

INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NOS PADRÕES DE BELEZA COMO FATOR DE RISCO PARA O ADOECIMENTO PSICOLÓGICO

INFLUENCE OF SOCIAL MEDIA ON BEAUTY STANDARDS AS A RISK FACTOR FOR PSYCHOLOGICAL ILLNES

Rodrigo Carvalho Rodrigues¹; Leandro Ribeiro Azevedo²

RESUMO

Atualmente, os padrões de beleza impostos pela sociedade têm contribuído para o adoecimento psíquico da população, o adoecimento psíquico é uma questão complexa que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. Nesse sentido, o presente estudo tem por objetivo analisar como as redes sociais podem influenciar nos padrões de beleza estabelecidos pela sociedade e como isso afeta no adoecimento psíquico das pessoas, além de investigar quais as contribuições da psicologia sobre o assunto. A metodologia utilizada foi uma revisão narrativa da literatura. A partir dos estudos foi possível entender que a beleza é uma estrutura formada a partir de um padrão vindo da relação entre o corpo e a mídia. Logo, a cultura contemporânea e os meios sociais, influenciam os indivíduos a buscar por aparência e corpo ideal. Concluiu-se que os padrões de beleza podem aumentar o risco de distúrbios alimentares, ansiedade, depressão e isolamento social. Isto é especialmente verdadeiro entre as mulheres jovens. Limitar o tempo nas redes sociais e falar com um profissional de saúde mental pode ajudar os indivíduos a lidar com os efeitos dos padrões de beleza sociais na saúde mental.

Palavras-Chave: Adoecimento psíquico. Psicologia. Redes sociais.

ABSTRACT

Nowadays, the beauty standards imposed by society have contributed to the mental illness of the population. Mental illness is a complex issue that affects millions of people around the world. In this sense, the present study aims to analyze how social networks can influence beauty standards established by society and how this affects people's mental illness, in addition to investigating the contributions of psychology on the subject. The methodology used was a narrative review of the literature. From the studies it was possible to understand that beauty is a structure formed from a pattern coming from the relationship between the body and the media. Therefore, contemporary culture and social media influence individuals to search for an ideal appearance and body. It was concluded that beauty standards can increase the risk of eating disorders, anxiety, depression, and social isolation. This is especially true among young women. Limiting time on social media and speaking with a mental health professional can help individuals cope with the effects of social beauty standards on mental health.

Keywords: Psychic illness. Psychology. Social media

¹ Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Nobre (UNIFAN-BA), Feira de Santana, Bahia – Brasil.

² Docente do Centro Universitário Nobre (UNIFAN-BA), Feira de Santana, Bahia – Brasil.

INTRODUÇÃO

O padrão de beleza se trata de um conjunto de normas estéticas que formatam o corpo de um indivíduo, de acordo com processos culturais localizados em um determinado espaço e tempo histórico. É uma construção social, ou seja, não é algo que sempre existiu na natureza, não é universal nem imutável. Cada cultura tem a própria definição do que é belo, estabelecendo associações entre determinadas partes do corpo a atributos positivos ou negativos. Esses parâmetros acabam por qualificar e desqualificar as pessoas, que constroem suas identidades a partir dessas regras.

No contexto contemporâneo, pode-se facilmente perceber que os padrões de beleza perpetuados pela mídia são extremamente distantes da realidade. Essas idealizações inatingíveis têm um impacto negativo na autoestima das pessoas, levando-as a tomar decisões prejudiciais em relação a si mesmas. Portanto, é crucial abordar de forma abrangente os grupos sociais mais vulneráveis às pressões estéticas e aos padrões sociais, especialmente jovens e adolescentes, em sua maioria do sexo feminino (Tiggermann & Slater, 2014).

O adoecimento psíquico é um termo utilizado para descrever uma série de condições e transtornos mentais que afetam a saúde emocional e psicológica de uma pessoa. Essas condições podem variar desde problemas de saúde mental leves, como ansiedade e depressão, até transtornos mais graves, como esquizofrenia e transtorno bipolar (Silva, 2019).

Destaca-se que o adoecimento psíquico é uma questão complexa que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. Nesse sentido, existem diversas causas que podem levar ao adoecimento psíquico, e muitas vezes essas causas estão interligadas. Alguns dos principais fatores que podem contribuir para o desenvolvimento de problemas de saúde mental são os padrões de beleza divulgados principalmente por meio da mídia digital (Silva, 2019).

