



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE – CCBS
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
CURSO DE PSICOLOGIA

JAKELLINE MIKELLEN VASCONCELOS DIAS

**INSTAGRAM E AUTOIMAGEM: O IMPACTO DA BUSCA INCANSÁVEL DO
CORPO IDEAL NA CONTEMPORANEIDADE.**

CAMPINA GRANDE

2023

JAKELLINE MIKELLEN VASCONCELOS DIAS

**INSTAGRAM E AUTOIMAGEM: O IMPACTO DA BUSCA INCANSÁVEL DO
CORPO IDEAL NA CONTEMPORANEIDADE.**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)
apresentado à Coordenação do Curso de
Psicologia da Universidade Estadual da
Paraíba, como requisito parcial à obtenção
do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. A Dra. Livânia Beltrão Tavares

CAMPINA GRANDE

2023

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

D541i Dias, Jakelline Mikellen Vasconcelos.
Instagram e autoimagem [manuscrito] : o impacto da busca incansável do corpo ideal na contemporaneidade / Jakelline Mikellen Vasconcelos Dias. - 2023.
27 p. : il. colorido.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2023.

"Orientação : Prof. Dr. Livânia Beltrão Tavares, Departamento de Psicologia - CCBS."

1. Instagram. 2. Autoimagem. 3. Psicologia. I. Título

21. ed. CDD 150

JAKELLINE MIKELLEN VASCONCELOS DIAS

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado à Coordenação do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

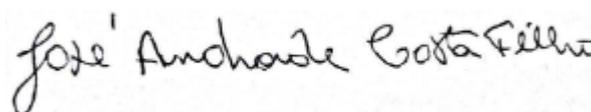
Área de concentração: Psicologia

Aprovada em: 22/11/2023

BANCA EXAMINADORA



Profa. Dra. Livânia Beltrão Tavares (Orientadora)



Prof. Dr. José Andrade Costa Filho - (UEPB)

1º Examinador



Prof. Esp. Thiago Silva Fernandes – (UEPB)

2ª Examinadora

AGRADECIMENTOS

Nesse momento, desejo expressar minha imensa felicidade e profunda gratidão pelo encerramento de um ciclo. Em primeiro lugar, agradeço a Livânia, que forneceu orientação e apoio ao longo da elaboração deste estudo. Sua participação foi fundamental para este trabalho.

Aos meus professores do curso, que a cada período nesses cinco anos, não apenas me transmitiram conhecimento, mas também transformaram minha pessoa e minha capacidade profissional. Os ensinamentos, os momentos compartilhados e as reflexões promovidas por eles serão carregados por mim ao longo de toda a vida.

Agradeço também as amigas que construí no ambiente acadêmico. Essas pessoas tornaram meus dias mais leves, ensinando-me sobre companheirismo e acolhimento. Elas mostraram que posso ser simplesmente quem sou, o que foi fundamental para enfrentar as batalhas cotidianas. Sou extremamente agradecida pela rede de apoio que construímos. Cada um desses momentos preciosos estará eternamente guardado em minha memória.

À minha família e ao meu noivo, que sempre estiveram ao meu lado, me incentivando e acreditando em mim, mesmo quando eu mesma duvidava. Obrigado por caminharem comigo em toda minha trajetória. Sem o apoio de vocês, eu jamais teria alcançado o que alcancei.

Aos meus amigos, que são como uma segunda família, por também estarem em todos os momentos da minha vida. Vocês me apoiaram, me corrigiram, compartilharam conversas/ensinamentos e me ajudaram em minha jornada. Há um pedaço de cada um de vocês na pessoa que sou, e tenho orgulho disso.

A conclusão deste trabalho não simboliza apenas um término de um ciclo, mas também reflete todo meu esforço e crescimento ao longo desse percurso. Ela marca o início de uma nova etapa. Dessa forma, agradeço novamente a todas essas pessoas que, de alguma maneira, estiveram ao meu lado nesta jornada, tornando-se parte essencial da minha vida e contribuindo para a construção de uma vida que verdadeiramente vale a pena ser vivida.

“Amar o próprio corpo é um ato revolucionário” (ALEXANDRA GURGEL, 2018)

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Artigos Fundamentais para a Pesquisa.....	13
---	-----------

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Ilustração 1 - Fluxograma da apuração dos artigos.....	12
---	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BVS-psi Biblioteca Virtual em Saúde - Psicologia Brasil

ISAPS Cirurgia Plástica Estética

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	9
2. METODOLOGIA.....	11
3. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	13
4. CONCLUSÃO.....	27
5. REFERÊNCIAS.....	28

INSTAGRAM E AUTOIMAGEM: O IMPACTO DA BUSCA INCANSÁVEL DO CORPO IDEAL NA CONTEMPORANEIDADE.

Jakelline Mikellen Vasconcelos Dias[1]

Livânia Beltrão Tavares[2]

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo principal, analisar o impacto do Instagram na autoimagem dos indivíduos, especialmente diante da busca incessante pelo corpo ideal na contemporaneidade. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura conduzida nos seguintes sites virtuais: a Biblioteca Virtual de Saúde - Psicologia Brasil (BVS-psi) e o Google Acadêmico. Com base em critérios de inclusão bem definidos, foram selecionados artigos de revisão publicados no período compreendido entre 2019 e 2023, escritos em língua portuguesa. Os onze artigos selecionados, demonstram a influência do Instagram na autoimagem e como a pressão social na perpetuação dos padrões de beleza acarreta consequências negativas, como alimentação disfuncional, transtornos alimentares e uma busca desenfreada por procedimentos cirúrgicos e/ou não cirúrgicos. Por outro lado, destacou-se o surgimento do Movimento Body Positive, que tem como fundamento resgatar o amor própria em relação ao corpo e visa exibir corpos reais. Sendo assim, conclui-se que o Instagram desempenha um papel significativo na formação da autoimagem e na disseminação dos padrões de beleza contemporâneos.

Palavras-chave: Instagram; Beleza; Autoimagem; Padrões de beleza.

ABSTRACT

The main objective of this work is to analyze the impact of Instagram on individuals' self-image, especially given the incessant search for the ideal body in contemporary times. This is an integrative review of the literature conducted on the following virtual websites: the Virtual Health Library - Psychology Brazil (VHL-psi) and Google Scholar. Based on well-defined inclusion criteria, review articles published in the period between 2019 and 2023, written in Portuguese, were selected. The eleven selected articles demonstrate the influence of Instagram on self-image and how social pressure to perpetuate beauty standards leads to negative consequences, such as dysfunctional eating, eating disorders and an unbridled search for surgical and/or non-surgical procedures. On the other hand, the emergence of the Body Positive Movement stood out, which is based on rescuing self-love in relation to the body and aims to showcase real bodies. Therefore, it is concluded that Instagram plays a significant role in the formation of self-image and the dissemination of contemporary beauty standards.

Keywords: Instagram; Beauty; Self image; Beauty standards.

[1] Aluno de graduação do curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB). E-mail: jakelline.dias@aluno.uepb.edu.br

[2] Professora do curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB). E-mail: livania@servidor.uepb.edu.br

INTRODUÇÃO

Os padrões de beleza datam desde os primórdios de nossa sociedade, quando tanto homens quanto mulheres procuravam apresentar-se com uma aparência agradável, com o intuito de destacar a beleza humana perante a sociedade. Com o passar do tempo, esses padrões evoluíram, tomando formas diferentes dos padrões atuais, mas mantendo o mesmo propósito de conformar-se com aquilo que é considerado agradável e ditado pela sociedade em geral (Cury, 2005 *apud* Miranda *et al.*, 2022).

