

EFEITO DO *INSTAGRAM* NA CONSTRUÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM MULHERES

*Dayanne Cristina da Silva*¹

*Bruno Fiuza Franco*²

*Fernanda Romano Soares*³

RESUMO: Este artigo tem o objetivo de discutir o efeito do *Instagram* na construção da imagem corporal das mulheres bem como compreender quais são as consequências para saúde mental das mesmas. Justifica-se esta pesquisa pela relevância de assimilar os fatores psicológicos, sociais e culturais nesse processo construtivo do corpo, idealizado e almejado pelas mulheres. A partir de uma revisão bibliográfica narrativa, houve a coleta de dados em bases de informação científica, como o *Google Acadêmico*, *SciELO (Scientific Electronic Library Online)*, *PePSIC (Periódicos Eletrônicos em Psicologia)* e *Minha Biblioteca Unifan*. Diante disso, é possível concluir que a referida rede social impacta de forma negativa na construção da imagem corporal feminina.

Palavras-Chave: Imagem Corporal. *Instagram*. Mulheres.

ABSTRACT: This article aims to discuss the effect of *Instagram* on the construction of women's body image, as well as to understand the consequences for their mental health. This research is justified by the relevance of assimilating psychological, social and cultural factors in this constructive process of the body, idealized and desired by women. From a narrative bibliographical review, data were collected from scientific information bases, such as *Google Scholar*, *SciELO (Scientific Electronic Library Online)*, *PePSIC (Electronic Journals in Psychology)* and the library of *Unifan*. Given this, it is possible to conclude that the aforementioned social network has a negative impact on the construction of female body image.

Keywords: Body Image. *Instagram*. Women.

1. INTRODUÇÃO

Dourado *et al.* (2018) destacam que a preocupação com a beleza está

¹Acadêmica do 10º Período do curso de Psicologia do Centro Universitário Alfredo Nasser. Email: dayanne.cris17@gmail.com

²Mestre em Psicologia. Docente do Centro Universitário Alfredo Nasser. Email: brunofiuza@unifan.edu.br

³Mestre em Psicologia. Docente do Centro Universitário Alfredo Nasser. Email: fernandaromano@unifan.edu.br

presente na história da humanidade desde a antiguidade e que os padrões pertinentes a isso são estabelecidos de acordo com a época. Gonçalves e Martinez (2014) enfatizam que os padrões estéticos exercem uma pressão pela busca por um ideal na população em geral, suscitando um impacto significativo na construção da imagem corporal dos indivíduos.

De acordo com Skopinski, Resende e Schneider (2015), imagem corporal é definida como uma representação mental que o sujeito tem de seu corpo. Esta imagem é multidimensional. Destacam-se as dimensões perceptivas, subjetivas, cognitivas e afetivas. É possível constatar que sua construção se dá desde o início da infância e possui relação com a estrutura física do indivíduo.

Schilder (1981) a define como uma imagem do corpo formada na mente do indivíduo, ou seja, o modo como o próprio corpo apresenta-se para este sujeito, envolvido pelas sensações e experiências imediatas. Na atualidade, o surgimento das redes sociais digitais possibilitou a interação de um número expressivo de pessoas compartilhando fotos e vídeos. Zenha (2018) conceitua rede social com um ambiente organizado a partir de uma interface virtual própria e que se organiza através da agregação de perfis dos sujeitos que possuem interesses semelhantes sobre um tema comum.

No pensamento de Montardo (2019), o *Instagram* é uma rede social digital, criada em 2010, que permite que seus usuários compartilhem fotos, vídeos, apliquem filtros, por exemplo. Como descrito por Madureira (2019), nesse ambiente virtual, surgem os influenciadores digitais, que buscam audiência e seguidores através da produção e compartilhamento de conteúdo como textos, fotos, vídeos da sua rotina, muitas vezes modelando opiniões e comportamentos.