Nessa perspectiva, segundo Colvara (2013), o advento da era digital e tecnológica, junto com a criação das redes sociais facilitou o acesso à informação de maneira muito rápida, em contrapartida, vem contribuindo vigorosamente para uma

crescente manutenção da indústria da beleza. Com toda essa globalização, ferramentas digitais como as redes sociais, que exerce um papel de elemento mediador muito forte entre a sociedade, ditam regras, expõem modelos de corpos a serem seguidos, influencia o uso de produtos e a busca por procedimentos estéticos, que prometem esse alcance, como é afirmado por Silva (2019), onde o autor pontua que o avanço da tecnologia atrelado a indústria da beleza e os veículos de comunicação oferecem diversos produtos para que as pessoas se adéquem ao modelo de beleza contemporâneo.

Assim sendo, percebe-se que o uso das redes sociais tem se tornado cada vez mais comum na sociedade atual. Com o aumento da utilização dessas plataformas, surgem questionamentos sobre a influência que essa exposição pode ter nos padrões de beleza estabelecidos, principalmente entre os jovens.

A disseminação das redes sociais e outras plataformas midiáticas têm contribuído para uma exposição excessiva do corpo ideal (Correia, 2021). Essa exposição intensa cria padrões e modelos a serem seguidos, resultando em um encorajamento implacável dos telespectadores para buscar esses ideais percebidos como belos e perfeitos, associando-os à noção de felicidade e sucesso pessoal.

O uso das redes sociais é influenciado por diversos fatores, como a busca por conexões sociais, a obtenção de informações e entretenimento. Porém, o uso excessivo das redes sociais pode ter um impacto negativo na autoestima dos usuários, especialmente dos jovens. Estudos indicam que a exposição a padrões estéticos idealizados nas redes sociais pode gerar sentimentos de inadequação e baixa autoestima, além de contribuir para a formação de distúrbios alimentares (Correia, 2021). Além disso, a pressão social para manter uma imagem positiva nas redes sociais pode gerar estresse e ansiedade nos usuários (Cunha et al., 2022).

Diante dessa questão, surge o seguinte problema de pesquisa: De que forma o uso das redes sociais influencia nos padrões de beleza estabelecidos, e como isso afeta no adoecimento psíquico?

Dessa forma, o presente estudo tem por objetivo geral analisar como as redes sociais podem influenciar nos padrões de beleza estabelecidos pela sociedade e como isso afeta no adoecimento psíquico

das pessoas. Além de investigar quais as contribuições da psicologia sobre o assunto.

Nesse sentido, o tema deste trabalho foi escolhido devido à grande importância de se discutir sobre esta temática no âmbito da psicologia, uma vez que, a busca pelos padrões de beleza, vem acompanhada por inúmeras implicações, com toda a pressão social destinada principalmente aos jovens para alcançar o padrão estético normatizado, torna-se um fator de risco para a saúde física e mental do público em questão, demonstrando assim ser um assunto extremamente relevante. Também pelo fato de existirem poucos estudos sobre essa temática na literatura.

MÉTODOS

Segundo Gil (2008, p.50), “A pesquisa bibliográfica é desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”. A pesquisa bibliográfica é elaborada a partir de material já publicado, constituído principalmente de: livros, revistas, publicações em periódicos e artigos científicos, jornais, boletins, monografias, dissertações, teses, material cartográfico, internet, com o objetivo de colocar o pesquisador em contato direto com todo material já escrito sobre o assunto da pesquisa. Na pesquisa bibliográfica, é importante que o pesquisador verifique a veracidade dos dados obtidos, observando as possíveis incoerências ou contradições que as obras possam apresentar (PRODANOV; FREITAS, 2013).

Cervo e Bervian (2011) diz que a pesquisa descritiva observa, registra e analisa fatos ou fenômenos (variáveis) sem manipulá-los. Enquanto a pesquisa exploratória tem como função preencher as lacunas que costumam aparecer em um estudo. Dessa forma, o presente trabalho irá fundamentar-se em uma revisão de literatura narrativa de abordagem descritiva.

A busca foi feita também por artigos científicos que tinham enfoque no tema. A coleta de dados foi realizada por meio da seleção das publicações, atendendo ao recorte temporal de 2014 a 2023 e foi orientada pelas seguintes palavras-chave: adoecimento psíquico, redes sociais e psicologia, utilizadas como descritores nos textos pesquisados, para definição daqueles em que seriam efetuadas a leitura dos resumos como primeira etapa metodológica

para definição dos textos a serem estudados.