A palavra "beleza" de acordo com Portinari (2000), citado por Miranda (2022) envolve uma série de discussões, especialmente na sociedade brasileira, que está imersa em um contexto no qual as informações exercem influência sobre os indivíduos, incentivando-os a conformar-se a um padrão específico. Dessa forma, aqueles que não se encaixam nesse padrão muitas vezes enfrentam a ameaça de não serem socialmente aceitos.

Ocorrendo assim o que é comumente denominado como uma "ditadura da beleza", ou seja, uma imposição de padrões estéticos, na qual há uma pressão sobre todos os indivíduos para que alcancem o almejado corpo perfeito (Miranda *et al.*, 2022). Assim, a "beleza padronizada" perpetua o conceito de "caminho ideal", que implica em possuir um corpo extremamente magro, cabelo impecável e outras características que são ditadas pela indústria da moda, pelos produtos de beleza e pela mídia em geral (Casotti *et al.*, 2008 *apud* Miranda *et al.*, 2022).

A interligação entre tecnologia e sociedade é inegável na era contemporânea, visto que a sociedade atual se manifesta profundamente por meio da tecnologia. Uma vez que, em épocas passadas, o corpo humano era influenciado pelas obras de arte, na atualidade, as normas e padrões são frequentemente moldados pelas redes sociais, a indústria da moda e, acima de tudo, pelos interesses do sistema capitalista (Leite *et al.*, 2016 *apud* Miranda *et al.*, 2022).

A partir dos anos 90, ocorreu o surgimento da internet, a qual se firmou como um dos principais canais de comunicação na contemporaneidade. Este desenvolvimento possibilitou a disseminação de uma ampla variedade de conteúdos, facilitando uma comunicação mais abrangente entre indivíduos e a disseminação de informações (Conde *et al.*, 2021).

Desta forma, verificou-se o notório crescimento das redes sociais, com destaque para a plataforma Instagram, a qual, em 2018, contava com 78% dos usuários da internet no Brasil (Costa *et al.*, 2019 *apud* Nunes *et al.*, 2022). O Instagram foi lançado em 2010, por Kevin Systrom e Mike Krieger, consistindo em um aplicativo de postagem e compartilhamento de fotos e vídeos. Esta plataforma conquistou uma audiência considerável, registrando diariamente pelo menos 500 milhões de acessos (Belanche *et al.*, 2020; Rennó *et al.*, 2020 *apud* Ferderle *et al.*, 2023).

Em síntese, Madura (2018) citado por Ferderle *et al.* (2023) a propagação desses ideais de beleza podem resultar em uma perda de controle tanto no âmbito físico quanto no emocional. Em sua forma mais preocupante, isso pode desencadear distúrbios psicológicos que refletem percepções distorcidas de partes do corpo ou do corpo como um todo, e, conseqüentemente, afetar de maneira significativa a autoimagem. Essa distorção frequentemente leva a comportamentos autodestrutivos, com indivíduos recorrendo a práticas inadequadas na tentativa de "corrigir" ou modificar o que os aflige (Maduro, 2018 *apud* Ferderle *et al.*, 2023).

Diante disso, tendo como fundamento a imersão da sociedade na tecnologia, com especial ênfase na plataforma Instagram, o presente estudo encontra sua motivação na extrema pertinência desse fenômeno. Essa relevância se destaca notavelmente, posto que a

temática em questão assume um papel social de significativa importância, considerando sua presença profundamente enraizada no dia a dia dos indivíduos.

Ademais, torna-se indispensável adquirir um entendimento profundo acerca dos fatores e das causas subjacentes aos impactos resultantes da influência exercida pelo Instagram na autoimagem. Isso se justifica como um passo essencial para a construção de uma sociedade mais adequadamente preparada para a era digital, com os resultados tangíveis estendendo-se em benefício de toda a coletividade.

Sendo assim, o artigo tem como propósito principal analisar o impacto do Instagram na autoimagem dos indivíduos, especialmente diante da busca incessante pelo corpo ideal na contemporaneidade. Desdobrando-se em três objetivos específicos: examinar os impactos na autoimagem decorrentes do uso do Instagram, com foco na influência da plataforma na percepção da imagem corporal dos usuários; analisar de que maneira os padrões de beleza promovidos no Instagram influenciam a autoimagem dos indivíduos; investigar os prejuízos no bem-estar dos indivíduos devido à influência exercida pelo Instagram, identificando os impactos psicológicos e emocionais decorrentes da exposição constante a idealizações de beleza inatingíveis.

METODOLOGIA

O presente estudo tem como foco uma abordagem qualitativa por meio de uma revisão integrativa da literatura, que se desdobra no objetivo de analisar o impacto na autoimagem decorrente do uso da plataforma Instagram.

A revisão da literatura envolve a pesquisa, análise e descrição de uma variedade de fontes, como livros, artigos, registros históricos e teses, com o objetivo de encontrar respostas para uma pergunta específica (França, 2015).

Outro ponto, consiste na revisão integrativa, a qual emergiu como uma abordagem que permite uma análise rigorosa e a combinação de estudos com diferentes metodologias, possibilitando a integração de dados da literatura empírica e teórica para definir conceitos, identificar lacunas de pesquisa, revisar teorias e analisar a metodologia dos estudos em um tópico específico (França, 2015).

Assim, uma revisão integrativa da literatura envolve a construção de uma análise abrangente da literatura, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, bem como para reflexões sobre futuras investigações. O objetivo inicial desse método de pesquisa é obter uma compreensão aprofundada de um fenômeno específico com base em estudos anteriores. É essencial seguir padrões de rigor metodológico e apresentar os resultados de forma clara, permitindo que o leitor identifique as características reais dos estudos incluídos na revisão (França, 2015).

