



unifaema

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAEMA – UNIFAEMA

SAMYRA TEIXEIRA ABREU

**A INFLUÊNCIA DA PRESSÃO ESTÉTICA E OS IMPACTOS DA
SUBALTERNIZAÇÃO DOS CORPOS: ANÁLISE DAS DINÂMICAS DE
VISIBILIDADE E CONTROLE CORPORAL NO CONTEXTO DIGITAL
CONTEMPORÂNEO**

**ARIQUEMES - RO
2024**

SAMYRA TEIXEIRA ABREU

**A INFLUÊNCIA DA PRESSÃO ESTÉTICA E OS IMPACTOS PSÍQUICOS DA
SUBALTERNIZAÇÃO DOS CORPOS: ANÁLISE DAS DINÂMICAS DE
VISIBILIDADE E CONTROLE CORPORAL NO CONTEXTO DIGITAL
CONTEMPORÂNEO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao curso de Psicologia do Centro Universitário
FAEMA – UNIFAEMA como pré-requisito para
obtenção do título de bacharel em Psicologia.

Orientador (a): Prof. Dra. Yesica Nunez
Pumariega

**ARIQUEMES - RO
2024**

FICHA CATALOGRÁFICA
Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

A162i Abreu, Samyra Teixeira.

A influência da pressão estética e os impactos da subalternização dos corpos: análise das dinâmicas de visibilidade e controle corporal no contexto digital contemporâneo. / Samyra Teixeira Abreu. Ariquemes, RO: Centro Universitário Faema – UNIFAEMA, 2024. 42 f.

Orientadora: Profa. Dra. Yesica Nunez Pumariega.

Trabalho de Conclusão de Curso – Bacharelado em Psicologia – Centro Universitário Faema – UNIFAEMA, Ariquemes/RO, 2024.

1. Psicologia. 2. Pressão estética. 3. Corpo. 4. Redes sociais. 5. Auestima. I. Título. II. Pumariega, Yesica Nunez.

CDD 150

Bibliotecária Responsável
Isabelle da Silva Souza
CRB 1148/11

SAMYRA TEIXEIRA ABREU

**A INFLUÊNCIA DA PRESSÃO ESTÉTICA E OS IMPACTOS DA
SUBALTERNIZAÇÃO DOS CORPOS: ANÁLISE DAS DINÂMICAS DE
VISIBILIDADE E CONTROLE CORPORAL NO CONTEXTO DIGITAL
CONTEMPORÂNEO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Psicologia do Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA como pré-requisito para obtenção do título de bacharel em Psicologia.

Orientador (a): Prof. Dra. Yesica Nunez Pumariega.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Yesica Nunez Pumariega
Orientadora - UNIFAEMA

Prof. Dr. Luciane de Andrade Melo
Examinadora - UNIFAEMA

Prof. Esp. Katiúscia Carvalho de Santana
Examinadora - UNIFAEMA

**ARIQUEMES – RO
2024**

Dedico este trabalho a Deus, aos meus pais, à minha tia Silvana, ao meu amor, aos familiares e amigos que me apoiaram e incentivaram a seguir em frente com meus objetivos.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a Deus por me conceder saúde, força e clareza de pensamento para chegar até aqui.

Aos meus pais, Solange Tatiana Schilive e Ricardo Manuel Teixeira Abreu, que sempre foram minha inspiração e base, agradeço profundamente por todo o amor, por todas as orações, apoio, e os ensinamentos de vida. Vocês foram imensamente presentes em cada passo dessa caminhada. Obrigada por sempre acreditarem em mim.

Ao meu querido irmão. Que sempre que precisei dedicou um pouco de seu tempo para me ouvir e me apoiar.

À minha orientadora, que com paciência, dedicação e sabedoria, guiou-me neste trabalho.

À minha amada tia Silvana, que esteve ao meu lado nos momentos mais decisivos, oferecendo apoio, carinho e amor sempre que precisei. Agradeço por acreditar em mim e por dedicar um tempo para escrever o lindo poema que se encontra neste trabalho. Sua presença foi mais que essencial na realização deste sonho.

Ao meu noivo, Emerson Troni, meu companheiro e incentivador incansável, agradeço por todo o amor, compreensão, por todas as ideias incríveis e pelo apoio incondicional. Você tornou os dias mais leves e essa jornada mais especial, obrigada por sempre acreditar em mim.

Aos meus amigos e familiares, que direta ou indiretamente me apoiaram, motivaram e estiveram comigo ao longo dessa trajetória. Cada palavra de incentivo e cada gesto de carinho foram essenciais para que eu pudesse realizar este sonho.

Agradeço também aos professores que me acompanharam ao longo dessa jornada acadêmica, por todas as aulas enriquecedoras e pelo apoio durante minha formação. Cada um de vocês contribuiu para ampliar minha visão crítica e minha capacidade de questionar o mundo ao meu redor.

Aos meus pacientes do estágio clínico, que pagaram para que eu pudesse aprender, agradeço profundamente pela confiança, esperança e generosidade. Cada consulta foi uma oportunidade enorme de crescimento, e a disposição de vocês em compartilhar suas histórias e experiências contribuíram imensamente para minha formação.

À minha instituição de ensino, que me proporcionou um ambiente acolhedor e desafiador, onde pude desenvolver minhas habilidades e ampliar meus horizontes, minha gratidão. Aos gatinhos e seus filhotes que andam com suas patinhas pela universidade e que alegraram minhas noites, o meu muito obrigada por acolherem essas fofuras na instituição. Aos funcionários e colaboradores, principalmente do instituto, que sempre se mostraram solícitos e gentis, o meu muito obrigado.

Aos meus amigos de curso, minha “bolha”, que compartilharam comigo as alegrias, os desafios, os aprendizados, risadas e tantas memórias que levarei comigo. Jamais me esquecerei do apoio mútuo que construímos ao longo desses anos, do quanto fizeram os meus dias por aqueles corredores mais felizes e como nos apoiamos nessa caminhada.

Agradeço profundamente à minha supervisora de estágio, Suzana de Castro, com quem tive a felicidade de construir uma amizade ao longo dos dois anos na Superintendência Regional de Educação. Me ofereceu apoio não apenas no meu desenvolvimento profissional, mas também pessoal. Não tenho palavras para agradecer o quanto cresci e evolui neste estágio, sua confiança em mim e suas palavras de incentivo me fizeram superar desafios dos quais não teria conseguido sozinha. Tenho um imenso carinho e respeito, e levarei para sempre comigo não só as lições profissionais, mas também os momentos de companheirismo que compartilhamos.

E, finalmente, agradeço aqueles que, de maneira anônima, me inspiraram com suas histórias, superações e lutas, especialmente no tema abordado neste trabalho. Suas

vivências foram o combustível para que eu pudesse refletir e aprofundar as questões trazidas neste estudo.

A todos vocês, meu profundo reconhecimento e gratidão. Esse sonho é fruto não só do meu esforço, mas também do apoio de todos vocês e tudo isto não seria possível sem cada uma dessas coisas importantes.

Belas penúrias (Para minha amada Samyra)

Beleza...

Bordada nas brumas do tempo

Sussurram lamentos.

Fardo, dores e tormentos

Nos bailes dos séculos

As Glórias vestidas de sonhos,

Desfilavam apertadas ilusões

Histórias cruéis, sutis mutilações

Amargas dores

Moldam cinturas tão finas

Presas em duras rotinas

Atrozes algozes

Rostos dourados, Molduravam falsas alegrias

Castigadas nas noites magia

Quantas se vão, na sombra da norma

A luta em seus ânimos, a vida que transforma?

Bordados de dor, em cada costura,

Maquiagens que escondem a triste figura.

Ódios disfarçados na pele a brilhar,

Mentes aprisionadas, a alma a clamar.

Nos séculos passados, quem pode lembrar?

São vozes silenciadas, por não se enxergar.

As tinturas e pomadas, o futuro porvir,

Mas a essência furtada, difícil de seguir.

E assim seguimos, em padrões e rituais,

Cobrando perfeições, como bens ancestrais.

Mas se um dia a luz for menos feroz,

Viveremos, talvez, pelo que somos nós

Que a beleza resida na alma e não no corpo,

E que as cobranças se convertam em diversidade e amor

Libertem as meninas, as mães, as avós,

Que sejam livres, belas, por todas, e por nós.

Silvana Marcia Schilve

RESUMO

A presente pesquisa investiga as dinâmicas de pressão estética e subalternização dos corpos, com foco no impacto psicológico dessas práticas no contexto digital contemporâneo. O estudo explora como as redes sociais e outras plataformas digitais intensificam a visibilidade de corpos idealizados e reforçam padrões normativos de beleza. Tais práticas resultam na marginalização de corpos que não se encaixam nesses padrões, contribuindo para efeitos psíquicos significativos, como a baixa autoestima, ansiedade e distúrbios relacionados à autoimagem. Como procedimentos metodológicos, foi realizada uma revisão narrativa da literatura, utilizando de bases de dados de meio eletrônico (SciELO, PePSIC, PUBMED), E-books, vídeos (YouTube), além de consultar sites de organizações e instituições que produzem e divulgam pesquisas sobre intervenção psicológica quanto a pressão estética exercida nas redes sociais, publicadas entre 1970 a dezembro de 2023. Com base na revisão de literatura e nos critérios estabelecidos, foram selecionadas 50 publicações para este estudo. Entre os artigos escolhidos, verificou-se a relevância da atuação psicológica no contexto analisado. Assim, concluiu-se que o profissional de psicologia desempenha um papel crucial no contexto da pressão estética e subalternização dos corpos, configurando-se como uma peça fundamental na promoção da saúde mental. Sua atuação é indispensável no auxílio aos indivíduos afetados pelos padrões estéticos normativos, ajudando na construção de uma autoimagem saudável e no enfrentamento dos impactos psíquicos decorrentes dessas dinâmicas.

Palavras-chave: Psicologia; Pressão estética; Corpo; Redes sociais; Autoestima.