Vargas, Garonci e Vargas (2014) asseguram que esses modelos compartilhados, normalmente, se dedicam exclusivamente à construção de um corpo perfeito, pois assim conseguem mais engajamento na rede social. Dessa forma, criam-se padrões corporais inatingíveis para a grande maioria das pessoas, em geral; e, das mulheres, em particular, podendo gerar conflitos e distorções na construção de suas *imagens corporais*. É comum que, em busca de atingir o “corpo idealizado”, o indivíduo se submeta a recursos extremos como severas restrições alimentares, vômitos induzidos, práticas de exercícios físicos

exaustivos, procedimentos estéticos e cirurgias estéticas plásticas. Para muitos usuários desta rede, a satisfação com a imagem corporal passa a ser prioridade, em detrimento do ser saudável.

Novaes (2011) afirma que tais moldes de subjetivação possibilitam sofrimentos psíquicos, em razão de muitas mulheres ficarem reféns em seus corpos, na busca desenfreada pelo corpo ideal exposto nesses perfis de redes sociais, o que acaba por influenciar na insatisfação das mesmas em relação a sua própria imagem corporal.

Sendo assim, este trabalho objetiva discutir quais são os efeitos do *Instagram* na construção da imagem corporal das mulheres, a partir de uma revisão bibliográfica narrativa. Desse modo, este estudo se propõe a responder a seguinte pergunta: Qual o papel das redes sociais, em particular o *Instagram*, na imagem corporal das mulheres e quais efeitos na saúde mental?

Diante disso, hipotetiza-se que conteúdos expostos no *Instagram* influenciam na construção da imagem corporal das mulheres, o que impacta na autoimagem e produz efeitos e consequências psíquicas negativas, tornando possível notar que a conformidade aos modelos e padrões estéticos predominantes na plataforma digital pode resultar em sofrimento psíquico e implicações na imagem corporal.

2 .METODOLOGIA

A pesquisa se refere à revisão narrativa de literatura científica que, para Gerhardt e Silveira (2009), caracteriza-se como uma análise por meios impressos e/ou virtuais como livros, revistas, jornais, artigos e publicações científicas. É considerada base para trabalhos acadêmicos e pode ser o único método a ser utilizado, além de ser indispensável em qualquer estudo histórico e conceitual.

Para delinear a pesquisa, foram utilizados os seguintes descritores: beleza e as questões de gênero; imagem corporal e psicologia; mídias sociais x imagem corporal; gênero e imagem corporal; cirurgia estética e mídias sociais; e, rede social e autoconceito, nos indexadores *SciELO* (*Scientific Electronic Library*

Online), *Google* acadêmico, PePSIC e periódicos de revistas científicas. A pesquisa foi feita exclusivamente via *internet*, utilizando meios eletrônicos para sua construção.

Foram encontrados, ao todo, 31 artigos, de modo que 15 cumpriram os seguintes critérios de inclusão: a) artigos publicados no período de 2013 a 2022; b) artigos relacionados diretamente com a temática abordada neste trabalho; c) artigos de revisão bibliográfica narrativa, integrativa e empíricos; e, d) estudos de língua portuguesa.

Os critérios de exclusão adotados foram: a) artigos relacionados ao constructo imagem corporal no sexo masculino; e, b) materiais como tese de doutorado, livros, resenhas e anais de congresso. Em seguida, foi realizada a leitura dos materiais encontrados para estabelecer os artigos relacionados ao objetivo deste estudo para, posteriormente, os estudos selecionados serem analisados.

3 . REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Relação da Cultura e Sofrimento Psíquico

Discutir sobre sofrimento psíquico e cultura é imprescindível, visto que, atualmente, como aponta Araújo (2010), a sociedade pós-moderna ressalta uma cultura narcisista, em que as relações são pautadas no imediatismo, na individualidade e no consumismo. Cada vez mais os sujeitos se voltam para si, negligenciando o outro. A inconstância e a volatilidade da cultura contemporânea, em que tudo é imediato e o outro é constantemente descartado, produz um vazio e sofrimento nos sujeitos.