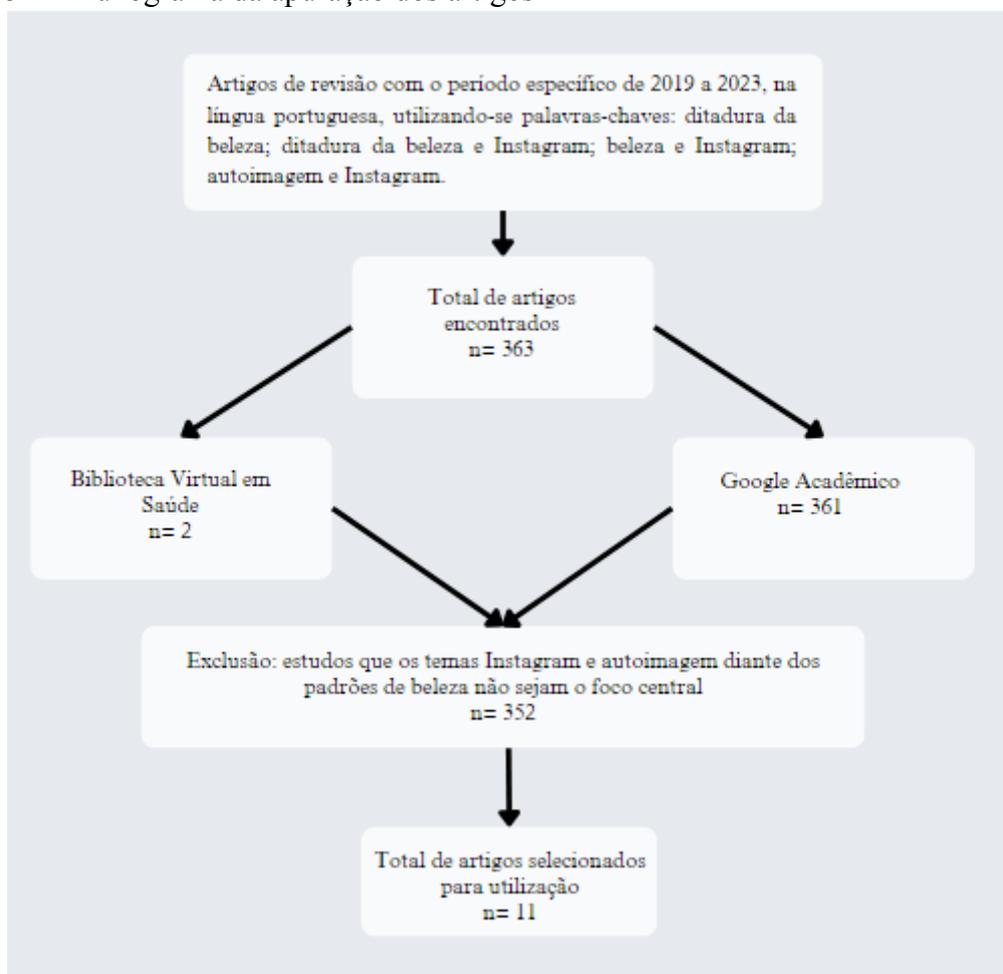
Nesse contexto, a escolha da revisão integrativa da literatura, se justifica pela consideração da possibilidade de combinar pesquisas com diferentes métodos, o que amplia o acesso aos conteúdos disponíveis nas plataformas e promove a troca de perspectivas sobre os temas em questão. Essa abordagem beneficia, portanto, a comunidade acadêmica e científica, uma vez que proporciona uma visão mais abrangente e enriquecedora da pesquisa, promovendo a interdisciplinaridade e a compreensão aprofundada dos assuntos em análise.

Posto isso, a pesquisa conduziu-se nos seguintes sites virtuais: a Biblioteca Virtual de Saúde - Psicologia Brasil (BVS-psi) e o Google Acadêmico. Com base em critérios de inclusão bem definidos, foram selecionados artigos de revisão publicados no período compreendido entre 2019 e 2023, escritos na língua portuguesa, que abordam os seguintes descritores: "ditadura da beleza," "ditadura da beleza e Instagram," "beleza e Instagram" e "autoimagem e Instagram."

Desse modo, procedeu-se à coleta de 363 artigos, sendo 361 deles no Google Acadêmico e 2 na Biblioteca Virtual de Saúde - Psicologia Brasil (BVS-psi). Em seguida, realizou-se uma subsequente fase de filtragem, na qual se excluíram os artigos cujo foco central não estava alinhado com o tema da autoimagem em relação aos padrões de beleza no contexto do Instagram.. Dessa maneira, foram selecionados 11 artigos, consistindo 1 artigo da Biblioteca Virtual de Saúde – Psicologia Brasil (BVS-psi) e 10 do Google acadêmico, que servirão como base para a elaboração do estudo em questão.

Nesse contexto, optou-se por organizar os resultados e discussões em categorias específicas, que englobam os seguintes tópicos: "Beleza, Autoimagem e Instagram", "O Impacto da Busca pela Perfeição" e "Movimento Body Positive". A escolha de categorizar os artigos de acordo com conteúdos em comum visa destacar a relevância do tema, conforme abordado por diferentes autores, permitindo uma análise mais aprofundada e uma visão ampla sobre o assunto.

Gráfico 1 - Fluxograma da apuração dos artigos



RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nesse sentido, procedeu-se à classificação dos artigos em três categorias: "Beleza, Autoimagem e Instagram," "Os Efeitos da Busca pela Perfeição," e "O Movimento Body Positive." Esse agrupamento objetivou reunir temas abordados em cada um dos artigos, conforme ilustrado no Quadro 1.

Quadro 1 - Quadro descritivo dos artigos que compõem a amostra e sua classificação.

Autores, Ano.	Título	Objetivo	Conclusão	Classificação
Aquino; Souza; Tinoco, 2021.	Mídias Sociais como Fator de Predisposição para Transtornos Alimentares: Revisão Integrativa.	Manifestar o ímpeto de analisar a relação entre a mídia social e os transtornos alimentares, de modo a questionar quais são os fatores que predispõem esses indivíduos a seguir determinados ideais vigentes de uma entidade que está a todo momento mudando e se desenvolvendo e o que isso provoca na maneira que veem os alimentos a partir do momento que iniciam uma corrida para alcançarem o seu objetivo maior: o corpo estereotipado da indústria midiática.	As mídias sociais podem ser fatores de predisposição para transtornos alimentares, uma vez que segundo os artigos estudados, o tempo gasto olhando esses meios de comunicação aumenta a influência tanto no modo de ser como no comportamento alimentar, adentrando os indivíduos a um ideal fortemente propagado de que ter uma aparência física estipulada pela sociedade é o verdadeiro valor de felicidade.	O impacto diante da busca pela perfeição
Barcelos, 2022.	Efeitos Psicológicos da Pressão Estética no Brasil - Revisão Narrativa	Analisar os efeitos psicológicos que a pressão estética causa na mulher brasileira, a partir da revisão narrativa da literatura científica.	A depressão, ansiedade, distúrbios alimentares, distorção de imagem são efeitos psicológicos que a pressão estética acarreta nas mulheres. Em que a construção histórica é reforçada pela mídia de uma forma sutil através das redes sociais, transformando-o em objeto de consumo e fazendo com que muitas pessoas	Beleza, autoimagem e Instagram O impacto diante da busca pela perfeição

			<p>busquem atingir essa marca a qualquer custo, sob o julgamento de estarem fora do padrão imposto pela sociedade. Ocorrendo um aumento da procura por procedimentos invasivos ou não invasivos que molde o corpo, como uma felicidade prometida.</p>	
<p>Conde; Seixas, 2021.</p>	<p>Movimento Body Positive no Instagram: reflexões sobre a estetização da saúde na sociedade neoliberal.</p>	<p>Identificar autores que investigam os impactos das redes sociais sobre a saúde, o corpo e as relações sociais, à luz de uma leitura foucaultiana do poder.</p>	<p>A busca por beleza, felicidade e liberdade na sociedade atual é explorada pelo capitalismo, que cria novas necessidades e produtos para atender a indivíduos cada vez mais narcisistas. Ele destaca que tanto os perfis Body Fitness quanto os perfis Body Positive contribuem para essa lógica, estabelecendo mecanismos de controle e normas para os usuários na internet. Enquanto os perfis Body Fitness são mais diretos em sua normatividade, os perfis Body Positive requerem uma análise crítica mais profunda. Ambos os movimentos podem, de certa forma, estetizar a saúde e se encaixar na lógica massificadora e individualizante das redes sociais. Apesar do movimento Body Positive resistir às normas da sociedade sobre os corpos, ele também atende a um mercado em crescimento e se encaixa na lógica de regulação do corpo, disfarçada de aceitação e amor próprio, mas que, na verdade, pode ser influenciada pelo discurso neoliberal e perpetuar a norma da gordofobia.</p>	<p>Movimento Body Positive</p>