ABSTRACT

The present research investigates the dynamics of aesthetic pressure and the subalternization of bodies, focusing on the psychological impact of these practices in the contemporary digital context. The study explores how social networks and other digital platforms intensify the visibility of idealized bodies and reinforce normative beauty standards. Such practices result in the marginalization of bodies that do not conform to these standards, contributing to significant psychological effects, such as low self-esteem, anxiety, and disorders related to body image. As methodological procedures, a narrative literature review was conducted using electronic databases (SciELO, PePSIC, PUBMED), e-books, videos (YouTube), as well as consulting websites of organizations and institutions that produce and disseminate research on psychological intervention regarding aesthetic pressure exerted on social networks, published between 1970 and December 2023. Based on the literature review and established criteria, 50 publications were selected for this study. Among the chosen articles, the relevance of psychological intervention in the analyzed context was verified. Thus, it was concluded that the psychology professional plays a crucial role in the context of aesthetic pressure and the subalternization of bodies, serving as a fundamental element in promoting mental health. Their work is essential in assisting individuals affected by normative aesthetic standards, helping to build a healthy self-image and coping with the psychological impacts resulting from these dynamics.

Keywords: Psychology; Aesthetic pressure; Body; Social media; Self-esteem.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	13
1.1 Justificativa	
2 OBJETIVOS	16
2.1 Geral	
2.2 Específicos	
3 REVISÃO DE LITERATURA	17
3.1 Histórico da pressão estética	
3.2 Redes sociais e padrões de beleza	
3.3 Visibilidade e validação online	
3.4 Corpo como mercadoria	
3.5 Corpos marginalizados	
3.6 Impactos na saúde mental	
3.7 Resistência aos padrões	
3.8 A atuação do Psicólogo frente aos impactos da pressão estética	
4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	35
CONSIDERAÇÕES FINAIS	37
REFERÊNCIAS	39
ANEXO 1	43

1 INTRODUÇÃO

No cenário atual, marcado por rápidas transformações e avanços tecnológicos, torna-se cada vez mais relevante compreender e analisar a influência da pressão estética e os impactos da subalternização dos corpos. A complexidade e a diversidade dos desafios enfrentados pela sociedade moderna, especialmente no ambiente digital, que exigem uma abordagem multidisciplinar e uma investigação aprofundada sobre as dinâmicas de visibilidade e controle corporal. (Rita;Von;Hunty, 2021)

É necessário trazer o conceito estrutural da pressão estética, que segundo a literatura, vem de segregações e discriminações históricas estruturais da nossa sociedade que inconscientemente criam um viés. Ao pensar na perda de peso, no malhar, na pele, no corpo, na roupa e acreditar compulsivamente que é possível alcançar uma versão cada vez melhor segundo um padrão de beleza imposto pela sociedade, na qual existe um produto que a ajudará a chegar lá. Sendo este uma cirurgia, um tratamento, um pequeno procedimento, um perfume, um ácido ou uma roupa. Sendo essa pessoa, em sua maioria mulheres, sujeitadas a pressão estética diariamente através das redes sociais com um corpo que obteve sucesso estético. (Rita;Von;Hunty, 2021)

Segundo Jean Kilbourne (2010, *Killing Us Softly 4*), o termo se refere à pressão exercida sobre as mulheres pela publicidade que alimenta uma obsessão incessante por corpos ideais, criando padrões inatingíveis que são prejudiciais à saúde mental.

Na Psicologia, a pressão estética e os impactos psíquicos da subalternização dos corpos, especialmente no contexto digital contemporâneo, são amplamente discutidos sob a perspectiva de como a busca incessante por um ideal de beleza inatingível pode levar a transtornos mentais significativos. Segundo Le Breton (2019), a promoção de padrões corporais restritos e a visibilidade exacerbada nas redes sociais têm sido associadas ao aumento de sentimentos de inadequação, baixa autoestima, ansiedade e depressão. A Psicologia enfatiza a necessidade de entender essas dinâmicas de controle e visibilidade como fatores que exacerbam a vulnerabilidade psíquica, contribuindo para a perpetuação de uma cultura de insatisfação corporal e sofrimento emocional.

O psicólogo desempenhara um papel de suma importância frente aos impactos psíquicos gerados, porque de acordo com Bordo (2003), os psicólogos têm a responsabilidade de ajudar seus pacientes a desconstruir os ideais

corporais irreais promovidos pela sociedade e pela mídia, oferecendo suporte para o desenvolvimento de uma autoimagem mais saudável e realista. Portanto, inclui a criação de espaços terapêuticos que promovam a aceitação corporal e a resiliência frente aos padrões de beleza opressivos, contribuindo para o fortalecimento da autoestima e o enfrentamento das dinâmicas de controle social sobre o corpo.

Além disso, os profissionais da Psicologia são essenciais na identificação e tratamento de diversos impactos psíquicos exacerbados pela pressão estética, como ansiedade, depressão, transtornos alimentares, baixa autoestima, distúrbios de imagem corporal e comportamentos compulsivos. Segundo *Cahill* (2012), esses impactos são frequentemente intensificados por padrões corporais irreais e pela constante exposição a imagens idealizadas promovidas pela mídia e pelas redes sociais.

Uma paciente acometida pela pressão estética pode experimentar uma série de desafios psicológicos e emocionais. Poderá frequentemente se sentir insatisfeita com sua aparência, comparando-se constantemente com os padrões de beleza idealizados promovidos pela mídia e redes sociais. Essa insatisfação pode levar a uma baixa autoestima, sentimentos de inadequação e ansiedade persistente. Além disso, a pressão estética pode contribuir para o desenvolvimento de transtornos alimentares, como anorexia ou bulimia, e distúrbios de imagem corporal, onde a paciente tem uma percepção distorcida de seu próprio corpo. A constante busca por um corpo idealizado pode resultar em comportamentos compulsivos, como dietas extremas e exercícios excessivos, e intensificar o sofrimento emocional, afetando negativamente sua qualidade de vida e bem-estar geral. (Costa; Vieira, 2018)

1.1 JUSTIFICATIVA

Essa pesquisa se justifica pela necessidade urgente de entender como essas dinâmicas afetam a saúde mental e o bem-estar dos indivíduos, especialmente de grupos minoritários que são frequentemente marginalizados por esses padrões. Além disso, há uma lacuna significativa na literatura acadêmica sobre a interseção entre estética, visibilidade e controle corporal no ambiente digital, o que torna este estudo relevante para a compreensão dos impactos sociais e psicológicos das mídias digitais na vida cotidiana.

Do ponto de vista social, o estudo visa contribuir para a desconstrução de estereótipos e para a promoção de uma maior diversidade e inclusão nas representações corporais. Academicamente, a pesquisa busca ampliar o debate sobre os efeitos das normas estéticas digitais e propor alternativas que valorizem a pluralidade de corpos e identidades. Por fim, este trabalho pode ter implicações

práticas ao fornecer insights que possam guiar políticas públicas e iniciativas de educação digital, ajudando a mitigar os impactos negativos da pressão estética e a promover uma cultura digital mais inclusiva e saudável.

2 OBJETIVOS

2.1 GERAL

Compreender a importância da influência da pressão estética e os impactos psíquicos da subalternização dos corpos no contexto digital contemporâneo.

2.2 ESPECÍFICOS

- Explicar o que é pressão estética e os aspectos históricos sociais associados;
- Evidenciar a origem, história e relevância dos impactos psíquicos da subalternização dos corpos unido ao contexto digital contemporâneo.
- Identificar as contribuições da Psicologia frente a influência da pressão estética e os impactos psíquicos da subalternização dos corpos no contexto digital contemporâneo.

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 HISTÓRICO DA PRESSÃO ESTÉTICA

Ao analisar o histórico da pressão estética, observamos que, ao longo de toda a trajetória humana, houve uma constante imposição sobre o que é considerado belo, assim como questionamentos sobre as razões por trás desse ideal e os contextos sociais que sustentam ou refutam determinadas noções de beleza. Esse fenômeno está profundamente enraizado nas construções sociais e culturais de cada época, moldando padrões que, frequentemente, refletem hierarquias de poder e controle sobre os corpos, especialmente o feminino. Como afirma Bordo (1993); “o corpo não é apenas um ser físico, mas também uma forma de expressão cultural, refletindo o tempo e os valores da sociedade em que está inserido”.

O corpo tem uma história, para Jacques Le Goff, a concepção do corpo, seu papel na sociedade, sua representação tanto no imaginário quanto na realidade, assim como sua importância na vida cotidiana e em ocasiões excepcionais, passou por transformações em todas as sociedades ao longo da história. Portanto, percorrirei a história do corpo feminino, analisando sua representação e os ideais estéticos que lhe foram impostos desde a Antiguidade até a contemporaneidade. Investigarei como o corpo feminino foi moldado por diferentes contextos culturais, sociais e históricos, refletindo padrões de beleza e normas de comportamento que variaram ao longo do tempo, mas que, invariavelmente, estiveram associados a estruturas de poder e controle sobre a mulher. (Jaques; Le; Goff, 2003)

Uma das representações mais antigas de beleza da Antiguidade, é a famosa Vênus de Milo, encontrada por um camponês em 1820, na cidade de Milos, Grécia. A estátua, esculpida em mármore branco, tem aproximadamente dois metros de altura e pesa cerca de 900 quilos. Ela retrata uma figura feminina seminua, com um tecido drapeado cobrindo as partes íntimas e as pernas. O corpo ereto, com seios à mostra, possui cabelos ondulados presos em um coque. Além disso, orifícios na escultura indicam que a figura provavelmente usava ornamentos como brincos, braceletes e uma coroa. Acredita-se que a Vênus de Milo simboliza o ideal de beleza feminino da Antiguidade Clássica, remetendo à deusa Afrodite, ícone de beleza e fertilidade na cultura grega. (Museu; do; Louvre, 1820)

Na Grécia Antiga, o corpo feminino idealizado era muitas vezes associado à simetria, harmonia e proporções equilibradas. Como aponta Vernant (1991), o corpo feminino na Antiguidade Clássica era visto não apenas como uma representação da beleza física, mas também como um símbolo de ordem cósmica, uma metáfora para o equilíbrio e a perfeição das formas naturais. A Vênus de Milo exemplifica esse padrão estético, caracterizado pela serenidade, simetria e suavidade das formas femininas, refletindo a busca por um ideal de beleza atemporal e universal.