Carvalho *et al.* (2013) ressaltam que a cultura no sistema capitalista fomenta um espírito de competitividade, valoriza a individualidade e determina aquilo que é normal ou patológico. Nesse contexto, a expressão do sofrimento psíquico ganha novas roupagens, como por exemplo, os Transtornos Alimentares e os Transtornos de autoimagem. Na contemporaneidade, existe uma pressão para os sujeitos se padronizarem e preencherem o vazio através do consumo e que evitem a dor por meio do uso de medicamentos.

Herculano (2018) diz que, na cultura contemporânea ocidental, existe uma pressão cultural ligada à autocobrança, pois atualmente o indivíduo é o único responsável pelo seu sucesso ou fracasso, o que acaba acarretando por muitas vezes isolamento, solidão sendo o sofrimento psíquico fruto das tensões gerado pelasupervalorização da individualidade e autonomia.

Tavares (2010) frisa que, na atualidade, os indivíduos se sentem pressionados a se normalizar e padronizar aos ideais que são hegemonicamente aceitos. Aqueles que não conseguem alcançar tais padrões se sentem excluídos e marginalizados, o que, por muitas vezes, pode acabar acarretando nas formas contemporâneas de sofrimento psíquico.

3.2 Imagem Corporal e mídias sociais a partir das questões de gênero

Na concepção de Skopinski *et al.* (2015), imagem corporal é definida como uma representação mental que o sujeito tem de seu corpo. A imagem corporal parte de uma percepção subjetiva que o indivíduo constrói desde a infância sobre suacaparência física. Balthazar e Marcello (2018) explanam que uma das formas de compreensão da construção da imagem corporal é a partir das relações de gênero na sociedade contemporânea, em que os corpos femininos são pensados a partir de ideal construído. Tal visão foi sendo constituída ao longo do tempo, desde a época da antiguidade, em que os corpos masculinos eram vistos como perfeitos e completos, e os corpos femininos eram tomados como imperfeitos e faltantes.

Sob a ótica de Balthazar e Marcello (2018), com a queda do Império Romano e a tomada paulatina do poder pela igreja católica, os corpos deixaram de ser valorizados e passaram a ser vistos como fonte de pecado. Portanto, os corpos humanos, no geral, eram tidos como imperfeitos durante a Idade Média, visto que a lógica que regia a sociedade, a cultura e a produção do conhecimento era teocentrista, ou seja, baseada nos valores do cristianismo católico.

Quando o Império Bizantino (Império Romano do oriente) sofreu derrocada devido a uma série de crises na sociedade feudal, como as de base sanitárias, religiosas, econômicas e sociais, a idade moderna se fundava a partir

da retomada dos aspectos greco-romanos e da valorização do conhecimento científico. Para explicar o funcionamento do mundo, a lógica antropocentrista ganhava força e, com isso, retomava a valorização dos corpos, em especial o corpo masculino.

A partir das duplas revoluções (Industriais e Francesa), o capitalismo industrial se consolida e, a partir de sua ideologia, que evidencia o individualismo, a ciência psicológica se constrói e se concretiza. Esse sistema cria ferramentas para se pensar um ser subjetivo, dotado de vontades próprias de forma científica.

Nesse contexto, fenômenos psicológicos passam a ser explicados pelo conhecimento racional. No decorrer do século XX surgem as primeiras classificações pragmáticas funcionais (modelo DSM), que são manuais que descrevem critérios de classificação de psicopatologias, dentre elas as relacionadas à imagem corporal como os transtornos alimentares e o transtorno dismórfico corporal (APA, 2014).

Segundo a *American Psychiatric Association* (2014), os transtornos alimentares, como anorexia, bulimia e compulsão alimentar, são conceituados como distúrbios persistentes comportamentais alimentares. Possuem íntima relação em como o sujeito se alimenta, sendo esta uma área fortemente afetada no cotidiano do mesmo. Assim, o consumo e a absorção dos alimentos são alterados, causando disfuncionalidade significativa em todas as dimensões da vida do indivíduo.