Os critérios de inclusão adotadas pelo estudo, foram artigos disponíveis gratuitamente na íntegra nas bases de dados BVS-Psi, SciELO e PubMed, e está divulgado em língua portuguesa e inglesa, publicações completas com resultados disponíveis, e estudos que possuíam caráter científico, para apresentar credibilidade nas informações. Quanto aos critérios de exclusão, foram excluídos estudos incompletos, com sentido duplicado ou que demonstrarem desarticulação com o tema proposto. Os descritores foram pesquisados em língua inglesa, sendo incluído um filtro por vez e com o operador “and”.

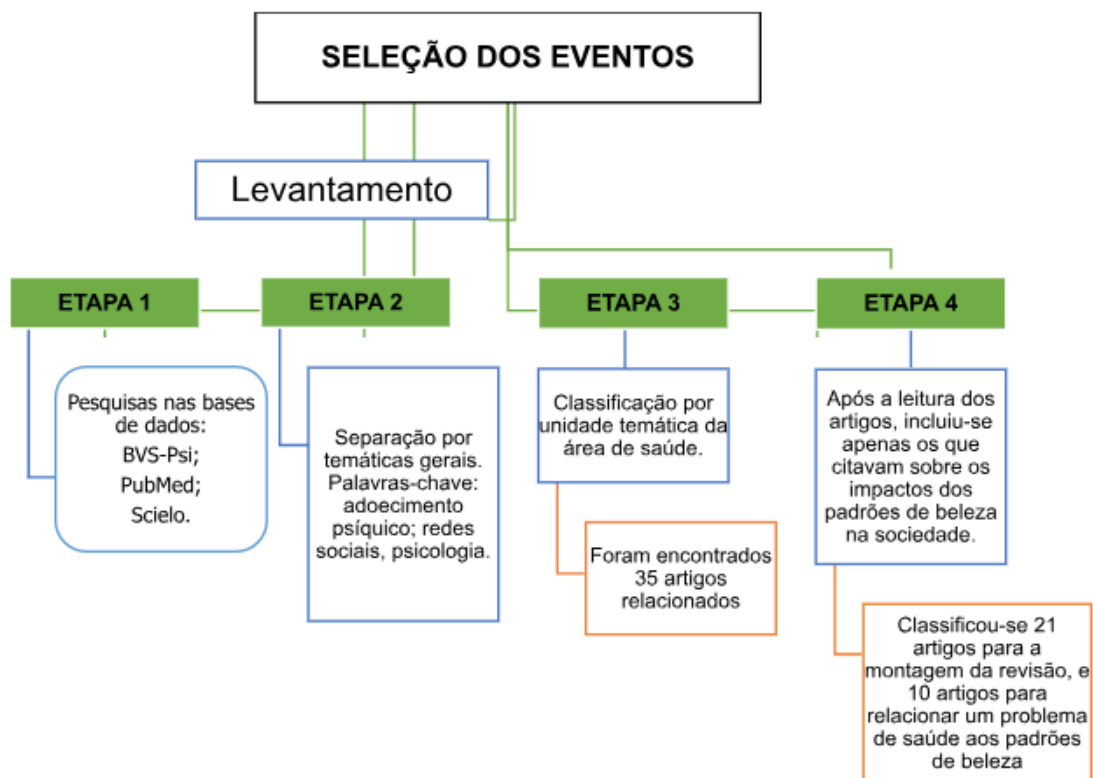
A partir disso foi realizada uma análise descritiva dos principais resultados encontrados nos estudos selecionados. Foram identificadas as tendências, padrões e divergências nos resultados relacionados ao impacto das redes sociais no adoecimento psíquico dos jovens.

RESULTADOS

Como explicado na metodologia, foi possível encontrar na literatura uma razoável quantidade de artigos científicos que estavam relacionados com a temática do estudo, total de 31 artigos. No entanto, apenas 21 desses 31 artigos poderiam ser utilizados na revisão, pois eram os únicos que abordavam sobre o adoecimento psíquico e a influência das redes sociais. Logo, o trabalho foi baseado na análise desses 21 artigos, 10 desses artigos foram encontrados no PubMed, 8 no SciELO e 3 artigos foram da BVS-Psi. Na Figura 1 têm-se o esquema do levantamento realizado.

Entre os 21 artigos utilizados na revisão, destacou-se 10 deles em um quadro, para abordar quais problemas de saúde psíquicos os padrões de beleza podem causar. Apenas esses 10 artigos citavam um problema específico constatado, por isso a escolha deles, todos abordavam especificamente a influência e consequência dos padrões de beleza no adoecimento psíquico da população. Desse modo, foram encontrados os seguintes estudos:

Figura 1 – Esquema do levantamento realizado para a revisão.