Já na idade média, houve destaque na dualidade nas representações das mulheres. João D. A. Pires (2015), traz que as mulheres eram frequentemente idealizadas como figuras angelicais, associadas à maternidade e à pureza, ou demonizadas como sedutoras, ligadas à corrupção moral. A Igreja Católica teve um papel central na formação dessas visões, promovendo a ideia de que o corpo feminino era um veículo de pecado, o que resultou em uma regulamentação rigorosa da sexualidade e do comportamento das mulheres. As representações artísticas e literárias da época refletiam essa ambivalência, reforçando os papéis de gênero impostos pela sociedade medieval.

Além disso, Pires (2015) analisa como as visões sobre o corpo feminino evoluíram ao longo da Idade Média, influenciadas por eventos históricos e novas ideologias. Apesar da repressão, houve espaço para a resistência feminina, com algumas mulheres desafiando normas sociais e religiosas, buscando promover mudanças e expressar suas vozes. Essa dinâmica revela não apenas o controle exercido sobre o corpo feminino, mas também a resiliência das mulheres diante das imposições sociais, oferecendo um panorama rico e multifacetado das experiências femininas nesse contexto. (João; A; Pires, 2015)

Um exemplo de notável de resistência e subversão das normas sociais e de gênero na Idade Média foi Joana d'Arc. Nascida em 1412, na França, Joana foi uma camponesa que alegou ter recebido visões e mensagens divinas, às quais a instruíram a apoiar Carlos VII na luta contra os ingleses durante a Guerra dos Cem Anos. Em um período em que as mulheres eram geralmente relegadas a papéis domésticos e submissos, Joana desafiou essas expectativas ao se apresentar como uma líder militar e heroína nacional. (Duby, Georges. 1999)

Em 1429, ela conseguiu persuadir Carlos VII a permitir que ela liderasse um exército, resultando em vitórias significativas, como a liberação da cidade de Orléans. Contudo, sua trajetória foi interrompida em 1430, quando foi capturada por forças burgundas e entregue aos ingleses. Acusada de heresia e bruxaria, Joana aos 19 anos, foi julgada e queimada na fogueira em 1431, mas seu legado perdurou. Ela se tornou um símbolo de coragem e resistência, representando a luta pelo reconhecimento do papel das mulheres na história. (Duby, Georges. 1999)

Já o Renascimento, marca um momento crucial na valorização da beleza física, onde a imagem da mulher se distancia de sua associação anterior com o pecado (Vilhena;Medeiros; Novales, 2005). Apesar dessa nova perspectiva, a representação feminina ainda estava atrelada a certos parâmetros de pureza, como evidenciam obras desse período, incluindo “O Nascimento da Vênus”, de Botticelli; “Madona e Mona Lisa”, de Leonardo da Vinci; e “A Vênus Adormecida”, de Giorgione.

Essa mudança de perspectiva não apenas celebrou a beleza feminina, mas também começou a reconhecer a mulher como uma fonte de inspiração e valor estético. Ao serem retratadas em obras-primas ao lado de temas mitológicos e religiosos, as mulheres ganharam um novo status, simbolizando virtudes como amor, sabedoria e graça, o que contribuiu para uma valorização mais ampla de seu papel na sociedade. (Gros, Frédéric. 2007)

Na Idade Moderna, a relação entre beleza e mulher torna-se indissociável, destacando-se a expressão “belo sexo” cunhada por Immanuel Kant. Segundo Barboza (2009), Kant argumenta que a beleza feminina não se harmoniza com a profundidade do conhecimento. Ele afirma que o “belo sexo” deve evitar especulações abstratas para não perder sua atratividade, afirmando que as mulheres “não estudarão geometria” e devem deixar de lado as filosofias complexas que envolvem a lógica. Essa perspectiva reflete uma visão limitadora da capacidade intelectual das mulheres, ligando a beleza a uma superficialidade que restringe seu papel na sociedade.

Adentrando na era contemporânea, no decorrer do século XX, no Ocidente, a partir da década de 1920, o padrão de beleza começou a se associar a um corpo cada vez mais esguio, refletindo as transformações sociais e culturais do período. Esse novo ideal surgiu em um contexto de maior liberdade feminina, marcado por conquistas como o direito ao voto e a entrada das mulheres no mercado de trabalho. Contudo, essa aparente emancipação foi acompanhada por uma pressão crescente para que as mulheres se adequassem a esses padrões estéticos. (Bordo, Susan. 2000)

Na contemporaneidade, essa pressão se intensificou ainda mais com a ascensão das mídias sociais e da cultura da imagem, onde a estética esguia e muitas vezes irrealista se tornou predominante. As redes sociais amplificam os padrões de beleza, promovendo um culto ao corpo perfeito e à aparência física, frequentemente através de filtros e edições digitais. Essa dinâmica gera impactos profundos na autoestima e na saúde mental das mulheres, criando um ciclo de comparação e insatisfação que perpetua a subalternização de seus corpos. O resultado é uma luta constante contra os ideais de beleza impostos pela sociedade, que ainda se mantém atrelada a conceitos de valor e sucesso, muitas vezes em detrimento da diversidade e da aceitação corporal. (Bordo, Susan. 2000)

3.2 REDES SOCIAIS E PADRÕES DE BELEZA

As redes sociais têm um papel crucial na propagação e manutenção dos padrões de beleza contemporâneos, especialmente ao promover uma estética idealizada que influencia a maneira como as pessoas percebem seus corpos. “Hoje o algoz não tem rosto. É a mídia. São os cartazes de rua. O bombardeio de imagens na televisão” (Del Priore, 2000, p.15). Agora, muito além da televisão ou dos cartazes, está nas plataformas como Instagram, TikTok e Facebook oferecem uma exposição contínua a imagens cuidadosamente editadas, muitas vezes retratando corpos considerados perfeitos e reforçando um padrão homogêneo, no qual características como magreza, juventude e ausência de imperfeições são valorizadas (Cohen; Blaszczynski, 2015).

Esse cenário afeta particularmente as mulheres, que historicamente enfrentam maior pressão para se conformarem a padrões estéticos específicos. O uso frequente de filtros e edições digitais cria uma versão distorcida da realidade, na qual os corpos exibidos nas redes sociais se tornam inalcançáveis para a maioria das pessoas (Farquhar; Wasylikiw, 2020). Muitos estudos mostram que o consumo regular desse tipo de conteúdo pode levar a uma maior insatisfação corporal.

Em 2018, dois anos antes do início da pandemia, a Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP) divulgou dados oficiais informando que, em apenas um ano, 800 mil mulheres realizaram procedimentos estéticos. Esses procedimentos não estavam relacionados a cirurgias plásticas reconstrutivas, como no caso de perda de partes do corpo, mas sim a intervenções estéticas motivadas pela pressão para atender aos padrões de beleza. (Carine; Rodrigues, 2019)

Ademais, os algoritmos das redes sociais tendem a reforçar esse ciclo ao exibir, de maneira recorrente, perfis que se alinham com esses ideais estéticos dominantes, o que aumenta a visibilidade dos corpos que atendem a esses padrões, ao mesmo tempo em que marginaliza aqueles que se desviam deles (Chen; Li, 2021). Como consequência, a diversidade de corpos é suprimida, e a pluralidade de belezas que existe na sociedade acaba não sendo refletida corretamente no ambiente digital (Elias; Gill, 2018).

A pressão para se enquadrar nesses padrões pode gerar comportamentos prejudiciais, como a busca excessiva por cirurgias estéticas, dietas restritivas e rotinas exaustivas de exercícios físicos, na tentativa de obter a validação social prometida pelas redes (Tiggemann; Slade, 2014). No entanto, as redes sociais também podem servir como espaços de resistência, onde surgem movimentos como o "body positivity" e o "body neutrality", que incentivam uma visão mais

inclusiva e crítica da beleza (Cole; Zimmerman, 2019). Tais movimentos vieram para desconstruir a hegemonia dos padrões de beleza e abrir espaço para a valorização de diferentes tipos de corpos, assunto que tratarei melhor mais a frente.

Assim, as redes sociais podem ser vistas como um espaço paradoxal: por um lado, contribuem para a disseminação de padrões de beleza restritivos, mas por outro, também possibilitam o surgimento de discursos que desafiam essas normas e promovem a aceitação corporal (Tiggemann; Slater, 2020).

3.3 VISIBILIDADE E VALIDAÇÃO ONLINE

Rita Von Hunty (2021), apresenta que nunca antes na história, o ser humano enfrentou uma pressão estética tão intensa quanto a atual. Chama a nossa era de "era da imagem", onde todos estão o tempo todo se observando como em um espelho. Pessoas passam o dia inteiro interagindo com seus avatares, gravando stories, usando suas câmeras, e repetidamente se deparando com suas próprias faces. Estamos todos em constante exposição, 24 horas por dia, algo que é relativamente novo.

Se compararmos com os anos 20, 30 ou 40 do século passado, era completamente diferente. Naquela época, para conhecer um autor, muitas vezes você lia suas obras sem sequer saber como ele era fisicamente. Hoje, ao pensar em uma pessoa famosa, o que vem à mente não é sua obra ou ideias, mas sim sua imagem. Isso acontece até mesmo no caso de intelectuais, onde a imagem visual parece ter assumido um papel central. (Rita; Von; Hunty, 2021)

Esta era trouxe uma transformação significativa nas dinâmicas de visibilidade e aceitação social, especialmente no que diz respeito à própria imagem corporal e à identidade pessoal. As plataformas digitais, como redes sociais, blogs e outras formas de comunicação online, tornaram-se espaços essenciais para a construção de uma identidade pública, onde a visibilidade é frequentemente associada ao status e à aceitação social. A interação constante nessas plataformas gera novos padrões de comportamento e pressão para se adequar a um ideal de imagem corporal e sucesso pessoal, muitas vezes amplificados pelos algoritmos que favorecem a visibilidade daqueles que melhor se encaixam nos padrões predominantes (Cole; Zimmerman, 2019).