O Transtorno Dismórfico Corporal é caracterizado por uma percepção da imagem corporal de forma alterada, que leva o indivíduo a ter preocupações desproporcionais e irracionais sobre seu corpo. Tanto os transtornos alimentares, que estão relacionados com uma construção da imagem corporal alterada, quanto o Transtorno Dismórfico Corporal são transtornos que são mais diagnosticados em mulheres do que em homens (APA, 2014).

Lira *et al.* (2017) salientam que o surgimento das redes sociais tem influenciado na percepção da imagem corporal de mulheres. Questões relacionadas à construção da percepção da imagem corporal em mulheres atualmente e o surgimento das mídias sociais agem como reforçadores de um ideal de beleza hegemônico. Rostos simétricos, corpos magros, características

européias, como olhos claros, cabelos lisos claros, uma altura maior, por exemplo são idealizados e buscados através de procedimentos cirúrgicos, não cirúrgicos, comportamentais, incluindo a administração de purgantes que colocam a vida de muitas mulheres em risco.

Com base em informações da Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica e Estética (2019), as mulheres representam cerca de 87,4% dos indivíduos que recorrem a procedimentos estéticos. Já dados do Ministério da Saúde do Brasil (2014) revelam que, em relação aos transtornos alimentares, na faixa etária entre 12 aos 29 anos, cerca 50% das mulheres relataram preocupação com excesso de peso.

A *American Psychiatric Association* (2014) discorre que a proporção de mulheres com Anorexia Nervosa e Bulimia Nervosa em comparação aos homens é de 10:1, ou seja, dez mulheres para um homem. Esses números demonstram como os padrões de beleza hegemônicos exercem prejuízos significativos na constituição da imagem corporal da mulher na contemporaneidade, mais fortemente que nos homens.

Lira *et al.* (2017) mencionam que as redes sociais ajudam a reforçar os padrões de beleza, que, muitas vezes, não condizem com a realidade do país, levando em consideração aspectos sociais e econômicos, como também em relação à espécie, visto que os corpos não são simétricos em sua composição orgânica. Desse modo, os autores (2017) aditam que é importante discutir como as mídias sociais contribuem para constituição alterada da imagem corporal de mulheres, suscitando prejuízos psicológicos, emocionais, sociais e que, em vários casos, podem acabar levando essas jovens à óbito.

4 DISCUSSÃO

Silva, Japur e Penaforte (2021) esclarecem que a insatisfação com a imagem corporal é mediada pela comparação social e as mulheres tendem a fazê-lo com maior frequência. As redes sociais, como o *Instagram*, promovem maior possibilidade de comparação devido ao compartilhamento de fotos e vídeos de forma mais rápida do que, por exemplo, as mídias como revistas,

televisão e jornais, que eram predominantemente as formas de acesso aos modelos sociais antes do surgimento das redes sociais.

Santos e Ribeiro (2018) pontuam que o *Instagram* funciona como uma vitrine da vida de seus usuários, possibilitando a exposição em maior velocidade e para um número maior de pessoas da estética corporal, de forma mais objetiva que em outras mídias e redes sociais. Essas, em muitos casos, desempenham um papel de orientação de dietas e cuidados com o próprio corpo. Asseveram que, frequentemente as mulheres, tendo como referência as plataformas digitais, sem orientação de um nutricionista ou especialista na área, aderem dietas e hábitos alimentares que são compartilhadas no *Instagram* por influenciadores digitais, com objetivo de alcançar os mesmos resultados que são vistos na plataforma digital. Desta forma, as redes sociais se tornam um parâmetro a ser seguido pelas mulheres, mesmo que esses sejam prejudiciais à saúde das mesmas ou que não correspondam com a realidade.

Gonçalves *et al.* (2020) elucidam que as mulheres são mais suscetíveis às exigências impostas pelas redes sociais em relação aos padrões de beleza. Vianna (2005) aduz que, desde a infância, elas são discriminadas pela aparência e são incentivadas a modificarem seu corpo. A pressão sobre os corpos das meninas para se manterem esteticamente dentro dos padrões europeus é muito maior do que em comparação com os meninos. Elas são forçadas a se perceberem como inadequadas e a buscarem seguir um parâmetro de beleza hegemônico desde a infância. Diante disso, é possível notar que o fato das mulheres serem mais suscetíveis às exigências estéticas das redes sociais é devido à cultura que exerce fortemente uma pressão para que elas sigam padrões de beleza que reforcem a feminilidade.