Fonte: Elaborado pelos autores.

Quadro 1 – Levantamento dos artigos que citam padrões de beleza e adoecimento psíquico.

AUTOR/ANEXO	OBJETIVO	MÉTODO	RESULTADO
LINDA; RAHKONEN 2016	Identificar se os padrões de beleza causam problemas psíquicos na população jovem.	Estudo de caso	Constatou-se a relação entre padrões de beleza e adoecimento psíquico relacionado a transtornos alimentares e anorexia nervosa.
MOREIRA 2020	Investigar, através de práticas discursivas características das redes sociais, a supervalorização da aparência corporal na	Análise discurso.	Constatou-se a relação dos padrões de beleza com cirurgias plásticas estéticas e invasivas

	mídia e na sociedade contemporânea.		
ALMEIDA e GOMES 2021	Compreender a associação entre a insatisfação corporal e a ditadura dos padrões de beleza, bem como sua relação com o crescimento de cirurgias plásticas estéticas nos últimos anos.	Pesquisa de campo.	Constatou-se relação dos padrões de beleza com aumento de óbitos de jovens após procedimentos estéticos
WEINBERGER 2016	Analisar indivíduos com obesidade e sua relação com distúrbios alimentares, baixa autoestima e depressão.	Estudo de caso.	Constatou-se a relação entre obesidade e adoecimento psíquico devido aos padrões de beleza.
FIGUEIREDO 2019	Investigar o desenvolvimento de transtornos alimentares, como a anorexia e a bulimia, em jovens adolescentes que se encontram em transição para a fase adulta.	Estudo de caso.	Identificou forte pressão sobre as mulheres, por um modelo de corpo ideal, relação com o adoecimento psíquico.
SILVA, APRÍGIO e LIMA 2019	Investigar o impacto causado pela influência da mídia na Construção da Imagem Corporal	Estudo de caso.	Constatou-se relação com problemas psicológicos, autoestima e alguns transtornos alimentares.
BASTOS 2022	Avaliar a influência das mídias sociais no Transtorno Dismórfico Corporal, e se é uma doença da era digital	Estudo de campo.	Relação dos padrões de beleza com o Transtorno Dismórfico Corporal, podendo desenvolver comportamentos repetitivos e atos mentais
SIMON, D. 2020	Descrever a influência dos padrões de beleza e as principais características da Vigorexia, apresentando suas principais causas, o uso de anabolizantes e seus efeitos	Revisão integrativa.	Constatou-se que a vigorexia tem sido bastante comum por jovens que buscam incansavelmente um corpo musculoso.
CORREIA 2021	Descrever quais fatores se relacionam a modificações na percepção da imagem	Estudo de caso.	Observou-se relação entre os padrões de beleza e a anorexia nervosa.

	corporal em indivíduos com anorexia nervosa		
DUTRA 2018	Analisar a influência das mídias sociais na percepção de beleza de adolescentes.	Estudo de caso	Constatou-se a grandes influências dos padrões de beleza e mídias sociais com transtornos na adolescência.

Durante a busca encontrou-se evidências de que a internet junto a aparelhos eletrônicos, são responsáveis por uma enorme fatia do mercado econômico mundial atualmente. As redes sociais são plataformas inseridas na internet que permitem que indivíduos se conectem e interajam uns com os outros virtualmente. Elas são uma forma de comunicação em que os usuários podem compartilhar informações, ideias, experiências, imagens e vídeos (Dutra, 2018).

De acordo com a perspectiva de Souza et. al. (2017), nas mídias sociais, os indivíduos acabam encontrando perfis de imagens idealizadas, na qual muitas vezes não são reais, e que não são possíveis de serem alcançadas, o que leva a sentimento de frustração, por não conseguir ser tão perfeito como os demais, ou seja, apesar da subjetividade no meio virtual, as pessoas necessitam ser reconhecidas pelo outro para se constituírem, o que muitas vezes acaba afetando a forma a qual elas se enxergam.

Segundo um experimento realizado por Dutra (2018), analisou-se o impacto da visualização de diversos tipos de imagens femininas on-line e o impacto potencial da visualização dessas fotos nas redes sociais. Os resultados forneceram suporte parcial para as hipóteses, sugerindo que as participantes expostas a imagens finas muito atraentes tiveram alterações negativa na satisfação do estado de humor e imagem corporal, enquanto as participantes em condições não finas tiveram mudanças na direção positiva nessas mesmas variáveis. O resultado do experimento sugeriu que as fotos nas redes sociais podem ser uma poderosa influência sociocultural que afeta as mulheres jovens, tanto em relação ao humor, quanto em relação a percepções de seus corpos, principalmente através dos processos de comparação de aparência.