<p>Ferderle; Soares; Chagas; Silva, 2023.</p>	<p>A influência das redes sociais na autoestima de adolescentes: uma revisão integrativa.</p>	<p>Demonstrar a relação do uso das redes sociais na construção da autoestima do adolescente e os possíveis impactos relacionados neste processo.</p>	<p>As redes sociais tiveram bastante impacto na sociedade por possibilitar a comunicação entre as pessoas e poder compartilhar imagens, porém pouco se discute sobre as consequências acerca do uso por adolescentes, por estarem em um momento de construção da identidade e autoconhecimento se tornam suscetíveis à influência externa, podendo alterar sua percepção sobre si, como a insatisfação da imagem corporal podendo desenvolver uma baixa autoestima. Além disso, o uso de ferramentas como filtro para alterar características se tornou comum, resultando em tentativas de atender a padrões irreais de beleza, entretanto essas mudanças não podem ser feitas na vida real, gerando um impacto na autoestima.</p>	<p>O impacto diante da busca pela perfeição</p>
<p>Gois; Faria, 2021.</p>	<p>A Cultura da Magreza como Fator Social na Etiologia de Transtornos Alimentares em Mulheres: uma Revisão Narrativa da Literatura.</p>	<p>Identificar a relação entre a cultura da magreza, como possível fator condicionante, e as desordens alimentares; e suas ramificações com um olhar psico-antropológico.</p>	<p>Há uma relação e mediação entre, uma sequência que perpassa por fatores socioculturais ligados a moral, internalização do ideal preconizado, comparação social e o papel das mídias sociais, insatisfação corporal e distúrbios com a imagem corporal, necessidade de reconstrução identitária, comportamentos de risco frente à alimentação (comer transtornado) e até o desenvolvimento de transtornos alimentares. No entanto, esta relação possui formas diretas e indiretas de ocorrerem, não necessariamente segundo esta ordem.</p>	<p>O impacto diante da busca pela perfeição</p>

Machado; Linhares; Brum; Almeida; Werneck, 2021.	O impacto emocional imposto pela ditadura da beleza: uma revisão narrativa.	Levar os seres humanos a refletir se a busca obsessiva pelo ideal estético perfeito é verdadeiramente mais relevante do que ter identidade própria, ser autêntico, pensar, sentir e agir por si mesmo e ser saudável, o que envolve o bem-estar físico, psíquico e social.	Existe um poder que os veículos de comunicação exercem na formação e na propagação de ideais estéticos, os quais, modelam e/ou definem o vestuário, as atividades físicas, as dietas e os procedimentos estéticos que compõem a imagem corporal dos indivíduos, a qual interfere de forma direta ou indiretamente no processo saúde/doença.	Beleza, autoimagem e Instagram O impacto diante da busca pela perfeição
Miranda; Ribeiro; Brito; Araújo; Reis, 2022.	Novo olhar acerca da influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher: uma revisão da literatura.	Reconhecer a influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher, visto que ainda é ditado pela mídia um padrão de beleza feminino, a partir de uma revisão da literatura.	Torna-se nítida a relação entre a influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher, visto que não é apenas a saúde física da mulher que sofre alterações, mas também a sua saúde mental, que muitas vezes acaba sendo a mais prejudicada uma vez que essas mulheres necessitam de acompanhamento psicológico e psiquiátrico para a resolução de problemas causados pela necessidade de se sentirem aceitas numa sociedade que diminui e menospreza as pessoas que estão fora de seus padrões.	Beleza, autoimagem e Instagram O impacto diante da busca pela perfeição
Montenegro, 2022.	As Mídias Sociais e a Construção da Autoestima em Adolescentes: uma revisão bibliográfica.	Discutir como as mídias sociais afetam e influenciam a construção da autoestima em adolescentes.	As mídias sociais, como o Instagram, envolvem várias influências, como recursos como likes e stories, relacionamentos, comunidades e interações sociais, que afetam os comportamentos dos usuários, especialmente sua autoestima. Nas mídias sociais, há uma prevalência de imagens de corpos irreais e diversos padrões de beleza, frequentemente segmentados em nichos. Esses padrões e corpos contribuem para a insatisfação corporal e outras preocupações, indicando que o que é retratado nas mídias é inatingível.	O impacto diante da busca pela perfeição

Nunes; Mascarenhas; Souza; Santos, 2022.	Impacto das Redes Sociais no Comportamento Alimentar de Mulheres Adultas: Revisão de Literatura.	Analisar o impacto das redes sociais no comportamento alimentar de mulheres adultas.	A ditadura da beleza imposta através das redes sociais, propaga dietas restritivas e um padrão de corpo ideal, que coloca em risco a saúde física e mental, principalmente das mulheres, que são os indivíduos que mais sofrem com esses padrões. Outro ponto, é que as redes sociais têm impacto negativo no comportamento alimentar dos usuários, principalmente das mulheres que sofrem com o padrão de beleza que é propagado através dessas redes, aumentando o número de transtornos alimentares e distorção da imagem corporal.	Beleza, autoimagem e Instagram O impacto diante da busca pela perfeição
Polesso; Machado, 2022.	A influência das mídias sociais no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes, adultos jovens e adultos: uma revisão integrativa da literatura	Compreender a contribuição das mídias sociais para o desenvolvimento de TAs em adolescentes, adultos jovens e adultos.	Pode-se evidenciar a forte presença das mídias sociais no dia a dia dos adolescentes, adultos jovens e adultos, sendo meio de socialização, informação e diversão, mas também favorecendo a comparação e estabelecendo padrões inalcançáveis do que é socialmente aceito como bonito ou desejável.	O impacto diante da busca pela perfeição
SILVA, 2019.	Anorexia: Uma revisão entre a relação das influências midiáticas e a incidência de transtornos alimentares.	Proporcionar reflexões relacionadas à imagem corporal, influências midiáticas e as possíveis relações entre elas e a incidência dos transtornos alimentares na sociedade atual.	Compreende-se que ainda há uma enorme preocupação em relação ao corpo/aparência das mulheres. Ainda que ocorram mudanças significativas na sociedade, mudem-se os padrões, as formas de transmissão midiática, o papel da mulher na sociedade, as roupas e o modo de se vestir, o incômodo com a aparência ainda continua sendo um assunto recorrentemente percebido. Um dos grandes problemas gerados nessa queixa, refere-se a grande incidência de transtornos alimentares e de imagem, podendo os mesmos estarem relacionados às vivências sociais e também no meio familiar.	O impacto diante da busca pela perfeição Movimento Body Positive

Fonte da própria autora (2023)

BELEZA, AUTOIMAGEM E INSTAGRAM

De acordo com Machado *et al.* (2011) citado por Machado *et al.* (2021), a palavra “Beleza” consiste em uma estrutura que rege um espéculo global na sociedade, em que tudo gira em torno do que é, está, ou irá se tornar bonito e perfeito. Incorporando assim equilíbrio, simetria, grandiosidade e harmonia, reforçando estereótipos que remontam à antiguidade, em que a beleza era sinônimo de perfeição (Barcelos, 2022).

Entretanto, o que, efetivamente a sociedade muitas vezes tende a associar a beleza a padrões que incluem um baixo percentual de gordura corporal, nádegas e seios volumosos e firmes, músculos bem definidos, pele bronzeada, lábios cheios, a ausência de celulite, estrias ou outras imperfeições na pele, e a minimização de características que possam evidenciar a idade (Sampaio *et al.*, 2009 apud Machado *et al.*, 2021).

Desse modo, a concepção de beleza adquire um novo significado, em que a cultura passa a desempenhar um papel determinante na aceitação social. Sendo os meios de comunicação um fator significativo diante do desenvolvimento de insatisfação com a imagem corporal e a estimulação da busca por mudanças físicas, seja por meio de cirurgias, atividades físicas, medicamentos ou dietas. Isso constantemente se traduz na valorização de mulheres com corpos magros e curvas, e homens com músculos definidos e fortes como os padrões estéticos predominantes (Pinheiro *et al.*, 2020 apud Barcelos, 2022).