Outros trabalhos apontam a associação entre as redes sociais com o agravamento de transtornos alimentares em mulheres. Rodrigues (2019) expressa que, referente à anorexia e a bulimia, são mais frequentes em mulheres e que são transtornos que estão diretamente relacionados com a ênfase na magreza feminina como sinônimo de beleza, levando as mesmas a aderirem dietas abusivas e outras formas não saudáveis para regulação do peso. O que é corroborado por Souza *et al.* (2013) que expõem que as mulheres que possuem baixa satisfação com a imagem corporal, possuem um risco maior de

desenvolverem Transtornos Alimentares, visto que o ideal de beleza feminino está fortemente associado à magreza.

Nas palavras de Rodrigues (2019), as mídias abordam o ideal de beleza feminina de uma forma sexualizada e que esse ideal cultua o corpo magro, sendo assim, a autoimagem da mulher é construída a partir da percepção de que o seu corpo é imperfeito e que a mesma deve buscar constantemente se enquadrar em um corpo visto como “ideal”.

Na opinião da autora, as mulheres, nas diferentes fases de desenvolvimento, são permeadas por questões estéticas. Mesmo antes da adolescência, começam a fazer procedimentos para atender padrões de beleza vigentes, o que é passado de geração em geração. Com isso, é importante destacar o papel da socialização em uma sociedade patriarcal na interiorização de um ideal que nega a diversidade fenotípica dos corpos femininos.

Um estudo feito por Lira *et al.* (2017), com adolescentes brasileiras sobre satisfação com a imagem corporal, demonstrou que mais 80% das adolescentes que participaram da pesquisa estavam insatisfeitas com sua imagem corporal, o que condiz com os achados de outros estudos, que apontam que a insatisfação com a imagem corporal é maior em mulheres em comparação com os homens. A pesquisa traz ainda que as redes sociais atuam como reforçadoras dos padrões de beleza inatingíveis através da popularização das maneiras de alcançar o corpo ideal.

Em relação às redes sociais digitais, Lira *et al.* (2017) atestam que há relação entre a frequência e a quantidade de tempo de acesso de mídias sociais como o *Instagram* na insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino. Apesar dos poucos estudos em relação à influência das mídias sociais digitais, o estudo enfatizou que existe evidência entre os impactos das mídias sociais na imagem corporal dos usuários, em especial nas mulheres.

Laurindo *et al.* (2022) afirmam que as redes sociais geram impacto na imagem corporal dos sujeitos, como também influenciam no comportamento dos usuários. O estudo apontou que os filtros usados nas redes sociais, como no *Instagram*, levam as usuárias a recorrerem a procedimentos estéticos cirúrgicos, mesmo quando o fim destes seja impossível ou quase impossível de ser alcançado.

Vieira (2019), em um estudo feito com 6 mulheres usuárias do *Instagram*, buscou investigar os possíveis impactos da plataforma digital na autoimagem das participantes. A pesquisa constatou que todas as participantes concordaram que esta rede social reforça os estereótipos de gênero e padrões corporais. Além disso, as participantes declararam que frequentemente se compararam com as personalidades do *Instagram* e que consideram essas tais influenciadoras como padrão de corpo ideal a ser seguido. Diante disso, é possível observar que a rede social acaba desencadeando grande impacto na autoimagem e autoestima das mulheres.

O que é reforçado com os achados de Silva (2018), que investigou quais são os efeitos do *Instagram* na imagem corporal de mulheres jovens adultas. A partir de questionários e entrevistas, a autora verificou que, das 15 participantes da pesquisa, 70% da amostra acessa conteúdos referentes à estética e beleza. Outro dado relevante é que 14 das 15 participantes afirmaram que o *Instagram* influencia na percepção da imagem corporal. Já, 80% das participantes, enfatizaram que percebem a insatisfação devido às comparações constantes com influenciadoras digitais e que a plataforma exalta a busca pelo corpo ideal. Sendo assim, os dois estudos apontam que o *Instagram* influencia a percepção que as mulheres têm sobre seu corpo e aparência.