Alguns dos estudos encontrados, como o de Moreira (2020), Souza (2017) e Colvara (2013), analisou o fato de que forma o advento da era digital e tecnológica, junto com a criação das redes sociais facilitou o

acesso à informação de maneira muito rápida, em contrapartida, contribuindo vigorosamente para uma crescente manutenção da indústria da beleza. Com toda essa globalização, ferramentas digitais como as redes sociais, que exerce um papel de elemento mediador muito forte entre a sociedade, ditam regras, expõem modelos de corpos a serem seguidos, influencia o uso de produtos e a busca por procedimentos estéticos, que prometem esse alcance, como é afirmado por Silva (2019), onde o autor pontua que o avanço da tecnologia atrelado a indústria da beleza e os veículos de comunicação oferecem diversos produtos para que as pessoas se adequem ao modelo de beleza contemporâneo.

Outros estudos tiveram um foco na cultura e meio que vive como forma de influenciar nos padrões de beleza, como o estudo de Silva (2019) que reforça que a construção do corpo, acontece por meio da cultura, em que a pessoa se encontra inserida, e a mídia com suas mais diversas manifestações influencia nessa construção, de modo que cria e recria a todo momento um padrão a ser seguido, ou seja, a mídia é um meio manipulador, que propaga um ideal de beleza, influenciando e reforçando a problemática da ditadura da beleza, que segue escravizando e massificando o corpo feminino.

Os autores Silva, Aprígio e Lima (2019), destacam que “é importante questionar como as pessoas lidam com essa ideologia imposta pela mídia. Há na sociedade um senso crítico diante de tal ideal reproduzido pela mídia? Ou as informações são aceitas sem questionamentos?”. O senso crítico que seria essa resposta se contradiz para as ideologias na mídia, é totalmente inexistente geralmente. E nesse sentido, convém afirmar que a mídia cumpre uma função de grande influência e de eficiência, e que o princípio do senso crítico e de questionamento dessas pessoas quanto aos ideais da mídia não existe.

DISCUSSÃO

Todos os estudos analisados enfatizaram que a busca constante por atingir os padrões de beleza impostos pela sociedade, pode levar ao adoecimento psíquico e a transtornos alimentares, e esses por sua vez, se trata de condições graves e potencialmente fatais que afetam a saúde emocional e física de uma pessoa.

RELAÇÃO DOS PADRÕES DE BELEZA COM ANOREXIA E BULIMIA NERVOSA

Os autores Linda e Rahkonen (2016) constataram que a anorexia nervosa que é um problema bastante recorrente, ela é classificada, assim como todos os transtornos alimentares, como uma doença do tipo vício, mas em muitos aspectos se assemelha à psicose delirante. Indivíduos anoréxicos muitas vezes se veem com excesso de peso, independentemente de seus verdadeiros estados físicos. Essa falsa crença é usada para justificar a abstinência extrema de alimentos até que complicações graves de saúde forcem o tratamento.

Falando do contexto da pandemia, Dalle Grave (2020) destaca que o efeito do COVID-19 em pacientes com transtornos alimentares (TA) podem ser muitos. Tendo em vista que esses pacientes apresentam alto risco físico (por exemplo, fragilidade na anorexia nervosa (AN), distúrbios eletrolíticos na bulimia nervosa (BN) e risco cardiovascular no transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP) e ainda se tem o estresse psicológico devido ao confinamento e ao sofrimento causado pela incerteza e pela diminuição do tratamento habitual.

Outro transtorno relacionado aos padrões de beleza foi a bulimia nervosa, que de acordo com Linda e Rahkonen (2016) é uma condição especialmente perigosa que é frequentemente encontrada ao lado da anorexia. Tal como acontece com os indivíduos anoréxicos, os bulímicos muitas vezes se veem com excesso de peso. Ao contrário dos anoréxicos, no entanto, as vítimas de bulimia podem consumir grandes quantidades de alimentos apenas para depois induzir o vômito em um esforço para evitar a absorção do alimento. Muitos indivíduos bulímicos têm peso normal para que outros não suspeitem que tenham um distúrbio alimentar.