Concomitantemente liga à isto, a uma vinculação da beleza à construção da imagem corporal, conferindo-lhe características que se assemelham a uma perfeição quase divina, associada ao que é considerado bonito e desejável. Todavia, é importante ressaltar que essa percepção de beleza é relativa, uma vez que os indivíduos, embora sejam seres humanos comuns, são incentivados a buscar e alcançar essa idealização da beleza, muitas vezes inatingível. Diante dessa perspectiva, é intrigante observar como, apesar da subjetividade da beleza como conceito, ela ainda está ligada à criação de estereótipos padronizados em diversos contextos históricos (Sena *et al.*, 2019 apud Machado *et al.*, 2021).

A imagem corporal é definida como a experiência humana em relação ao corpo, representando uma imagem mental que os indivíduos têm de seu próprio corpo e suas partes, juntamente com os sentimentos associados a essa representação. Ela abrange não apenas a percepção física do corpo, mas também as emoções e sentimentos ligados a essa percepção. Quando ocorre uma avaliação subjetiva negativa da imagem corporal, geralmente feita em comparação entre o corpo real e a imagem corporal idealizada, isso configura o que chamamos de insatisfação corporal (Carvalho *et al.*, 2020, apud Ferderle *et al.*, 2023), que se torna ainda maior quando ocorre uma exposição prolongada a imagens de pessoas que se enquadram nos padrões de beleza datadas pelas redes sociais (Lima, 2019 apud Nunes *et al.*, 2022).

Sendo assim, a imagem corporal ao longo dos anos tornou-se cada vez mais relevante refletindo as essências, ambições e aflições do ser humano. Na contemporaneidade, a busca pelo corpo ideal se tornou uma parte comum do cotidiano, acompanhada das pressões que os indivíduos impõem a si mesmos para alcançar esse padrão de beleza utópico. Confirmando-se através de pesquisas que já indicam que a maioria da sociedade já enfrentou ou ainda enfrenta desafios na busca pela perfeição (Santos *et al.*, 2019 apud Machado *et al.*, 2021).

Assim, a aparência física do ser humano assume um papel fundamental desde o momento do seu nascimento, influenciando não apenas a percepção que o próprio indivíduo tem de si, mas também a forma como é percebido pelos outros. Essa autoimagem desempenha um papel crucial na moldagem da personalidade, que está intrinsecamente ligada aos modos de sentir, pensar e reagir dos indivíduos (Castilho, 2001

apud Miranda *et al.*, 2022). Em que, mesmo o menor indício de insatisfação com a própria imagem corporal pode ter um impacto significativo na autoconfiança do sujeito, uma vez que ele sente que o seu corpo não se alinha com o estereótipo idealizado pela sociedade (Carvalho, 2003 *apud* Miranda *et al.*, 2022), afetando, por conseguinte, a sua autoestima (Diccini *et al.*, 2008 *apud* Miranda *et al.*, 2022).

Desse modo, ao estabelecer uma correlação com o Instagram, amplamente reconhecido como uma rede social que frequentemente coloca ênfase na exposição de imagens do corpo dos usuários em diversos cenários atrativos, e considerando o papel dos influenciadores digitais, que se tornou uma profissão para muitos jovens, permitindo que alguns deles alcancem a fama e o status de celebridade, observa-se a influência marcante de suas personalidades e estilos de vida sobre os indivíduos que os seguem. Como resultado, muitos aspiram a possuir as mesmas características (Stolarski *et al.*, 2018 *apud* Machado *et al.*, 2021).

Isto ocorre, dado que o grupo social com maior capacidade de influenciar o modo de pensar dos indivíduos desempenha um papel importante na criação de um modelo de imagem corporal considerado belo, que pode ser imposto e rapidamente disseminado pela sociedade (Sena *et al.*, 2019 *apud* Machado *et al.*, 2021). Portanto, é preciso evidenciar que essa beleza padronizada muitas vezes representa um perfil inatingível. Isso cria uma dicotomia entre o corpo virtual, ou seja, o ideal criado pela mídia, e o corpo real, que corresponde à representação física do indivíduo. Essa distinção acentuada pode levar à obsessão pela busca incessante da construção de um corpo considerado perfeito, direcionando sua vida e os relacionamentos apenas com esse objetivo. (Lôbo *et al.*, 2020 *apud* Machado *et al.*, 2021).

O IMPACTO DA BUSCA INCESSANTE PELO CORPO PERFEITO

Segundo Goldenberg (2004) mencionado por Gois *et al.* (2021) enfatiza a existência de uma construção cultural do corpo típico para cada sociedade. Esse corpo, que pode variar de acordo com o contexto histórico e cultural, é internalizado pelos membros da sociedade por meio do processo de "imitação prestigiosa". Desse modo, a pressão social para atender aos padrões de beleza exerce uma influência significativa sobre a forma como os indivíduos percebem seus corpos ao se olharem no espelho. Essa influência ressalta como as normas sociais e os ideais de beleza podem afetar a autoimagem e a autoestima das pessoas (Martins *et al.*, 2015 *apud* Aquino *et al.*, 2021)

Nesse sentido, é incontestável que a construção da imagem corporal é impactada por uma série de fatores, e essas influências podem variar de acordo com relações sociais, bem como os meios de comunicação e as representações difundidas pela mídia, incluindo rádio, televisão e internet, desempenhando um papel significativo nesse processo (Frois *et al.*, 2011, *apud* Ferderle *et al.*, 2023).

Nesse contexto, o estudo de Carvalho (2019), conforme citado por Aquino *et al.* (2021), ressalta que as mídias sociais, em especial o Instagram, desempenham um papel significativo na moldagem da percepção do corpo. O autor observou que o acesso frequente ao Instagram, especialmente quando ocorre mais de 10 vezes ao dia, está correlacionado a um aumento nas probabilidades de desenvolver insatisfação com a imagem corporal.

Outro estudo de relevância, conduzido por Pedalino *et al.* (2022) e mencionado por Polesso *et al.* (2022), revela que uma parte da amostra, equivalente a 54,9%, costuma ou sempre utiliza o Instagram para navegar e observar a aparência de outras pessoas. Além disso, aponta uma associação significativa entre a frequência com que as pessoas comparam sua própria aparência física com a daquelas que seguem nas mídias sociais, e os

índices de insatisfação corporal e desejo de alcançar uma figura mais magra. Em resumo, quanto mais os indivíduos se comparam com as imagens que visualizam nas redes sociais, maior é a probabilidade de experimentarem insatisfação com sua imagem corporal e o desejo de atingir um corpo mais magro.

Dessa forma, quando as pessoas não conseguem corresponder aos padrões estéticos impostos pela sociedade ou promovidos nas redes sociais, é comum que surjam sentimentos de insatisfação com a imagem corporal. Essa insatisfação pode desencadear respostas emocionais negativas que exercem um impacto direto na saúde mental e no bem-estar dos indivíduos (Lôbo *et al.*, 2020 *apud* Machado *et al.*, 2021).