Nas palavras de Vaz e Fernandes (2021), a internalização dos ideais de beleza, propagados pelas redes sociais, que promovem uma generalização das representações dos padrões de beleza, gera em suas usuárias uma contínua busca por conseguirem atingir os mesmos e, concomitantemente a isso, existe uma desconsideração por parte dos usuários das mídias sociais de fatores relativos à individualidade, como os fatores genéticos. Diante do exposto, as redes sociais contribuem com sentimento de frustração em mulheres, visto que, muitas vezes, existe uma diferença considerável entre o que a rede social espalha, como os ideais estéticos a serem seguidos, e a vida das mulheres, que são usuárias das redes sociais.

No entendimento de Abjaude *et al.* (2020), a associação entre redes sociais e os impactos na saúde mental também foi pesquisada. Foi demonstrado que as plataformas digitais, além de suscitarem um modelo de consumo, estimulam os usuários a exporem um pequeno recorte de suas vidas,

ressaltando sempre felicidade, corpo perfeito e sucesso. Há um contraste entre o que é compartilhado nas redes sociais e a vida da maioria dos seus usuários, o que leva a uma sensação de frustração e pode agravar sintomas de ansiedade, depressão e baixa autoestima em usuários que são expostos de forma demasiada nas redes sociais. Além disso, as redes sociais atualmente assumem o papel não só de propagação de padrões de beleza, mas influenciam no comportamento de seus usuários.

Entretanto, Lira *et al.* (2017) testificam a importância de enfatizar que, embora na atualidade as redes sociais influenciam na autoimagem e saúde mental das mulheres, não atuam como um único fator, visto que a imagem corporal e saúde mental dependem de questões multidimensionais para a sua construção e desconstrução. A maioria dos estudos sobre os impactos do *Instagram* na imagem corporal feminina expõe que as influências da rede social no constructo psicológico estão relacionadas à possibilidade de comparação social em larga escala que essa rede social oferece e o fato da plataforma, assim como as mídias analógicas, operarem como reforçadoras de padrões estéticos.

5 .CONSIDERAÇÕES FINAIS

No decorrer deste estudo foi observado que o *Instagram* tem efeito negativo na construção da imagem corporal da mulher, visto que o mesmo propaga padrões de beleza que são inatingíveis para a maioria das usuárias, como também, reforça ideias estéticas que devem ser seguidas. Justificou-se o tema da pesquisa pela relevância de compreender os fatores psicológicos, sociais e culturais envolvidos na imagem corporal da mulher, na busca pelo tão almejado corpo.

Sendo assim, o estudo teve como objetivo geral entender os efeitos causados na imagem corporal e saúde mental das mulheres que usam a rede social. E foi possível observar que existe relação entre níveis de insatisfação da imagem corporal e uso das redes sociais, como o *Instagram*, de acordo com os artigos que estudaram temas semelhantes.

Sobre a imagem corporal, é possível notar que a mesma é um construto psicológico, multidimensional, definido como a percepção que a pessoa tem de si

mesma e que é construída desde a infância da vida, a partir da interação com o outro.

Em relação ao *Instagram*, foi apresentado que os conteúdos que são compartilhados na referida rede, que reforçam ideias de beleza que estão vigentes na sociedade, têm associação com baixa autoestima, distorção da imagem corporal e busca por cirurgias estéticas por parte de muitas usuárias. Além disso, foi constatado que os danos psicológicos causados pelo *Instagram* estão ligados à frustração, à intensificação de ansiedade e depressão, como também, com a intensiva só de transtornos alimentares.