Jovens com transtornos alimentares, como a anorexia nervosa e a bulimia nervosa, julgam-se feios, então nesses casos é muito natural o psicólogo se

depara com jovens que são bonitos, mas a visão sobre si é distorcida, nesse ponto a atenção do psicólogo é muito importante e fundamental, pois esses comportamentos podem estar comunicando sentimentos, que pode ser de medo, ou terror em relação a algo desconhecido, e diante disso, se sente extremamente fragilizado (Santos, 2021).

RELAÇÃO COM AUMENTO DE CIRURGIAS PLÁSTICAS

Já no estudo de Moreira (2020), o autor identificou que “a procura pela beleza, em vez de ser um modo de elevar a autoestima, acabou virando um jeito de morrer mais jovem e rápido”, o que pode ser relacionado com a grande procura por cirurgias plásticas estéticas e invasivas, que podem causar sérios riscos e complicações na saúde da mulher, podendo levar a perda da sensibilidade em partes do corpo e até a morte, como são noticiados corriqueiramente nos meios de comunicação. Resultados semelhantes foi encontrado no estudo de Almeida e Gomes (2021), onde os autores pontuam o crescente número de óbitos de jovens em virtude desses procedimentos.

Algumas pesquisas, como a de Almeida e Gomes (2021), mostram que o número de cirurgias plásticas para fins estéticos, vem crescendo nos últimos anos e que a fabricação de corpos por cirurgia plástica tem se tornado uma prática corriqueira. É comum mulheres chegarem ao cirurgião plástico e pedirem para terem os seios, as nádegas, e o nariz semelhante ao de alguma celebridade.

Em um levantamento feito pela International Society of Aesthetic Plastic Surgery (ISAPS) (GUEST, 2016) o Brasil, em 2015 foi o 2º colocado no ranking mundial de cirurgias plásticas com estimativas de 1.224.300 procedimentos cirúrgicos realizados, onde perdia apenas para os Estados Unidos com 1.414.335 procedimentos cirúrgicos realizados neste mesmo ano. Segundo a mesma pesquisa, que também avaliou os tipos de intervenções cirúrgicas mais solicitadas em cada país, em 2015, no Brasil a lipoaspiração aparecia em primeiro lugar com 182.765 procedimentos, seguido do implante de silicone com 158.950 procedimentos, cirurgia na pálpebra com 143.165 procedimentos e a abdominoplastia com 131.120 procedimentos.

RELAÇÃO COM A OBESIDADE

No estudo de Weinberger et al. (2017), foi constatado que as pessoas com problemas de obesidade possuem uma grande insatisfação com seu corpo, e são mais propensas a ter problemas psicológicos. Uma importante implicação prática dessas consequências negativas relacionadas à obesidade diz respeito às opções de tratamento. Outros estudos destacam que muitos indivíduos com obesidade podem considerar a perda de peso como a melhor maneira de melhorar sua imagem corporal.

Geralmente, os estudos que examinam a imagem corporal antes e depois do tratamento para perda de peso encontram melhora na imagem corporal à medida que uma pessoa perde peso e deterioração se o indivíduo recupera o peso (Weinberger et al., 2017). Para Zwaan et al. (2014), uma exceção em particular constitui a perda de peso maciça após a cirurgia bariátrica: a insatisfação corporal devido à pele pendurada é comum e geralmente envolve cirurgia de contorno corporal para aliviar essa “nova” insatisfação. No entanto, indivíduos com obesidade extrema que procuram a cirurgia bariátrica ressaltam a importância da insatisfação corporal como fator motivador, pois esses indivíduos são impelidos por melhorias na aparência e não por melhorias na saúde.

Entretanto, pesquisas anteriores ainda sugerem que, ao contrário da experiência de estigma e discriminação, um certo nível de insatisfação corporal pode motivar mudanças de comportamento saudável, como aumento da atividade física. Por sua vez, a melhora da imagem corporal é teorizada para facilitar o uso de recursos psicossociais e levar a uma melhor adesão ao controle de peso. Além disso, vários estudos concluíram que a insatisfação corporal em mulheres parece ser estável ao longo da vida.

OUTROS PONTOS DE DISCUSSÃO

A incansável procura por aceitação e reconhecimento de si, através da figura do outro, tornam as relações um verdadeiro espetáculo, onde os sujeitos provam a sua existência, expondo sua vida e os expectadores dessa exposição, passa a ser um termômetro que define se a forma de ser-no-mundo daquele sujeito está de acordo ou não com seus parâmetros (Almeida, 2021).