Assim, nos artigos, o público adolescente é retratado como um grupo que constantemente se encontra submetido à pressão social em relação à busca do corpo perfeito. Isso se deve, em parte, ao fato de que durante a adolescência, os jovens costumam vivenciar uma perda de segurança em relação ao amor e uma sensação de insegurança, características que podem ser consideradas marcantes nessa fase. A imagem que eles veem no espelho muitas vezes está intrinsecamente ligada à percepção de como acreditam que os outros os veem, ou seja, eles se percebem como atraentes ou desejáveis apenas se acreditam que os outros os apreciam ou desejam, o que, por conseguinte, os coloca em um estado de vulnerabilidade (Calligaris, 2000 *apud* Ferderle *et al.*, 2023).

Segundo Buckingham (2008), conforme referenciado por Montenegro (2022), os conceitos de "nativos digitais" e "geração net" são frequentemente empregados para descrever os jovens contemporâneos que cresceram em um mundo permeado pela tecnologia digital. Esses termos realçam a profunda interconexão entre a identidade dos jovens e as tecnologias digitais. O autor reconhece que a adolescência é um período crítico de formação da identidade, caracterizado por uma maior disposição para experimentação. Tal experimentação durante a adolescência pode abranger a exploração de diferentes identidades online, envolvimento com novos grupos sociais e a exposição a uma variedade de informações, o que pode trazer consigo riscos associados.

Nesse contexto, o estudo conduzido por Lira *et al.* (2017), conforme apresentado por Polesso *et al.* (2022), ressalta que os adolescentes que fazem uso diário das mídias sociais têm uma maior probabilidade de experimentar insatisfação com sua imagem corporal em comparação àqueles que acessam essas mídias mensalmente. Deve-se ao fato de que a exposição frequente a imagens de corpos irreais nas mídias sociais pode ter um impacto significativo na forma como os adolescentes percebem a si mesmos e, conseqüentemente, em como se sentem em relação a seus próprios corpos (Lira *et al.*, 2017 *apud* Montenegro, 2022).

Sendo assim, o aplicativo Instagram, geralmente utilizado para o compartilhamento de fotos, frequentemente exhibe imagens de corpos que se conformam a padrões de beleza inatingíveis para a maioria das pessoas. Isso pode intensificar sentimentos de inadequação e contribuir para a diminuição da autoestima, especialmente em jovens (Santos, 2022 *apud* Ferderle *et al.*, 2023)

Outro público abordado nos artigos em questão consiste no grupo das mulheres, sendo este considerado como o público mais suscetível a sofrer impactos adversos em relação à sua autoimagem e ao seu comportamento alimentar, sob a influência das redes sociais. Isso as leva a buscar incessantemente o padrão de beleza ideal, muitas vezes recorrendo a métodos prejudiciais à sua saúde (Rodrigues, 2019 *apud* Nunes *et al.*, 2022).

Conforme delineado por Souza *et al.* em 2013 e detalhado por Machado *et al.* em 2021, a busca por padrões estéticos não se configura mais como uma mera opção, mas sim como uma obrigação moral imposta às mulheres. Estas, são compelidas a dedicar esforço e suportar sacrifícios em sua busca pela beleza. A beleza é, portanto, apresentada como um

critério a ser atingido por todas, alinhado com a concepção da mulher moderna, emancipada e independente.

Assim, principalmente as mulheres, demonstram estar dispostas a negligenciar o sofrimento em prol da busca pela vaidade, o que resulta em sua submissão aos padrões de beleza impostos pela indústria da moda (Fernandes, 2006 *apud* Miranda *et al.*, 2022). Isso pode ser ressaltado a partir da pesquisa conduzida por Oliveira *et al.* em 2019, mencionada por Nunes *et al.* (2022). Essa pesquisa envolveu mulheres com idade superior a 18 anos, e a grande maioria delas, representando 89,63% das participantes, relatou insatisfação com sua imagem corporal. Elas afirmaram estar em busca de um corpo mais magro, alegando que acreditam estar acima do peso.

Desse modo, a busca excessiva pelo corpo ideal ultrapassa regularmente os limites da realidade, ignorando as variações nos biótipos e nas características genéticas individuais, e, conseqüentemente, ampliando as inseguranças e a baixa autoestima. A pressão para atender aos requisitos do corpo ideal, quando não alcançada, pode culminar em sentimentos negativos, como a baixa autoestima, inseguranças e fragilidade emocional (Severino *et al.*, 2010 *apud* Barcelos, 2022).

Em síntese, a disseminação dos estereótipos de beleza pode conduzir a uma desregulação tanto no âmbito físico quanto emocional, culminando, em casos mais problemáticos, em transtornos psicológicos que envolvem percepções distorcidas do corpo, incluindo partes específicas ou até mesmo do corpo na totalidade. Essa visão deturpada motiva a adoção de comportamentos autodestrutivos, levando indivíduos a recorrer a práticas inadequadas na tentativa de 'corrigir' ou modificar o que os aflige (Maduro, 2018 *apud* Ferderle *et al.*, 2023)

Nesse cenário, um dos impactos frequentes que afetam os indivíduos reside no desenvolvimento de comportamentos alimentares disfuncionais. Isso ocorre devido à capacidade dos indivíduos de escolher quais contas seguir nas plataformas de mídia digital, o que resulta na exposição seletiva ao conteúdo produzido por essas contas específicas. Essa exposição seletiva pode distorcer a percepção, fazendo com que comportamentos alimentares desordenados pareçam mais comuns ou normais do que realmente são vistos que os usuários ficam imersos apenas em informações específicas (Turner *et al.*, 2017 *apud* Polesso *et al.*, 2022)

Diante disso, um estudo realizado por Maltez em 2016, conforme citado por Nunes *et al.* em 2022, revelou que entre o público feminino com idades entre 18 e 35 anos, a busca incessante pelo corpo ideal frequentemente levava muitas mulheres a considerar a adoção de dietas restritivas, visando se adequar com os padrões de beleza. Essas dietas restritivas implicam na parcial ou total abstinência de determinados alimentos e/ou nutrientes. Entretanto, a adoção prolongada desse padrão alimentar acarreta em conseqüências adversas de natureza clínica, física, emocional e psicológica, com potencial para desencadear o desenvolvimento de transtornos alimentares (Alvarenga *et al.*, 2015 *apud* Nunes *et al.*, 2022; Nunes *et al.*, 2022).

Este aspecto também afeta os adolescentes, uma vez que durante a fase da adolescência, os jovens se esforçam para evitar serem rotulados como inadequados ou indesejados. Esse desejo pode levá-los a buscar soluções de emagrecimento extremamente rápidas, inclusive recorrendo ao uso de drogas e medicamentos que prometem resultados instantâneos, tudo isso com o objetivo de evitar que seus corpos se tornem alvos de críticas e desvalorizações por parte de terceiros (Santana, 2016, *apud* Silva, 2019). Dessa forma, a influência das expectativas sociais em relação ao corpo ideal constantemente conduz os adolescentes a adotarem padrões alimentares inadequados, inclusive recorrendo a dietas inapropriadas, na busca pelo corpo considerado ideal (Monteiro *et al.*, 2014 *apud* Ferderle

et al., 2023). Correndo assim “o risco de desenvolver depressão e transtornos alimentares” (Fernandes, 2019 *apud* Ferderle *et al.*, 2023).

Os transtornos alimentares são definidos como distúrbios psiquiátricos e podem ser desencadeados por diversas causas, incluindo fatores de ordem biológica, psicológica, clínica e sociocultural. Alguns dos principais fatores de risco associados a esses transtornos incluem a faixa etária, o gênero feminino, distorções na percepção da imagem corporal e experiências alimentares adversas (Nunes *et al.*, 2017 *apud* Nunes *et al.*, 2022).