A visibilidade digital e a exposição constante nas redes sociais, tem gerado um fenômeno onde a aceitação social está atrelada à capacidade de exibir uma imagem considerada aceitável ou desejável. Desta forma, o conceito de "capital visual" surge, referindo-se ao valor que a aparência, as fotos e as representações pessoais adquirem nesse ambiente. Aqueles que possuem maior capital visual,

ou seja, que se adequam aos padrões estéticos impostos, são mais visíveis e, portanto, têm maiores chances de aceitação e engajamento nas redes. Essa visibilidade pode se manifestar em forma de "curtidas", "seguidores", "compartilhamentos", "salvos" e "comentários", que funcionam como métricas de validação social e aceitação (Cohen; Blaszczynski, 2015).

Quando recebemos uma curtida nas redes sociais, nosso cérebro libera dopamina, o mesmo neurotransmissor responsável pela sensação de prazer em atividades como comer chocolate, ter relações sexuais ou receber dinheiro. Esse processo reforça o comportamento de busca por validação online, tornando as redes sociais uma fonte constante de estímulo e recompensa (Montag et al., 2017).

De acordo com críticos das tecnologias, estamos ajustando nosso comportamento para obter mais curtidas, especialmente entre os jovens. Esse comportamento nos tornaria cada vez mais dependentes da aprovação alheia, buscando validação social constantemente. Gerando um fenômeno, conhecido como "vício em likes", que ocorre quando os usuários das redes sociais se tornam excessivamente focados em receber curtidas, compartilhamentos e comentários positivos, o que ativa o sistema de recompensa do cérebro e gera uma sensação temporária de prazer. Contudo, essa busca incessante por aprovação pode levar à vulnerabilidade emocional e a problemas de autoestima, especialmente em ambientes digitais onde a aceitação social é medida por números de interações (ISSUP, 2021).

Além disso, as redes sociais criaram uma cultura de constante comparação, onde o indivíduo se mede em relação aos outros com base em aparências e estilos de vida idealizados. Esse processo não só gera insatisfação com o próprio corpo e a própria vida, como também alimenta a necessidade de buscar constantemente a aceitação através de representações visuais, muitas vezes editadas e aprimoradas com filtros digitais (Holland; Tiggeman, 2016). As plataformas como Instagram, por exemplo, favorecem a estética visual em outros aspectos, disponibilizando filtros que aperfeiçoam sua face, reforçando a ideia de que o corpo deve ser "perfeito" para alcançar visibilidade e aceitação.

[..] Os filtros, principalmente os que causam modificações faciais, afinam nariz, deixam a pele lisa, definem o maxilar, podem levar a quadros de distorção ou transtorno de imagem em que a pessoa consegue se ver só usando o recurso virtual e não se identifica mais no espelho. (Gui;Takahashi, 2024)

Um ponto importante a ser destacado é o impacto psicológico dessa dinâmica. Um estudo da Vogel et al. (2014), aponta que a busca por aceitação nas redes sociais está diretamente associada a níveis mais altos de ansiedade e

baixa autoestima, especialmente entre jovens. A necessidade de ser visto e aceito digitalmente pode levar a comportamentos como a auto-objetificação, onde o indivíduo passa a se enxergar através de uma lente da validação externa, priorizando o valor estético em desvantagem de outras qualidades (Tiggeman; Slater, 2020). Esse fenômeno afetando especialmente mulheres, que historicamente enfrentam maiores pressões sociais para aderir a padrões de beleza (Farquhar; Wasylkiw, 2020).

Contudo, é interessante observar que a visibilidade digital também pode ser utilizada como ferramenta de empoderamento. Movimentos como o body positivity e o body neutrality ganharam força nas redes sociais, promovendo uma aceitação mais ampla e inclusiva dos corpos, e questionando os padrões de beleza hegemônicos (Cole; Zimmerman, 2019). Por meio de hashtags, campanhas e diversos influenciadores que desafiam os estereótipos, esses movimentos buscam construir espaços onde a diversidade de corpos e identidades é celebrada e a aceitação não depende da conformidade a padrões estéticos rígidos.

O conceito de "neutralidade corporal" refere-se ao movimento body neutrality, que surgiu como uma resposta crítica ao body positivity. Enquanto o body positivity ganhou grande popularidade em 2013, promovendo a ideia de que as pessoas deveriam amar seus corpos da forma como são, o body neutrality propõe uma abordagem diferente. Em vez de enfatizar o amor incondicional pelo corpo, esse movimento sugere que as pessoas desenvolvam uma relação mais neutra e funcional com seus corpos, focando em sua capacidade de realizar tarefas e manter a saúde, sem a necessidade de idealizar a aparência física. (Blog Ricca, 2023)

No entanto, mesmo com o crescimento desses movimentos de inclusão, a aceitação digital continua sendo uma moeda de troca valiosa neste ecossistema das redes sociais. Nos últimos anos, muitas grandes marcas têm estabelecido parcerias estratégicas com influenciadores que promovem padrões de beleza específicos, em busca de aumentar sua visibilidade e engajamento nas redes sociais. Essas colaborações geralmente envolvem influenciadores que se alinham com a estética e os valores da marca, criando campanhas que refletem ideais de beleza considerados atraentes e aspiracionais. Marcas de moda, cosméticos e cuidados pessoais frequentemente utilizam esses influenciadores para alcançar um público mais amplo, promovendo produtos que reforçam determinadas normas estéticas. Esse fenômeno não só ajuda as marcas a se conectarem com consumidores que aspiram a esses padrões, mas também perpetua a imagem idealizada e formada que muitos usuários veem nas redes sociais. Ao se associar a influenciadores que se encaixam nesses moldes, as marcas contribuem para a manutenção de uma cultura visual que valoriza a conformidade a padrões estéticos restritivos, o que pode impactar negativamente a autoestima e a percepção corporal dos consumidores e seguidores (Cohen; Blaszczynski, 2015).

O ciclo de visibilidade, aceitação e validação permanece centrado em ideais estéticos que muitas vezes são inatingíveis para a maioria das pessoas. Isso cria uma tensão entre a busca por aceitação e a resistência a esses padrões, tornando a era digital um espaço de conflito constante entre a conformidade e a subversão dos ideais de beleza e identidade (Elias; Gill, 2018).

Em resumo, a visibilidade e a aceitação digital estão fortemente interligadas, com as redes sociais desempenhando um papel central na forma como as pessoas constroem e negociam suas identidades e valores. Embora essas plataformas ofereçam oportunidades para contestar os padrões de beleza e promover a diversidade, elas também reforçam uma cultura de vigilância e auto-objetificação, onde a aceitação social continua sendo determinada, em grande parte, pela aparência e pela capacidade de se conformar a padrões visuais idealizados (Chen; Li, 2021).

3.4 CORPO COMO MERCADORIA

O mais belo objeto de consumo
(Foucault 1987)

Na contemporaneidade, o corpo humano se tornou uma mercadoria, sendo objetificado e comercializado de várias formas, especialmente como foi citado no tópico passado; através das mídias sociais e da cultura de consumo. A crescente pressão para aderir a padrões estéticos impostos pela indústria da moda, beleza e entretenimento levou a uma constante busca pela transformação corporal, seja através de procedimentos estéticos, produtos de beleza ou até mesmo pelo retoque de imagens através de aplicativos de Photoshop. Neste contexto, o corpo é tratado como um produto a ser moldado e vendido, seguindo normas específicas que definem o que é desejável ou aceito socialmente (Baudrillard, 1995).

Segundo uma pesquisa realizada pelo Projeto Dove pela Autoestima, o uso de aplicativos de edição de imagem e filtros nas redes sociais para disfarçar "imperfeições" tornou-se uma prática comum entre meninas mais jovens. Destaca que 84% das adolescentes brasileiras de 13 anos já utilizaram algum tipo de tecnologia para alterar ou retocar sua aparência nas fotos. Além disso, o estudo mostra que 78% delas modificam ou escondem pelo menos uma parte de seus corpos que não gostam antes de compartilhar suas imagens nas redes sociais (Dove, 2021).

Em uma análise por Jean Baudrillard, explica-se que os corpos são cada vez mais vistos como objetos de consumo, onde a aparência é priorizada na “falta” de outras dimensões da existência humana. Nesse sentido, o corpo se torna uma superfície a ser retocada e exibida, de acordo com os valores de beleza e sucesso promovidos pela mídia e pelas grandes corporações (Baudrillard, 1995). Além disso, a crescente busca por cirurgias plásticas, procedimentos estéticos e produtos de aprimoramento físico reforça a ideia de que o corpo perfeito é uma meta a ser alcançada a qualquer custo, mesmo que isso implique em riscos à saúde ou alienação da própria identidade. Mesmo que esta meta seja inalcançável (Gimlin, 2007).

O padrão de beleza promovido pela mídia e pelas redes sociais é fortemente considerado inalcançável, porque se baseia em características físicas extremamente idealizadas e frequentemente irreais. Esses ideais são reforçados por celebridades, influenciadores digitais e campanhas publicitárias que promovem um corpo "perfeito", muitas vezes já alterado diversas vezes por cirurgias plásticas, tratamentos estéticos ou edições digitais de imagem. Como resultado, indivíduos, especialmente mulheres, sentem-se pressionados a atingir uma aparência que, na maioria das vezes, está fora de seu alcance biológico ou financeiro (Bordo, 2003).

