectada. *Revista Educação em Questão*, 57(54), 1-23.
- Carvalho, Y. M. (2010). *As práticas corporais como práticas de saúde e de cuidado no contexto da promoção da saúde*. Tese apresentada à Faculdade de Saúde Pública/Departamento de Prática de Saúde Pública da Universidade de São Paulo com vistas ao concurso para obtenção do título de Livre-Docente.
- Ceccim, R. & Bilibio, L. F. (2007). Singularidades da Educação Física na saúde: desafios à educação de seus profissionais e ao matriciamento interprofissional. En: Fraga, A. B. & Wachs, F. (Ed.). *Educação Física e saúde coletiva: políticas de formação e perspectivas de intervenção* (pp. 47-62). Editora da UFRGS.
- Dardot, P. & Laval, C. (2016). *A nova razão do mundo: ensaio sobre a sociedade neoliberal*. Boitempo.
- Elias, N. (1987). *El proceso de la civilización. Investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas*. FCE.
- Federici, C. (2015). Práticas corporais, alegria, saúde. En: Gomes, I. M., Fraga, A. B. & Carvalho, Y. M. (Ed). *Práticas corporais no campo da saúde: uma política em formação* (pp. 163-189). Rede Unida.
- Foucault, M. (1966). *El nacimiento de la clínica*. Siglo XXI.
- Foucault, M. (1997). *História da sexualidade III: o cuidado de si*. Graal.
- Foucault, M. (2004a). *Ditos e escritos*. Ética, sexualidade, política. Forense Universitária, v. 5.
- Foucault, M. (2004b). *A hermenêutica do sujeito*. Martins Fontes.
- Foucault, M. (2008a). *Segurança, território e população*. Martins Fontes.
- Foucault, M. (2008b). *Nascimento da biopolítica*. Martins Fontes.
- Foucault, M. (2010). *O governo de si e dos outros*. Martins Fontes.
- Kirk, D. (2019). *Precarity, critical pedagogy and Physical Education*. Routledge.
- Le Breton, D. (2002). *La Sociología del cuerpo*. Nueva Visión.
- Mccuaig, L & Quennerstedt, M. (2018). Health by stealth – exploring the sociocultural dimensions of salutogenesis for sport, health and physical education research. *Sport, Education and Society*, 23(2), 111-122.

- Oliveira, V. M. & Mezzaroba, C. (2021). Salutogenia na educação física escolar: um ensaio para debater a saúde ampliada. *Cadernos de Formação da RBCE*, 2021, 12(2), 12-24.
- Ortega, F. (2008). *O corpo incerto: corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea*. Garamond.
- Pich, S. & Pedraz, M. V. (2021). Los conceptos foucaultianos de discurso y la producción académica de la educación física brasileña: diálogos, problematizaciones y devenires. *Retos*, (39), 870-879.
- Quennerstedt, M. (2008). Exploring the relation between physical activity and health – a salutogenic approach to physical education. *Sport, Education and Society*, 13(3), 267-283.

NOTAS

- 1 Llama la atención, en este contexto, la importancia que se le ha atribuido a la perspectiva salutogénica del sociólogo Aaron Antonovsky (Kirk, 2019; Quennerstedt, 2008; Oliveira; Mezzaroba, 2021).
- 2 En el caso de McCuaig y Quennerstedt (2018), los autores se proponen pensar el abordaje salutogenico de salud con la ayuda de los escritos foucaultianos.
- 3 De acuerdo con Almeida (2006) y Pich y Pedraz (2021), el dominio del ser-consigo continúa siendo prácticamente inexplorado en la Educación Física brasileira, hecho que también justificaría nuestra intención en el capítulo. Así, ¿qué significa una educación crítica para la salud en educación física a partir de este dominio foucaultiano?