Ainda de acordo com Almeida (2021), esse movimento de reconhecimento

através do olhar do outro, como elementos cruciais na constituição da identidade do sujeito, provoca um distanciamento de si próprio, o indivíduo afasta-se do que é de fato seu. Logo, representa uma busca pelo outro, pela imagem que o outro possui, causando transformações, em prol de atingir um desejo intrínseco, de ter a imagem corporal do outro e diante dessa tentativa de alinhamento perante o que é adotado, defendido e valorizado pela maioria em seu contexto, provoca uma negação de si mesmo, ou seja, a perda da subjetividade, onde não há mais percepção do que é seu e do que é do outro, vai ocorrendo um esvaziamento de si, o sujeito encontra-se totalmente alienado.

Percebe-se então que essa busca por validação é resultado de uma sociedade cada vez mais impositiva, exercendo forte pressão sobre as mulheres, por um modelo de corpo ideal, e o que se mostra contrário dessa visão é tido como feio e o indivíduo passa a discriminar esse outro em diversas situações corriqueiras do dia a dia, em consequência dessa ditadura pela estética perfeita, levando a um grande sofrimento e adoecimento psíquico para as pessoas que buscam e principalmente para quem não consegue alcançar.

As alternativas para enfrentar essas situações vão desde ao isolamento social, como uma forma de fuga e evitação de exposição perante a sociedade que não valida sua imagem corporal, desde a depressão, onde o sujeito não se aceita, evita se olhar no espelho, até situações mais graves como o suicídio. Nesse sentido, o indivíduo que não consegue alcançar os preceitos impostos pela sociedade, são incompreendidos em sua totalidade, produzindo angústia e muito sofrimento nessas pessoas.

Segundo Bastos et al. (2022), pacientes com Transtorno Dismórfico Corporal, pode desenvolver comportamentos repetitivos e atos mentais, como checar ou evitar olhar o corpo no espelho, que seria uma espécie de busca por afirmação, com isso pode acontecer práticas exacerbadas de atividades físicas, bronzamento, uso de produtos de maneira desenfreada, arrumação de forma excessiva, bem como realizar comparações do seu corpo com o de outras pessoas e atingir assim uma insatisfação.

Em contrapartida, no que se refere aos adolescentes, que já atravessam uma fase muito conturbada e cheia de questionamentos e incertezas, se

encontram imersos nessa pressão social, por um ideal de corpo que é também reforçado pela família e amigos, eles se sentem inseguros com seu próprio corpo, e sua imagem corporal tornase frágil, atingindo fortemente sua autoestima, com isso seu olhar sobre sua aparência, tornar-se o principal aspecto de sofrimento nesta fase de identificação e desenvolvimento (Figueiredo, 2019).

O âmbito escolar configura-se como um meio reforçador desses padrões, com a prática do bullying, que são gestos que intimidam, excluem, humilham e agridem pessoas tanto de forma verbal quanto física, comportamentos opressores, e que ocorre principalmente em virtude da imagem corporal do adolescente, e que causa muito sofrimento, e quando não é trabalhado nessa fase, o indivíduo chega na vida adulta com sérios problemas de autoestima, complexo de inferioridade, transtornos psicológicos, afetando drasticamente as relações interpessoais.

Observa-se que em torno de tantas implicações advindas da questão em destaque, o trabalho do psicólogo se mostra fundamental para auxiliar essas pessoas a sair deste estado de alienação, e se esvaziamento de si mesmos.

CONCLUSÃO

Por meio do estudo foi possível identificar os principais tipos de adoecimentos psíquicos relacionados aos padrões de beleza, assim como também aos fatores que influenciam a percepção do indivíduo sobre a própria imagem. A partir dos estudos foi possível entender que a beleza é uma estrutura formada a partir de um padrão vindo da relação entre o corpo e a mídia. Logo, a cultura contemporânea e os meios sociais, influenciam os indivíduos a buscar por aparência e corpo ideal.

Constatou-se que os padrões de beleza podem aumentar o risco de distúrbios alimentares, ansiedade, depressão e isolamento social. Isto é especialmente verdadeiro entre as mulheres jovens. Limitar o tempo nas redes sociais e falar com um profissional de saúde mental pode ajudar os indivíduos a lidar com os efeitos dos padrões de beleza sociais na saúde mental.

Em suma, a exposição a padrões de beleza irrealisticamente elevados produz emoções, cognições e comportamentos negativos e auto relevantes. Embora estas

consequências prejudiciais auto relevantes estejam bem documentadas, os processos cognitivos subjacentes a estas consequências, bem como a sua regulação, ainda permanecem pouco compreendidos. Nesse sentido, indica-se que sejam realizados novos estudos nesse âmbito.