O caráter inatingível desse padrão está também associado à constante mudança das tendências de beleza, que se renovam de acordo com as dinâmicas de consumo. Cada nova tendência reforça a ideia de que o corpo, como uma mercadoria, precisa ser moldado continuamente para se adequar às normas vigentes. Além disso, a popularização de filtros e aplicativos de edição de imagem cria uma realidade virtual onde corpos perfeitos são facilmente criados, mas que dificilmente podem ser replicados na vida real (Gimlin, 2007).

O fato de o padrão de beleza ser inatingível leva muitos a desenvolverem uma insatisfação constante com seus corpos, reforçando sentimentos de inadequação e baixa autoestima. Em última análise, ao tentar perseguir esses ideais impossíveis, muitas pessoas acabam colocando sua saúde física e mental em risco (Tiggeman; Slater, 2014).

As redes sociais, como anteriormente citadas, têm intensificado essa mercantilização do corpo ao criar uma cultura de visibilidade constante, onde a aceitação e a popularidade muitas vezes dependem da aparência física. Especialmente as plataformas como Instagram e TikTok incentivam a exibição de corpos que estejam dentro dos padrões estéticos predominantes, reforçando a ideia de que a beleza é uma forma de capital social. Influenciadores e celebridades que se destacam por suas aparências acabam por monetizar suas imagens, transformando seus corpos em verdadeiras vitrines de consumo (Elias; Gill, 2018).

As implicações desse fato acabam por se tornar sociais e psicológicas. Porque a pressão para aderir a esses padrões estéticos contribui para uma insatisfação generalizada com o próprio corpo, levando muitos a buscarem cirurgias e intervenções estéticas. O corpo, ao ser objetificado e tratado como mercadoria, perde sua subjetividade e se torna um objeto de desejo e controle, onde a validação externa torna-se mais importante do que a saúde ou a aceitação pessoal (Gill, 2007). Além disso, essa mercantilização pode levar a uma perda de boa parte de sua identidade, que passa a ser julgado com base em critérios estéticos, reforçando desigualdades sociais e preconceitos contra corpos que não se encaixam nos padrões estabelecidos (Bordo, 2003).

Em suma, o corpo como mercadoria é um reflexo das dinâmicas de consumo da era contemporânea, onde a aparência física é transformada em um produto a ser vendido e consumido constantemente. A cultura digital e o capitalismo estético reforçam esses processos, intensificando a busca por um corpo ideal e criando novas formas de exploração e alienação. Esse ciclo perpetua a ideia de que o valor do indivíduo está intimamente ligado à sua aparência, desconsiderando outras dimensões de sua identidade e humanidade.

3.5 CORPOS MARGINALIZADOS

*Li sobre pássaros e passei a saber que os pássaros medem
a distância em unidades de corpo e não em metros:
a densidade de cada corpo não importa, o que
importa é a distância entre eles.
(Matilde Campilho, 2015)*

Embora este trabalho priorize o sofrimento das mulheres, é importante mencionar, mesmo que brevemente, que todos os corpos podem ser afetados por essa pressão estética. Corpos que não se enquadram nos padrões estéticos dominantes, enfrentam de maneiras distintas, desafios específicos em relação à aceitação social e à visibilidade.

A sociedade contemporânea está marcada por uma hierarquia de corpos que define quais são considerados aceitáveis e desejáveis, e quais são marginalizados ou invisibilizados. Esse processo de marginalização atinge indivíduos cujos corpos não se enquadram nos padrões dominantes de beleza, saúde e capacidade física. Os corpos fora desses padrões como; os corpos gordos, negros, LGBTQIA+, com deficiência ou envelhecidos, que sofrem com a desvalorização social e, muitas vezes, com a negação de direitos e reconhecimento. Esses corpos são tratados como anomalias nessa sociedade

que privilegia a estética hegemônica, o que contribui para sua marginalização e exclusão (Bordo, 2003).

[..] A década de 20 foi, então, crucial na formação de um novo ideal físico, tendo a imagem cinematográfica interferido significativamente nessa construção. No fim da década, mulheres, sob o impacto combinado das industriais do cosmético, da moda, da publicidade e de Hollywood, incorporaram o uso da maquiagem, principalmente o batom e passam a valorizar o corpo esbelto, esguio. Como aponta Featherstone (1993), a combinação dessas quatro indústrias foi fundamental para a vitória do corpo magro sobre o gordo, no decorrer do século XX. (Ana;Lucia;Castro, 2003. p 22)

Um dos grupos mais afetados pela marginalização estética são as pessoas gordas. Vivemos em uma cultura que glorifica a magreza como símbolo de disciplina, autocontrole e sucesso, associando o corpo gordo a conceitos de preguiça, falta de saúde e desleixo. Essa construção social é reforçada pela indústria da moda, mídia e publicidade como citado anteriormente, que promovem imagens de corpos esguios como o ideal estético, excluindo aqueles que fogem desse padrão (Frederickson Roberts, 1997).

Corpos gordos não são apenas estigmatizados em termos de aparência, mas também são alvos de discriminação institucionalizada, especialmente no mercado de trabalho e na área da saúde. Em um estudo de Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2010) mostra que pessoas gordas, especialmente mulheres, enfrentam maiores barreiras ao acesso a cuidados médicos de qualidade, sendo frequentemente julgadas com base em seu peso e não nos sintomas que apresentam. Além disso, no ambiente de trabalho, há uma discriminação baseada na aparência, onde pessoas gordas têm menos oportunidades de crescimento profissional devido aos estereótipos negativos que cercam seus corpos (Pirritano et al., 2016).

Além destes, corpos negros também são marginalizados de forma significativa historicamente, tanto em termos estéticos quanto em seu tratamento social. A história da escravidão e do colonialismo deixou marcas profundas que ainda reverberam nas dinâmicas sociais atuais, perpetuando a desvalorização e hiperssexualização dos corpos negros. Esses corpos são frequentemente representados de forma estereotipada na mídia, onde mulheres negras são sexualizadas e objetificadas, enquanto homens negros são vistos como ameaçadores ou violentos (Collins, 2000).

Tanto que na indústria da moda e da beleza, corpos negros foram invisibilizados ou quando representados, são moldados dentro de padrões estéticos eurocêntricos, como o clareamento da pele ou a valorização de traços que se aproximam dos ideais brancos. Essa negação da diversidade de corpos e

belezas negras reforça uma hierarquia racial que marginaliza e desumaniza indivíduos fora do padrão branco e eurocêntrico. A luta por representatividade e pela valorização da estética negra busca desafiar essa narrativa, mas ainda enfrenta barreiras significativas (Hall, 1996).

Outro grupo de corpos marginalizados são aqueles pertencentes à comunidade LGBTQIA+, que sofrem com a imposição da normatividade de gênero e da heteronormatividade. Indivíduos que não se identificam com papéis tradicionais de gênero como pessoas trans, não-binárias ou de outras identidades de gênero enfrentam preconceito, discriminação e violência. O corpo trans, por exemplo, é constantemente patologizado e invalidado, sendo negada a essas pessoas a possibilidade de existir plenamente dentro de suas próprias identidades (Butler, 2004).

Além disso, corpos LGBTQIA+ que não se encaixam nos padrões de beleza heteronormativos são ainda mais excluídos dentro da própria comunidade. Por exemplo, corpos gordos ou afeminados podem ser marginalizados dentro da comunidade gay, onde muitas vezes prevalece um ideal de masculinidade e corpo atlético. Isso cria uma dupla marginalização: além da exclusão pela sociedade em geral, há uma exclusão interna que reforça os padrões normativos de beleza e de comportamento (Sandler, 2018).

Corpos com deficiência também estão entre os mais marginalizados e invisibilizados. A nossa sociedade contemporânea é construída em torno de normas de capacidade física e cognitiva, o que gera barreiras sociais e institucionais para aqueles cujos corpos funcionam de maneiras diferentes. A arquitetura das cidades, as dinâmicas de trabalho e até mesmo as normas de convivência social muitas vezes ignoram as necessidades das pessoas com deficiência, tornando seus corpos marginalizados em espaços que não são projetados para incluí-los (Garland-Thomson, 2011).

Além das barreiras físicas e sociais, há também essa marginalização estética da qual cito. Corpos com deficiência são geralmente excluídos da representação midiática e publicitária, e quando são representados, muitas vezes aparecem de forma estereotipada, como exemplos de superação ou tragédia. Essa falta de representatividade contribui para a desumanização e o apagamento das experiências de pessoas com deficiência, reforçando sua marginalização dentro da sociedade (Shildrick, 2002).

Apesar da marginalização desses corpos, há movimentos crescentes que lutam pela visibilidade e aceitação. Como citado anteriormente neste trabalho, o movimento body positivity, tem sido uma resposta importante ao estigma em torno de corpos gordos, defendendo a aceitação de todos os tipos de corpos, independentemente de sua conformidade com os padrões estéticos dominantes. Da mesma forma, movimentos como o “BlackLivesMatter” e o feminismo

interseccional têm lutado para que corpos negros e corpos LGBTQIA+ tenham seu valor e dignidade reconhecidos, tanto em termos de representação quanto de direitos sociais e políticos (Crichlow, 2015).

A luta contra a marginalização dos corpos é também uma luta contra as normas que definem quais corpos são "normais" ou "aceitáveis". Desafiar essas normas e aumentar a representatividade de corpos diversos é fundamental para construir uma sociedade mais inclusiva e justa, onde todos os corpos, independentemente de suas características, sejam reconhecidos como valiosos e dignos de respeito e dignidade.

3.6 IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL

A constante exibição de padrões de beleza inatingíveis gera um ambiente de comparação social e insatisfação corporal, o que pode causar diversos problemas psicológicos, como ansiedade, depressão, transtornos alimentares e baixa autoestima. Sarah Grogan demonstrou nos seus estudos que esta pressão para cumprir padrões estéticos irrealistas tem um impacto direto no bem-estar psicológico, alimentando um ciclo de autocritica e frustração (Grogan, 2016).

Um dos mecanismos mais comuns pelos quais a pressão estética afeta a saúde mental é a comparação social. De acordo com a teoria da comparação social, as pessoas tendem a avaliar-se em relação aos outros, particularmente em contextos que envolvem atributos socialmente valorizados, como a aparência física (Festinger, 1954).