Entre os transtornos alimentares mais conhecidos, destacam-se a Anorexia Nervosa e a Bulimia Nervosa. A Anorexia Nervosa se caracteriza por uma perda de peso acentuada resultante da privação alimentar e da prática excessiva de atividade física, com o objetivo de alcançar um corpo cada vez mais magro. Por outro lado, na Bulimia Nervosa, o indivíduo tende a consumir grandes quantidades de alimentos e, em seguida, recorre ao vômito e/ou ao uso de laxantes e diuréticos como estratégias para eliminar as calorias ingeridas (Silva, 2012; Laus *et al.*, 2014 *apud* Nunes *et al.*, 2022).

Nesse contexto, é amplamente reconhecido que as dietas restritivas geralmente têm um impacto negativo na saúde das pessoas, uma vez que a maioria não consegue sustentá-las por longos períodos. Isso desencadeia o chamado 'efeito rebote', que pode levar a episódios de compulsão alimentar e o desenvolvimento de transtornos alimentares (Oliveira *et al.*, 2019 *apud* Nunes *et al.*, 2022)

Dessa forma, os transtornos alimentares podem estar relacionados às mídias sociais, uma vez que o tempo de acesso a estas plataformas e os conteúdos por elas veiculados conduzem os indivíduos a se compararem com aqueles que são retratados como detentores de corpos considerados perfeitos. Isso pode gerar o desejo de possuir e se assemelhar a esses modelos ideais (Aquino *et al.*, 2021). Visto que as plataformas focadas no compartilhamento de fotos e vídeos, que oferecem recursos como filtros de imagem e ajustes nos traços faciais, fomentam uma padronização digital. Tais filtros e efeitos podem levar as pessoas a buscar uma crescente semelhança com a imagem digital idealizada por elas mesmas, resultando, por conseguinte, em uma maior insatisfação corporal e na dificuldade de perceber seus próprios corpos de maneira realista (Cintra, 2021 *apud* Polesso *et al.*, 2022)

Assim, a saúde mental se encontra em uma situação vulnerável e sujeita a riscos, o que pode resultar em um impacto negativo na autoestima e na autoimagem dos indivíduos. Isso, por sua vez, pode levá-los a buscar o aprimoramento da imagem corporal por meio de procedimentos estéticos, na tentativa de solucionar e suprir os problemas psicológicos subjacentes (Emiliano *et al.*, 2013 *apud* Miranda *et al.* 2022).

Desta maneira, conforme revelado por uma pesquisa conduzida pela Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética (ISAPS) em 2018, o Brasil registrou um total de cerca de 1.498.000 cirurgias plásticas estéticas e 969.000 procedimentos estéticos não cirúrgicos no mesmo ano. Esse número posicionou o Brasil como líder mundial em cirurgias plásticas, superando os Estados Unidos em termos de quantidade de procedimentos realizados (Barcelos, 2022).

Portanto, é importante salientar que a realização de cirurgias plásticas e procedimentos estéticos não é uma garantia de satisfação para o indivíduo, uma vez que a verdadeira autoestima e autoconfiança estão intrinsecamente relacionadas a fatores internos. Esses procedimentos frequentemente agravam a insatisfação, visto que a aparência é uma variável mutável e em constante transformação (Wolf, 2018 *apud* Barcelos, 2022).

Dessa forma, é comum que os indivíduos experimentem frustração antes de submeter-se a intervenções cirúrgicas, com a esperança de que isso possa melhorar sua autoestima. No entanto, o que a Cirurgia Plástica Estética muitas vezes deixa de considerar

é que as alterações corporais resultantes dessas cirurgias estabelecem novos padrões estéticos, criando um ciclo vicioso. Esse ciclo envolve a insatisfação corporal, que leva à busca por cirurgias plásticas, e, após a cirurgia, o corpo transformado passa a representar um ideal que influencia outras pessoas a ficarem insatisfeitas com seus próprios corpos e a desejarem procedimentos semelhantes (Neto *et al.*, 2007, *apud* Machado *et al.*, 2021). Além disso, é comum que muitas mulheres experimentem frustração em virtude de resultados insatisfatórios de procedimentos estéticos, o que pode desencadear uma série de problemas psicológicos, incluindo depressão, ansiedade e até mesmo a síndrome do pânico (Miranda *et al.* 2022).

Assim, a busca por uma transformação na aparência não se restringe apenas à busca de um corpo que corresponda aos padrões estéticos desejados. Reflete também o anseio por uma mente livre de sofrimento. Aqueles que buscam reconhecimento e aceitação na sociedade, seja através da conformidade com as normas estabelecidas ou da oposição a elas, incisivamente acabam perdendo o controle sobre seus próprios corpos, tornando-se meros espectadores deste espetáculo social (Heinzelmann *et al.*, 2014 *apud* Machado *et al.*, 2021).

MOVIMENTO BODY POSITIVE

Por outro lado, pesquisas revelam a existência de um movimento em crescimento conhecido como 'Body Positive', cujo propósito é promover o resgate do amor próprio em relação ao corpo e promover discussões sobre a excessiva busca por transformações corporais, como cirurgias plásticas em excesso. Esse movimento visa exibir corpos reais, independentemente de serem magros, imperfeitos, altos ou baixos, e busca enaltecer a diversidade dos corpos que a maioria das pessoas possui. As redes sociais, especialmente o Instagram, desempenham um papel fundamental nesse movimento, proporcionando um espaço seguro para muitas pessoas, em especial mulheres, expressarem suas preocupações em relação à imagem corporal e encontrarem apoio para enfrentar essas angústias (Santana, 2016 *apud* Silva, 2019).

A origem do movimento Body Positive não está associada a uma autoria específica ou a um momento temporal preciso, mas acredita-se que tenha ganhado destaque no contexto do movimento feminista, especialmente durante as décadas de 1960, com o advento das segundas e terceiras ondas feministas. Assim, o movimento Body Positive, embora não tenha sido categorizado por esse nome, já tem sido discutido por um longo período e visando promover discussões sobre a não marginalização de corpos que não se encaixam nos padrões estéticos predominantes (Arandas, 2018; Cwynar, 2016 *apud* Conde *et al.*, 2021)

Além disso, o movimento Body Positive também se dedica a abordar o fenômeno relativamente recente chamado 'Gordofobia', que pode ser definido como a aversão às pessoas gordas. Essa aversão manifesta-se de maneira preconceituosa e julgadora, sobretudo em relação às mulheres gordas. A gordofobia afeta mulheres e homens de maneiras diferentes, sendo que o preconceito é mais acentuado e naturalizado quando se trata das mulheres. Com frequência, atribui-se a essas pessoas uma suposta falha intencional, e elas são estigmatizadas como indivíduos que não têm controle sobre seus corpos ou estilos de vida, sendo consideradas carentes de características como autodeterminação e disciplina. (Arcoverde, 2014; Betti, 2014 *apud* Silva, 2019)

Nesse contexto, o discurso que envolve a patologização da obesidade frequentemente se disfarça sob a justificativa de promover a saúde e cuidados médicos, presumindo que um corpo não obeso é automaticamente isento de doenças, negligenciando a problematização da busca pelo corpo ideal, ou seja, o corpo magro (Seixas, 2012 *apud* Conde *et al.*, 2021).

Dessa forma, quando os usuários adeptos do movimento Body Positive compartilham imagens de seus corpos nas redes sociais, estão, de fato, inserindo seus corpos estigmatizados em um contexto de debate político (Arandas, 2018 *apud* Conde *et al.*, 2021). Essa ação promove um processo de reconciliação com o próprio corpo, que engloba a aceitação de suas características únicas, incluindo marcas, cores e dobras. Como resultado, incentiva a autoaceitação e a representatividade de todas as formas corporais no mundo, valorizando a diversidade (Conde *et al.*, 2021).