REFERÊNCIAS

- Almeida, J. A. A.; Costa, M. A. L. (2019). Consultoria de estilo e imagem corporal aplicabilidade dos métodos de consultoria de imagem e estilo no tratamento de pacientes com transtorno Dismórfico corporal. *Revista Arte 21*, v. 12, n. 1, p. 66-83.
- Almeida, j. B. De.; Gomes, a. E. F. (2021). Associação entre a insatisfação corporal e sua relação com o crescimento de cirurgias plásticas estéticas. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, [S. l.]*, v. 7, n. 12, p. 1320–1336.
- Bastos, A. P. S. (2022). *A influência das mídias sociais no Transtorno Dismórfico Corporal: Uma doença da era digital?* Revista Científica de Tocantins, v. 2, n. 2.
- Boyd, D. M., Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230.
Disponível em:
<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Colvara, F. L. (2013). *Tecnototemismo: a subjetividade em tempos tecnológicos*. Tese de Doutorado, Instituto de Psicologia.
- Correia, L. Monteiro; De Mal Com, O. Espelho; NA, O. (2021) *Transtorno Dismórfico corporal*. Centro universitário de João pessoa–uni pê pró-reitora de ensino de graduação curso de psicologia.
- De Albuquerque, A. Ferreira; Guimarães, M. C. M. Ditadura da beleza: conflitos do próprio eu. *Revista E-rac*, v. 9, n. 1, 2020.
- Dutra, A. C. Coutinho; Fundao, J. Pires; SANTOS, L. F. B. (2018). *A influência das*

mídias sociais sobre a concepção de corpo do adolescente.

Freitas, B. A. (2019). A percepção corporal do paciente após a cirurgia bariátrica. *Psicologia-Tubarão*, v. 6.

Figueiredo, R. (2019). A obsessão pelo corpo e o desenvolvimento de transtornos alimentares em jovens adolescentes. *Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas*, v. 4, n. 7, p. 250-268, 19 jul.

Gambati, R. A. et al. (2018). *Mulheres: a (in) satisfação corporal diante dos procedimentos estéticos cirúrgicos.*

Gomes, A. G. L. M.; Mendes, B. G. (2018). Transtornos Alimentares E Corporalidade. *Revista Brasileira de Ciências da Vida*, v. 6, n. 1.

Januário, S.; Cascais, A. (2012). O corpo masculino na Publicidade: uma discussão contemporânea. *Comunicação e Sociedade*, vol. 21, pp. 135 – 148.

Kaplan, A. M.; Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. *Business horizons, Indiana*, v. 53, n. 1, p. 59-68.

Linda, M.; Rahkonen, A. K. (2016). Epidemiology of eating disorders in Europe: prevalence, incidence, comorbidity, course, consequences, and risk factors. *Curr Opin Psychiatry*, Nov; v. 29(6):340-5.

Sabik, N. J. (2015). Ageism and Body Esteem: Associations with Psychological WellBeing Among Late Middle-Aged African American and European American Women. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. v. 70, n. 2, p. 191–201. Mar.

Santos, J. A. S. dos.; Trindade, v. L. R. Da.; Pereira, o. P.; Santos. (2020). Transtorno alimentar e objetificação feminina: um resultado das relações de poder. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos, [S. l.]*, v. 3, n. 7, p. 123–142. DOI: 10.5281/zenodo.3992831.

Silva, R. E. S.; Aprígio, Rosilane F.; Lima, D. Izabel A. (2019). *O Impacto Causado pela Influência da Mídia na Construção da Imagem Corporal*. REUNI, Edição X, 208-218, 2019, pág. 196. Revista Científica do Centro Universitário de Jales (Unijales), ISSN: 1980-8925.

Simon, D. et al. (2020). Vigorexia: a patologia por trás da busca incansável por um corpo musculoso. *Salão do Conhecimento*, v. 6, n. 6.

Weinberger, N. A. et al. (2017). Body Dissatisfaction in Individuals with Obesity Compared to Normal-Weight Individuals: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Obes Facts*. v. 9, n. 6, p. 424–441. Jan, 2017.

ZWAAN M, Georgiadou E, Stroh CE, Teufel M, Köhler H, Tengler M, Müller A. (2014). Body image and quality of life in patients with and without body contouring surgery following bariatric surgery: a comparison of pre- and post-surgery groups. *Front Psychol*. V. 5, p. 1310.