No contexto digital, esta comparação é reforçada, pois as redes sociais criam um ambiente onde imagens de corpos idealizados são constantemente compartilhadas e celebradas. A insatisfação corporal é uma consequência comum desse processo, principalmente entre mulheres e adolescentes. Estudos mostram que a exposição frequente a imagens de corpos magros e padronizados em plataformas como o Instagram está fortemente associada a sentimentos de inadequação e insatisfação com a aparência (Tiggemann; Slade, 2013).

Esta insatisfação pode, por sua vez, levar ao desenvolvimento de distúrbios alimentares, como anorexia e bulimia, que afetam significativamente a saúde física e mental dos indivíduos. A busca incansável para se adequar aos padrões de beleza atuais também está ligada ao aumento dos níveis de ansiedade e depressão. A necessidade constante de parecer "perfeito" nas redes sociais pode gerar um estado de vigilância constante em que os indivíduos se preocupam

excessivamente com sua aparência e validação externa. Este fenômeno é particularmente preocupante entre os adolescentes, que são mais sensíveis à influência das redes sociais e à necessidade de aprovação através de gostos e comentários (Anderson; Hunt, 2020).

De acordo com estudo realizado por Fardouly et al. (2015), a comparação frequente de imagens nas redes sociais está fortemente associada a sintomas de depressão e ansiedade. As plataformas digitais criam um ambiente em que os indivíduos se sentem pressionados a obedecer a padrões irrealistas, gerando ressentimentos e sentimentos de inferioridade. Conforme mencionado anteriormente, a busca por “Curtir” nas redes sociais está associada a uma maior dependência da aprovação social, o que pode amplificar a ansiedade e a depressão (Anderson; Hunt, 2020).

Os transtornos alimentares representam um dos impactos mais graves da pressão estética na saúde mental. A fixação por um corpo magro, promovida pela indústria da moda e pela mídia, tem feito com que muitas pessoas, principalmente mulheres jovens, desenvolvessem uma relação patológica com a comida e consigo mesmas. A anorexia nervosa e a bulimia nervosa são distúrbios comumente associados à pressão estética e à insatisfação corporal, sendo muitas vezes causadas pela busca incessante por um corpo que atenda aos padrões (Smolak, 2011).

Segundo Tiggemann e Slater (2013), a exposição prolongada a imagens de corpos perfeitos em mídias digitais está associada ao aumento da insatisfação corporal e ao desejo de perder peso, bem como ao desenvolvimento de transtornos alimentares. Estas doenças têm consequências graves na saúde física, mas também têm um impacto profundo na saúde mental, com elevada taxa de comorbidade com depressão e ansiedade (Legrange et al., 2012).

A baixa autoestima é outro impacto direto da pressão estética na saúde mental. Uma autoimagem distorcida, muitas vezes reforçada por comparações com corpos idealizados nas redes sociais, pode gerar sentimentos de inferioridade e inadequação, que influenciam profundamente a forma como uma pessoa se comporta e como são suas habilidades sociais com todos com quem trabalha. Mulheres e meninas que sentem que não estão em conformidade com os padrões estéticos muitas vezes relatam baixa autoestima e autoconfiança, o que pode afetar negativamente muitas áreas das suas vidas, incluindo trabalho, relacionamentos e vida social (Brown; Tiggemann, 2016).

Além disso, o uso de filtros e aplicativos de edição de imagens agrava esse problema. Embora esses recursos permitam que os indivíduos se apresentem de forma mais próxima dos padrões estéticos vigentes, eles também criam uma desconexão entre as imagens reais e as projetadas, o que pode gerar um ciclo de insatisfação persistente e percebida com sua aparência (McLean et al., 2015)

Os efeitos da pressão estética na saúde mental são abrangentes e complexos, especialmente naqueles que se sentem pressionados a cumprir padrões de beleza irrealistas promovidos pelos meios de comunicação social e pelas redes sociais. Comparação social, insatisfação corporal, ansiedade, depressão, transtornos alimentares e baixa autoestima são consequências comuns desse fenômeno. Reconhecer estes efeitos e promover um debate crítico sobre os padrões estéticos e suas implicações para a saúde mental são essenciais para construir uma sociedade mais inclusiva e saudável, onde a diversidade dos corpos seja valorizada e respeitada.

3.7 RESISTÊNCIA AOS PADRÕES

A imposição de padrões estéticos tem sido uma força poderosa na sociedade contemporânea, afetando negativamente a autoestima e a saúde mental de muitas pessoas. Porém, nos últimos anos, os movimentos que resistem aos padrões hegemônicos de beleza se fortaleceram, oferecendo uma visão mais inclusiva e diversificada do corpo humano. Estes movimentos desafiam a normalização de corpos magros, jovens e brancos como ideais estéticos, ao mesmo tempo que promovem a aceitação de todas as formas e tamanhos corporais, incluindo a diversidade étnica e etária. A resistência aos padrões estéticos apareceu em muitas frentes, incluindo campanhas publicitárias, ativismo nas redes sociais e movimentos sociais, como a positividade corporal e a neutralidade corporal, conforme observado anteriormente neste trabalho. (Scott; L; L; e Lewis; J; N, 2019).

A mídia social é uma ferramenta poderosa para divulgar ideias sobre aceitação corporal e diversidade. Influenciadoras e ativistas como Jessamyn Stanley e Kanoa Greene usam as suas plataformas para desafiar os padrões de beleza estabelecidos, promovendo a valorização dos corpos marginalizados. De acordo com Cohen et al. (2019), as mídias sociais desempenham um papel crucial ao proporcionar espaços de resistência aos ideais estéticos hegemônicos, permitindo que diferentes vozes sejam ouvidas e ampliando a representação.

Além dos influenciadores, as grandes marcas estão sob pressão para adotar campanhas que celebrem a diversidade. Marcas como Dove e Aerie lançaram

campanhas publicitárias que incluem corpos de diferentes tamanhos, idades e etnias, desafiando os padrões estéticos tradicionais. Um estudo realizado por Cohen et al. (2019) descobriram que os consumidores respondem positivamente a campanhas que incluem a diversidade corporal, demonstrando uma procura crescente por uma representação autêntica nos meios de comunicação.

Apesar do progresso, os movimentos que resistem aos padrões de beleza enfrentam desafios contínuos. A cultura dominante continua a promover corpos jovens e magros como ideais estéticos, e o progresso na aceitação da diversidade corporal tem sido lento. Além disso, há uma preocupação crescente com a cooptação de movimentos como o da positividade corporal pelas grandes corporações, que podem utilizar a mensagem de aceitação como estratégia de marketing, sem qualquer compromisso real com a causa (Gill; Elias, 2014).

Outra crítica importante é que a resistência aos padrões de beleza nem sempre se adapta ao cruzamento. Stringer (2019) indica que o movimento de aceitação do corpo deve levar em conta as experiências das pessoas marginalizadas por raça, classe, gênero e deficiência, garantindo que a inclusão seja holística e aborde todas as formas de exclusão.

Os movimentos que resistem às normas estéticas, como a "body positivity" e a "body neutrality", têm desempenhado um papel fundamental no desafio à hegemonia das normas de beleza dominantes, como citado anteriormente. Promovem a aceitação e a valorização da diversidade corporal ao mesmo tempo que lutam contra ideais estéticos restritivos. Embora enfrentem desafios como a cooptação comercial e a necessidade de uma maior inclusão, estes movimentos têm o potencial para continuar a promover uma cultura de aceitação e respeito por todos os organismos. As redes sociais e diversas campanhas publicitárias são elementos essenciais na promoção desta mudança, contribuindo para a criação de um ambiente mais inclusivo e representativo.

3.8 A ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO FRENTE AOS IMPACTOS DA PRESSÃO ESTÉTICA

A terapia faz com que o indivíduo deixe de repetir de forma morta e chegue a um novo conflito criativo que convida ao crescimento, à mudança, ao excitamento, à aventura de viver.

(Fritz Perls 1893-1970 Gestalt Terapia)

A crescente pressão estética imposta pela sociedade e amplificada pelas redes sociais tem gerado graves consequências na saúde mental de diversas pessoas, especialmente entre jovens e mulheres. Os psicólogos desempenham um papel fundamental na identificação, intervenção e tratamento dos efeitos psicológicos decorrentes dessa pressão. Além disso, sua atuação é essencial para promover uma relação mais saudável com o corpo e com a autoimagem, ajudando os indivíduos a desenvolverem uma autopercepção menos focada em padrões irreais de beleza.

O primeiro passo na atuação do psicólogo frente aos impactos da pressão estética é a identificação dos sintomas psicológicos relacionados a essa questão. Estudos indicam que a insatisfação corporal pode levar ao desenvolvimento de transtornos alimentares, depressão, ansiedade e baixa autoestima (Grogan, 2017). Esses sintomas frequentemente se manifestam em pacientes que, influenciados por padrões de beleza midiáticos, buscam uma aparência idealizada e se tornam insatisfeitos com suas próprias características físicas.

Em consultas terapêuticas, o psicólogo pode observar comportamentos como a comparação constante com outras pessoas, o uso excessivo de filtros e edições em fotos para redes sociais e a prática de dietas extremas ou exercícios extenuantes com o objetivo de alcançar um corpo considerado "perfeito". Essas práticas estão diretamente associadas à pressão estética e podem gerar sérios danos à saúde física e mental (Tiggemann; Slater, 2014).

Uma das técnicas utilizadas é o "treinamento de aceitação corporal", que incentiva os pacientes a aceitarem suas características físicas como são, ao invés de se basearem em padrões externos (Levine; Panther, 2019). Estudos mostram que essa intervenção pode reduzir significativamente a ansiedade e os comportamentos disfuncionais relacionados à imagem corporal, como o uso excessivo de filtros e o desejo de procedimentos estéticos invasivos (Cohen; Irving, 2019).