Portanto, apesar dos efeitos benéficos do movimento Body Positive, que incluem a liberdade de expressão e a apresentação de corpos que não se adequam aos padrões estéticos predominantes, é importante e válido questionar em que medida ele também opera dentro de uma lógica de controle e moldagem da subjetividade dos indivíduos (Conde *et al.*, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante disso, o presente artigo conseguiu alcançar seu objetivo ao destacar como a concepção de beleza é influenciada por uma multiplicidade de fatores, que vão desde os padrões estéticos convencionais até as influências culturais e as pressões sociais. Ademais, os autores enfatizaram a relevância da autoimagem e como a incessante busca pela perfeição física pode impactar a autoconfiança e a autoestima das pessoas.

Dessa forma, o impacto das redes sociais, em especial do Instagram, na perpetuação desses padrões de beleza e na busca pelo corpo ideal é claramente evidenciado. Desempenhando um papel significativo na formação da autoimagem, refletindo consequentemente no desenvolvimento de uma alimentação disfuncional, transtornos alimentares e a procura excessiva por procedimentos cirúrgicos e/ou não cirúrgicos.

Por outro lado, observa-se que o Movimento Body Positive representa uma resposta crucial à pressão cultural e social em torno dos padrões de beleza e da insatisfação com a imagem corporal. Enfatizando a importância da aceitação do próprio corpo, independentemente de seu tamanho, forma ou imperfeições.

Sendo assim, é inevitável perceber a importância do entendimento do Instagram na autoimagem do indivíduo, uma vez que estamos inseridos em um contexto tecnológico. Mostrando-se fundamental para lidar de maneira mais eficaz com as influências e desafios associados a essa plataforma.

Portanto, notou-se, ao longo da pesquisa, uma dificuldade em encontrar materiais que abordassem de maneira mais específica os impactos do Instagram na autoimagem. Identificaram-se lacunas, especialmente no que diz respeito ao público masculino, à escassez de abordagens mais aprofundadas nos públicos adolescentes e femininos, e à falta de materiais mais focados nos impactos da busca excessiva por procedimentos cirúrgicos ou não cirúrgicos. Isso destaca a relevância deste artigo como um instrumento auxiliador na disseminação da importância do tema, considerando que o uso do Instagram é uma realidade presente no cotidiano dos indivíduos

REFERÊNCIAS

AQUINO, Clara Beatriz Felix de; SOUZA, Gabriela Freire de; TINOCO, Lorena dos Santos. Mídias Sociais como Fator de Predisposição para Transtornos Alimentares: Revisão Integrativa, 2021. Disponível em: <http://repositorio.unirn.edu.br/jspui/bitstream/123456789/328/1/2021-CLARA%20BEATR>

IZ%20FELIX_GABRIELA%20FREIRE-M%c3%8dDIAS%20SOCIAIS%20COMO%20FATO

BARCELOS, L. B. Efeitos Psicológicos da Pressão Estética no Brasil - Revisão Narrativa. Orientador(a): Professora Camila Aparecida. 2022. 22 f. TCC (Graduação)- Universidade de Uberaba , Mato Grosso, 2022. Disponível em: <https://dspace.uniube.br/bitstream/123456789/2042/1/LETICIA%20BIANCHINI%20BARCELOS.pdf>. Acesso em: 28/05/23.

CONDE, Thais Nascimento; SEIXAS, Cristiane Marques. Movimento Body Positive no Instagram: reflexões sobre a estetização da saúde na sociedade neoliberal. **Reciis – Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 136-154, jan./mar. 2021. Disponível em: <https://www.reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/view/2067/2420>. Acesso em: 19/07/23

FRANÇA, Máisa Coelho. Tipos de revisão de literatura. Faculdade de Ciências Agrônomicas-UNESP, Botucatu, p. 1-9, 2015. Disponível em: <https://www.fca.unesp.br/#!/biblioteca/normas-tecnicas/tipos-de-revisao-de-literatura/>. Acesso em: 20/10/23

FERDERLE, Adrian Camargo; SOARES, Cleber Oliveira; CHAGAS, Edvaldo Batista das; SILVA, Vanessa Paixão da. A influência das redes sociais na autoestima de adolescentes: uma revisão integrativa. Orientadora: Prof. Dra. Fabiana Coelho Fernandes. 2023. 29 f. TCC (Graduação)- Universidade São Judas Tadeu, Faculdade de Ciências Biológicas e da Saúde, Curso de Psicologia, São Paulo, 2023. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/33132/1/A%20influ%c3%aa%20das%20redes%20sociais%20na%20autoestima%20de%20adolescentes%20uma%20revis%c3%a3o%20integrativa.pdf>. Acesso em: 19/07/23

GOIS, S.; FARIA, A. L. A. A Cultura da Magreza como Fator Social na Etiologia de Transtornos Alimentares em Mulheres: uma Revisão Narrativa da Literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 7, n. 1, jan. 2021. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/440/247>. Acesso em:

09/06/2023.

MACHADO, M. S.; LINHARES, I. C.; BRUM, L. S.; ALMEIDA, M. S. de; WERNECK, M. B. O impacto emocional imposto pela ditadura da beleza: uma revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, Vol. 34, 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/cientifico/article/view/8705/5276> . Acesso em: 28/05/23.

MIRANDA, L. C. M.; RIBEIRO, M. R.; BRITO, F. R.; ARAÚJO, J. S.; REIS, L. A. Novo olhar acerca da influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher: uma revisão da literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 7, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/30344/26062>. Acesso em: 28/05/23.

MONTENEGRO, Aglaia Leslie Martins dos Santos. As Mídias Sociais e a Construção da Autoestima em Adolescentes: uma revisão bibliográfica. Orientadora: Profa. Ma. Regienne Maria Paiva Abreu Oliveira. 2022. 38 f. TCC (Monografia)- Centro Universitário Unidade de Ensino Superior Dom Bosco Curso de Psicologia, São Luís, 2022. Disponível em: <http://repositorio.undb.edu.br/bitstream/areas/886/1/AGLAIA%20LESLIE%20MARTINS%20DOS%20SANTOS%20MONTENEGRO.pdf>. Acesso em: 19/07/23

NUNES, L. B.; MASCARENHAS, E. L.; SOUZA, P. J. R.; SANTOS, A. C. C. P. Impacto das Redes Sociais no Comportamento Alimentar de Mulheres Adultas: Revisão de Literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades**, Ciências e Educação, São Paulo, v. 8, n. 05, maio 2022. Disponível em: <https://www.periodicorease.pro.br/rease/article/view/5768/2208> . Acesso em: 28/05/23.

POLESSO, Iohanna Aparecida Scherzer Cabral Dias; MACHADO, Carla Carolina Batista. A influência das mídias sociais no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes, adultos jovens e adultos: uma revisão integrativa da literatura, 2022. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/3919/1/IOHANNA%20POLESSO.pdf>. Acesso em: 19/07/23

SILVA, Juliana Alves da. Anorexia: Uma revisão entre a relação das influências midiáticas

e a incidência de transtornos alimentares. Orientadora: Ma. Ana Nery Rodrigues. 2019. 23 f. TCC (Especialização)- Faculdade Laboro Curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial., São Luís, 2019. Disponível em: <http://repositorio.laboro.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/2361/TCC%20ANOREXIA%20LABORO%20Juliana%20Alves.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 19/07/23