Por mais que este estudo tenha demonstrado os efeitos do *Instagram* na construção da imagem da mulher, por meio dessa revisão bibliográfica narrativa, é essencial enfatizar que a literatura sobre o tema, principalmente no Brasil, ainda é escassa, o que está associado ao fato das redes sociais serem recentes na sociedade. Portanto, é sugerido mais estudos que abordem as relações entre redes sociais e imagem corporal, a fim de aprofundar mais nestas relações e, desse modo, produzir estratégias para conscientizar a população sobre os impactos das redes sociais na vida dos usuários.

REFERÊNCIAS

ABJAUDE, S. A. R. *et al.* Como as Mídias Sociais influenciam na Saúde Mental?. **SMAD**, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português), [S.l.], v. 16, n. 1, p. 1-3, 2020. DOI: 10.11606//issn.1806-6976.smad.2020.0089.

Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/166931>. Acesso em: 20 nov. 2022.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 329-54.

ARAÚJO, Renata Castelo Branco. O sofrimento psíquico na pós-modernidade: uma discussão acerca dos sintomas atuais na clínica psicológica.

Psicologia.pt., o portald do psicólogo. 2010. Disponível em: https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo_licenciatura.php?codigo=TL0311. Acesso em: 20 nov. 2022.

BALTHAZAR, G. S.; MARCELLO, F. A. Corpo, Gênero e imagem: desafios e possibilidades aos estudos feministas em educação. **Rev. Brasileira de**

educação, v. 23, e230047. 23 p., 2018. Disponível:
<https://www.scielo.br/j/rbedu/a/gffD9Y5bvpprPL9rxP73KQF/?format=pdf&lang=pt>.
Acesso em: 17 maio 2022.

CARVALHO, M. A. P. de *et al.* Saúde mental e a visão antropológica: uma abordagem dos transtornos psíquicos sob o enfoque cultural. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 11, n. 1, p. 289-297, 30 jul. 2013. DOI:<http://dx.doi.org/10.5892/ruvrv.2013.111.289297>.

DOURADO, C. D. S. *et al.* *Body, culture and meaning*. **Journal of Human Growth and Development**, v. 28, n. 2, p. 206, 26 jun. 2018.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. A pesquisa científica. *In*: GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. **Métodos de pesquisa**. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.

GONÇALVES, V. O.; MARTÍNEZ, J. P. Imagem corporal de adolescentes: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia. **Comunicação & Informação**, v. 17, n. 2, 15 dez. 2014.

GONÇALVES, F. T. D. *et al.* Imagem corporal feminina e os efeitos sobre a saúde mental: uma revisão bibliográfica sobre a intersecção entre gênero, raça e classe. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 39, p. e2194, 31 jan. 2020.

HERCULANO, L. F. de M. Narcisismo e sofrimento psíquico na contemporaneidade. **Reverie: revista de psicanálise**, p. 142-155, 2018.

LAURINDO, M. R. T. *et al.* Insatisfação corporal e distúrbios de imagem corporal repercutidas a partir de mídias e redes sociais. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar - ISSN 2675-6218**, v. 3, n. 6, p. e361623-e361623, 29 jun. 2022. Disponível em:
<https://doi.org/10.47820/recima21.v3i6.1623>. Acesso em: 30 set. 2022.

LIRA, Ariana Galhardi *et al.* Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Rev. J. Bras Psiquiatria**, v. 66, n. 3. p. 71-164, 2017. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/?format=pdf&lang=pt>. Acesso: 17 maio 2022.

MADUREIRA, M. **Subjetividades e Viagens na Contemporaneidade: agenciamentos e atravessamentos no Instagram**. 250 f. Tese (Doutorado em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social) - Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2020. Disponível em:
http://pos.eicos.psicologia.ufrj.br/wp-content/uploads/Subjetividades_e_Viagens_na_Contemporane.pdf. Acesso em: 2 dez. 2022.

MONTARDO, S. P. *Selfies no Instagram: implicações de uma plataforma na configuração de um objeto de pesquisa*. **Galáxia**, São Paulo, n. 41, p. 169-182, 23maio 2019.

NOVAES, Joana de Vilhena. Ser mulher, ser feia, ser excluída. **Psicologia** [Internet], Lisboa, 2005. Disponível em: <http://www.psicologia.com.pt/artigos/textos/A0237.pdf>. Acesso em: 06 maio 2019.