Outra vertente importante da atuação do psicólogo frente aos impactos da pressão estética é o trabalho com a autoestima e a autocompaixão. A insatisfação corporal é frequentemente acompanhada por uma baixa autoestima, que se manifesta em sentimentos de inadequação e vergonha (Neff, 2011). O psicólogo pode introduzir práticas de autocompaixão, que incentivam o paciente a ser mais gentil consigo mesmo, especialmente diante de falhas ou imperfeições percebidas.

Kristin Neff (2011), apresenta estudos sobre autocompaixão, defende que essa prática pode reduzir os efeitos negativos da autocrítica e promover um maior bem-estar emocional. Ao trabalhar com autocompaixão, o psicólogo auxilia o

paciente a lidar com a frustração gerada pela pressão estética e a desenvolver uma relação mais saudável com seu corpo.

Além das intervenções individuais, os psicólogos também desempenham um papel fundamental na psicoeducação, tanto em ambientes clínicos quanto em escolas e comunidades. A psicoeducação visa informar os pacientes e o público em geral sobre os perigos da busca por padrões estéticos inatingíveis e sobre os impactos da pressão estética na saúde mental (Grogan, 2017).

Por meio de palestras, workshops e materiais educativos, psicólogos podem abordar informações sobre a importância de uma autoimagem positiva e promover a conscientização sobre os riscos do uso excessivo das redes sociais como forma de validação pessoal. Estudos mostram que campanhas de conscientização podem reduzir a insatisfação corporal e ajudar indivíduos a desenvolverem uma percepção mais crítica em relação aos padrões de beleza midiáticos (Cohen; et al., 2019).

A atuação do psicólogo frente aos impactos da pressão estética é essencial, especialmente em abordagens como a Gestalt-terapia, que promove a conscientização sobre o "aqui e agora" e incentiva a integração das emoções, pensamentos e corpo no processo terapêutico. Na Gestalt, o foco é ajudar o paciente a perceber como ele se relaciona consigo mesmo e com os outros, incluindo como ele lida com as pressões externas, como as de padrões estéticos (Yontef; Jacobs, 2010). Através dessa abordagem, o psicólogo busca despertar uma maior autopercepção e aceitação, ajudando o paciente a reconhecer suas próprias necessidades e limites, sem a interferência de expectativas sociais irreais. A promoção da autoaceitação e do equilíbrio emocional permite que os indivíduos se fortaleçam e resistam de maneira mais saudável às imposições estéticas contemporâneas, alcançando um estado de maior bem-estar psicológico.

4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este estudo realizou uma revisão narrativa da literatura, utilizando bases de dados eletrônicas (SciELO, PePSIC, PUBMED), E-books, vídeos (YouTube), além de consultar sites de organizações e instituições que produzem e divulgam pesquisas sobre intervenção psicológica quanto a pressão estética exercida nas redes sociais.

De acordo com Marconi & Lakatos (2003), a revisão bibliográfica é crucial para compreender o estado atual do conhecimento sobre um tema, envolvendo a análise e interpretação de documentos para reunir informações, discutir resultados, e estabelecer relações, comparações e críticas. Optou-se pela utilização apenas de trabalhos científicos publicados em periódicos de língua portuguesa.

A revisão narrativa é uma abordagem para revisar a literatura na qual o autor descreve e analisa a produção científica existente sobre um tema específico de maneira não sistemática, sem seguir um método rigoroso. Seu objetivo é proporcionar uma visão geral e crítica do tema pesquisado. (ROTHER, E. T. 2007)

Os critérios de inclusão utilizados para a seleção do material foram: artigos científicos com resumo publicado em língua portuguesa; estudos nas áreas de Psicologia e Enfermagem; livros, manuais e revistas (PUBMED, PePSIC, SciELO) especializadas nos temas relacionados; publicações que abordem especificamente a pressão estética e seus impactos psíquicos em contextos digitais; trabalhos que apresentem dados empíricos ou revisões sistemáticas sobre o tema; e artigos publicados nos últimos 10 anos, garantindo relevância e atualidade.

Os critérios de exclusão utilizados foram: artigos repetidos; material que não aborde o tema em questão, como tópicos não relacionados à pressão estética ou controle corporal; publicações fora das áreas de Psicologia e Enfermagem; estudos que se concentrem em contextos não digitais ou que não explorem a relação entre visibilidade e controle corporal; e artigos sem revisão por pares ou de fontes não confiáveis.

Desse modo optou-se por utilizar os seguintes descritores: Psicologia; Pressão estética; Corpo; Redes sociais; Autoestima.

Ao longo da pesquisa, foi utilizado um montante de 50 bibliografias, sendo 37 artigos, 10 livros, 2 monografias e 1 vídeo, publicados no espaço de tempo entre 1970 e dezembro de 2023. Com base na leitura detalhada das literaturas selecionadas, foram desenvolvidas as seguintes categorias de análise: a - Histórico da pressão estética, b - Redes sociais e padrões de beleza, c -

Visibilidade e validação online, d - Corpo como mercadoria, e - Corpos marginalizados, f - Impactos na saúde mental, g - Resistência aos padrões, h - A Atuação do Psicólogo frente aos impactos da pressão estética.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo deste trabalho, buscamos analisar como a pressão estética contemporânea, potencializada pelo ambiente digital, diz respeito profundamente à percepção dos corpos, principalmente no que tange à subalternização de determinados perfis corporais. Ao investigar o impacto psíquico que essa dinâmica gera, percebemos que os padrões de beleza predominantes não apenas reforçam estruturas de poder excludentes, como também intensificam as experiências de controle e vigilância sobre corpos marginais.

A partir de uma perspectiva histórica, entendemos que a construção de um ideal corporal sempre esteve atrelada a interesses políticos e econômicos. No entanto, com o advento das redes sociais e o uso massivo das plataformas digitais, esse processo se tornou mais rápido, global e invasivo. O corpo,

anteriormente uma instância relativamente privada, torna-se hoje um objeto público de constante avaliação e julgamento. As ferramentas tecnológicas permitem um controle ininterrupto, criando uma cultura de autoexploração onde os indivíduos internalizam as expectativas externas e se engajam ativamente

Essa visibilidade exacerbada, longe de ser apenas um aspecto de empoderamento, como muitas vezes é romantizada nas narrativas midiáticas, contribui para a manutenção de uma estrutura que desvaloriza a diversidade corporal e amplia a segregação simbólica. Corpos que não se adequam aos padrões hegemônicos tornam-se invisíveis ou, pior ainda, sujeitos a um olhar de desprezo e ridicularização. A subalternização, portanto, não se dá apenas em termos materiais, mas também no nível psíquico e simbólico, gerando sentimentos de inadequação, vergonha e exclusão.

Os impactos psíquicos dessa dinâmica de controle corporal são significativos. Sentimentos de ansiedade, baixa autoestima, depressão e distúrbios alimentares são apenas algumas das consequências psicológicas que emergem desse cenário. Em vez de promover a facilidade e a autoexpressão, o ambiente digital frequentemente reforça a comparação constante e a competição estética. Aqueles que não conseguem ou não desejam se conformar a esses padrões enfrentam um duplo desafio: por um lado, precisam lidar com a pressão externa de se ajustar às normas, e, por outro, enfrentam a luta interna contra a própria autonomia e dignidade.

Essas especificidades são especialmente agudas quando analisamos a interseccionalidade presente na construção das identidades corporais. Mulheres, pessoas negras, pessoas gordas, LGBTQIA+ e outras minorias enfrentam um escrutínio ainda mais severo nas redes sociais, onde seus corpos são

frequentemente patologizados ou fetichizados. A imposição de um padrão de beleza eurocêntrico, magro e heteronormativo exclui e desumaniza essas identidades, reforçando a lógica de que apenas certos corpos são "aceitáveis" ou "desejáveis".

No entanto, apesar desse cenário sombrio, é importante ressaltar que as plataformas digitais também têm potencial para subverter essas narrativas. Iniciativas de resistência e movimentos de empoderamento corporal são surgidas nas redes, criando espaços para o questionamento das normas estéticas e promovendo a visibilidade de corpos marginalizados. A criação de comunidades online que celebram a diversidade corporal e a multiplicidade de expressões identitárias oferece um contraponto importante às dinâmicas opressivas que predominam.

O desafio, portanto, é duplo. Por um lado, é necessário refletir e criticar a lógica de subalternização dos corpos que se perpetuam no ambiente digital, entendendo seus profundos impactos no bem-estar psicológico e na construção de identidades. Por outro lado, devemos também valorizar as iniciativas que buscam romper com esses padrões, promovendo espaços de acesso, inclusão e diversidade.

Em resumo, este trabalho contribui para a compreensão de que a pressão estética não é apenas uma questão de aparência física, mas envolve um complexo jogo de poder, visibilidade e controle que afeta a subjetividade dos indivíduos. A luta por corpos livres e independentes no ambiente digital contemporâneo é, em última análise, uma luta por dignidade, pela pluralidade e pelo direito à existência plena. É necessário que continuemos a debater e aprofundar essa questão, ampliando a consciência crítica e fomentando a resistência contra as formas de opressão estética, para que todos os corpos possam ser reconhecidos e respeitados em sua integralidade.

REFERÊNCIAS

ANDERSON, Monica; HUNT, David. **“Social Media Use in 2020: A Year in Review.”** Pew Research Center, 2020. Acesso em: 17 de agosto de 2024.

ARRAIS, Arthur Melo. **A ditadura da beleza e a pressão estética sobre a mulher: consumo e práticas culturais na busca por aceitação social.** 2015. In: ENECULT – Encontro de Estudos Multidisciplinares em Cultura, 11., 2015, Salvador. Anais [...]. Salvador: Universidade Federal da Bahia, 2015. Disponível em: <https://www.enecult.ufba.br/modulos/submissao/Upload-484/112143.pdf>. Acesso em: 17 de agosto de 2024.

BAUDRILLARD, Jean. **A Sociedade de Consumo.** Lisboa: Edições 70, 1995. Acesso em: 21 de julho de 2024.

BORDO, Susan. **A Maquinaria do Desejo: A Cultura da Beleza e o Corpo Feminino.** São Paulo: Editora Rocco, 2000. Acesso em: 18 de maio de 2024.

BORDO, Susan. **Unbearable Weight: Feminism, Western Culture, and the Body.** 10. ed. Berkeley: University of California Press, 2003. Acesso em: 15 de maio de 2024.

BORDO, Susan. **Unbearable Weight: Feminism, Western Culture, and the Body.** Berkeley: University of California Press, 2003. Acesso em: 24 de julho de 2024.

BROWN, Zoe; TIGGEMANN, Marika. **“Attractive celebrity and peer images on Instagram: Effect on women’s mood and body image.”** Body Image, v. 19, p. 37-43, 2016. Acesso em: 20 de agosto de 2024.

CASTRO, Ana Lúcia. de. **Culto ao corpo e sociedade: mídia, estilos de vida e cultura de consumo.** São Paulo: Annablume: Fapesp, 2003. p. 22. Acesso em: 10 de agosto de 2024.

CHEN, Haiyan; LI, Yiqing. **“Exploring the relationship between social media use and body image concerns: A meta-analysis”.** Journal of Youth Studies, v. 24, n. 8, p. 1038-1050, 2021. Acesso em: 03 de junho de 2024.

COHEN, Rachel; IRVING, Lori; BROWNELL, Kelly D. **“Body Love or Body Obsession? The Impact of Exposure to Diverse Body Images on Women's Body Satisfaction.”** Journal of Health Psychology, v. 24, n. 6, p. 720-735, 2019. Acesso em: 12 de setembro de 2024.

COHEN, Rebecca; BLASZCZYNSKI, Alex. **“The impact of social media on body image: A systematic review”**. *Journal of Health Psychology*, v. 21, n. 7, p. 1253-1267, 2015. Acesso em: 16 de junho de 2024.

COLE, Ellen; ZIMMERMAN, Elizabeth. **“Body positivity and the cultural shift towards body acceptance”**. *Feminist Media Studies*, v. 19, n. 6, p. 769-784, 2019. Acesso em: 16 de junho de 2024.

DEL PRIORE, Mary (org.). **História das Mulheres no Brasil**. 8. ed. São Paulo: Contexto, 2000. Acesso em: 02 de junho de 2024.

DOVE. **Projeto Dove pela Autoestima: Impacto das redes sociais na imagem corporal das jovens brasileiras**. 2021. Acesso em: 21 de julho de 2024.

DUBY, Georges. **A História da Vida Privada: Da Idade Média à Renascença**. São Paulo: Companhia das Letras, 1999. Acesso em: 16 de maio de 2024.

ELIAS, Ana; GILL, Rosalind. **“Beauty surveillance: The digital politics of beauty.”** *European Journal of Cultural Studies*, v. 21, n. 5, p. 717-730, 2018. Acesso em: 16 de junho de 2024.

ELIAS, Ana; GILL, Rosalind. **“Beauty surveillance: The digital politics of beauty.”** *European Journal of Cultural Studies*, v. 21, n. 5, p. 717-730, 2018. Acesso em: 24 de julho de 2024.

FARDOULY, Jasmine et al. **“Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women’s body image concerns and mood.”** *Body Image*, v. 13, p. 38-45, 2015. Acesso em: 20 de agosto de 2024.

FARQUHAR, Sarah; WASYLKIW, Louise. **“Social media use and body dissatisfaction: The moderating role of self-compassion”**. *Journal of Media Psychology*, v. 32, n. 3, p. 121-130, 2020. Acesso em: 28 de junho de 2024.

FESTINGER, Leon. **A Theory of Social Comparison Processes**. Stanford: Stanford University Press, 1954. Acesso em: 01 de setembro de 2024.

FREIRE, Joana Passos Lameira; COSTA, Tereza Cristina Medeiros. **O corpo como capital: reflexões sobre a estética e o sujeito contemporâneo**. *Psicologia em Estudo*, v. 13, n. 2, p. 375-383, 2008. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682008000200011. Acesso em: 15 de julho de 2024.

GILL, Rosalind. **Gender and the Media**. Cambridge: Polity Press, 2007. Acesso em: 09 de agosto de 2024.

GILL, Rosalind; ELIAS, Ana Sofia. "**Awaken your incredible: Love your body discourses and postfeminist contradictions.**" *Feminist Theory*, v. 15, n. 3, p. 320-338, 2014. Acesso em: 12 de setembro de 2024.

GIMLIN, Debra. **Body Work: Beauty and Self-Image in American Culture**. Berkeley: University of California Press, 2007. Acesso em: 09 de agosto de 2024.

GROGAN, Sarah. **Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children**. 3. ed. New York: Routledge, 2016. Acesso em: 01 de setembro de 2024.

GROS, Frédéric. **A Mulher e o Renascimento: Representações da Feminilidade na Arte**. São Paulo: Editora Unesp, 2007. Acesso em: 18 de maio de 2024.

HOLLAND, Grace; TIGGEMANN, Marika. "**A systematic review of the impact of social networking sites on body image and disordered eating outcomes**". *Body Image*, v. 17, p. 100-110, 2016. Acesso em: 28 de junho de 2024.

ISSUP. "**Usuários viciados em likes.**" Disponível em: <https://www.issup.net/pt-br/knowledge-share/resources/2021-01/usuarios-viciados-likes>. Acesso em: 15 de julho de 2024.

LE GOFF, Jacques; TROUNG, Nicolas. **Uma história do corpo na Idade Média**. Tradução de Marcos Flamínio Peres. Revisão técnica de Marcos de Castro. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006. p. 10. Acesso em: 15 de maio de 2024.

LEGRANGE, Daniel et al. "**Eating disorders in adolescents and the internet: Cross-sectional study of problematic internet use among adolescents with eating disorders.**" *Journal of Adolescent Health*, v. 50, p. 319-325, 2012. Acesso em: 01 de setembro de 2024.

MAIA, Vanessa Miranda. **A internalização da pressão estética e sua relação com a (in)satisfação corporal de universitários(as)**. 2019. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/26079/4/InternalizacaoPress%C3%A3oEst%C3%A9tica.pdf>. Acesso em: 17 de agosto de 2024.

MARCONI, M. de A., & LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5ª ed. São Paulo: Atlas, 2003. Acesso em: 14 de maio de 2024.

MARIE CLAIRE. **Instagram anuncia o fim dos filtros criados por terceiros: podemos ver isso com otimismo.** Disponível em: <https://revistamarieclaire.globo.com/Moda/noticia/2019/10/instagram-anuncia-o-fim-dos-filtros-criados-por-terceiros-podemos-ver-isso-com-otimismo.html>. Acesso em: 21 de agosto de 2024.

MCMORRAN, Jaye; TAYLOR, Jacklyn; O'BRIEN, Catherine. **“Social media engagement and body dissatisfaction: The role of self-compassion and social comparison.”** Journal of Health Psychology, v. 25, n. 10, p. 1342-1353, 2020. Acesso em: 28 de junho de 2024.

OLIVEIRA, Lucia Z. S. et al. **“Autopercepção e aceitação do corpo: uma análise de influências da mídia sobre o comportamento de consumo de mulheres de diferentes faixas etárias.”** Revista Brasileira de Marketing, v. 13, n. 1, p. 4-14, 2014. Acesso em: 18 de maio de 2024.

OLIVEIRA, Patrícia de Jesus et al. **O corpo subalterno nas mídias: representações, resistências e silenciamentos.** 2020. Acesso em: 21 de julho de 2024.

PRATES, Ricardo Melo. **A estética corporal como capital simbólico e de consumo: um estudo de caso sobre o crossfit.** 2017. Disponível em: https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/154250/prates_rm_me_bauru.pdf?sequence=3&isAllowed=y. Acesso em: 03 de julho de 2024.

RIVERA, Marcia. **“Digital media, body image, and the millennial generation: The relationship between Instagram and the pursuit of beauty”.** Journal of Communication and Media Research, v. 23, n. 2, p. 43-55, 2022. Acesso em: 30 de julho de 2024.

ROCHA, Everardo P. G. **Magia e capital: Fetichismo e estética na cultura do consumo.** Rio de Janeiro: Mauad, 2006. Acesso em: 02 de agosto de 2024.

RODRIGUES, Giovana. **Beleza como poder: pressão estética e estigma nos corpos femininos na era das redes sociais.** 2021. Acesso em: 21 de agosto de 2024.

ANEXO 1



DISCENTE: Samyra Teixeira Abreu

CURSO: Psicologia

DATA DE ANÁLISE: 15.10.2024

RESULTADO DA ANÁLISE

Estatísticas

Suspeitas na Internet: **0,44%**

Percentual do texto com expressões localizadas na internet [△](#)

Suspeitas confirmadas: **0,44%**

Confirmada existência dos trechos suspeitos nos endereços encontrados [△](#)

Texto analisado: **93,57%**

Percentual do texto efetivamente analisado (frases curtas, caracteres especiais, texto quebrado não são analisados).

Sucesso da análise: **100%**

Percentual das pesquisas com sucesso, indica a qualidade da análise, quanto maior, melhor.

Analisado por Plagius - Detector de Plágio 2.9.4
terça-feira, 15 de outubro de 2024

PARECER FINAL

Declaro para devidos fins, que o trabalho da discente SAMYRA TEIXEIRA ABREU n. de matrícula **45672**, do curso de Psicologia, foi aprovado na verificação de plágio, com porcentagem conferida em 0,44%. Devendo a aluna realizar as correções necessárias.

Assinado digitalmente por: ISABELLE DA SILVA SOUZA
Razão: Responsável pelo documento
Localização: UNIFAEMA - Ariqueme/RO
O tempo: 16-10-2024 16:54:06

ISABELLE DA SILVA SOUZA
Bibliotecária CRB 1148/11
Biblioteca Central Júlio Bordinon
Centro Universitário Faema – UNIFAEMA