RODRIGUES, D. da S. D. S. **A influência das mídias sociais na autoimagem da mulher e suas relações no desenvolvimento dos transtornos alimentares**. 45 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) – Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC, Criciúma, 2019. Disponível em: <http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/7153/1/DANIELA%20DA%20SILVA%20DE%20SOUZA%20RODRIGUES.pdf>. Acesso em: 26 set. 2022.

SANTOS, F. dos; RIBEIRO, P. R. M. Que corpo é este? O processo de subjetivação na construção discursiva dos corpos nas redes sociais. **Doxa: Revista Brasileira de Psicologia e Educação**, v. 20, n. 1, p. 52-64, 16 jun. 2018.

SCHILDER, P. **A Imagem do corpo** – As energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes, 1981.

SILVA, M. L. de M. **Espelho, espelho meu: o culto ao corpo e a promoção de ideais de beleza no Instagram e os efeitos sobre a autoimagem corporal das mulheres**. 141 f. Monografia (Bacharelado em Jornalismo) – Universidade de Brasília – UnB, Brasília, 2018. Disponível em: https://bdm.unb.br/bitstream/10483/22037/1/2018_MariaLeticiaDeMeloSilva_tcc.pdf. Acesso em: 19 out. 2022.

SILVA, Ana F. S.; JAPUR, Camila C.; PENAFORTE, Fernanda R. de O. Repercussões das Redes Sociais na Imagem Corporal de Seus Usuários: Revisão Integrativa. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, [S. l.], v. 36, 2021. DOI: 10.1590/0102.3772e36510. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/revistatpp/article/view/22084>. Acesso em: 7 nov. 2022.

SKOPINSKI, Fabiane; RESENDE, Thais de Lima; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Imagem corporal, humor e qualidade de vida. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia** [online]. v. 18, n. 1, p. 95-105, 2015. ISSN 1981-2256. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14006>. Acesso em: 20 nov. 2022.

SOCIEDADE INTERNACIONAL DE CIRURGIA PLÁSTICA ESTÉTICA (ISAPS). Disponível em: <https://www.isaps.org/pt/>. Acesso em: 11 out. 2022.

SOUZA, Márcia Rebeca Rocha de *et al.* Droga de corpo! Imagens e representações do corpo feminino em revistas brasileiras. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 34, n. 2, p. 62-69, 2013.

TAVARES, L. A. T. A depressão como mal-estar contemporâneo: medicalização e(ex)-sistência do sujeito depressivo. **Coleção PROPG Digital** (UNESP), 2010.

VARGAS, E.; GARONCI, E.; VARGAS, A. A influência da mídia na construção da imagem corporal. Artigo de Revisão. **Rev Bras Nutr Clin.**, v. 29, n. 1, p. 73-5, 2014. Disponível em: <http://www.braspen.com.br/home/wp-content/uploads/2016/12/12-A- influencia-da-midia-na-construcao-da-imagem.pdf>. Acesso em: 16 out. 2022.

VAZ, L. C. S.; FERNANDES, N. C. P. V. Redes sociais e as distorções da autoimagem: um olhar atento sobre o impacto que os influenciadores digitais provocam na autoestima das mulheres. **Rev. Anima**, 8 jul. 2021.

VIANNA, C. S. M. Da imagem da mulher imposta pela mídia como uma violação dos direitos humanos. **Revista da Faculdade de Direito UFPR**, v. 43, 2005. ISSN: 0104-3315. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/direito/article/viewFile/6991/4969>. Acesso em: 21 nov. 2022.

VIEIRA, A. G. A. **Instagram**: possíveis influências na construção dos padrões hegemônicos de beleza entre mulheres jovens. 71 f. Monografia (Bacharelado em Psicologia) – Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, Brasília, 2019. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/13440/1/21484866.pdf>. Acesso em: 6 out. 2022.

ZENHA, L. Redes sociais online: o que são as redes sociais e como se organizam? **Caderno de Educação**, n. 49, p. 19-42, 27 mar. 2018.