

IMPLICAÇÕES DOS PADRÕES DE BELEZA DAS MÍDIAS DIGITAIS PARA A SAÚDE DAS MULHERES

Laís Karoline Pereira da Silva¹, Aurineide Sales Moreira², Byanca Teixeira Martins³,
Vilania Vieira da Costa⁴, Sabrina Freitas Nunes⁵, Samara Calixto Gomes⁶

¹ Universidade Regional do Cariri-URCA, (laiskaroline08@gmail.com)

² Universidade Regional do Cariri- URCA, (aurineidesales8@gmail.com)

³ Universidade Regional do Cariri- URCA, (byancaenfer.tm@gmail.com)

⁴ Universidade Regional do Cariri-URCA, (vilaniavieira@gmail.com)

⁵ Universidade Regional do Cariri- URCA, (sabrina2016acop@gmail.com)

⁶ Universidade Regional do Cariri- URCA,(samara.gomes@urca.br)

Resumo

Objetivo: Compreender as implicações dos padrões de beleza nas mídias digitais para a saúde das mulheres. **Método:** Trata-se de uma revisão narrativa de literatura realizada durante o mês de abril de 2021 guiada pela seguinte pergunta norteadora: Quais implicações dos padrões de beleza nas mídias digitais para a saúde das mulheres? A busca ocorreu por meio das Bases de *Dados Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS) e na *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), e no Google Acadêmico, mediante o cruzamento dos Medical Subject Headings (MeSH): “Woman”, “Self Concept”, “Health Risk” e “Internet” utilizando como ferramenta de conexão o operador booleano AND, obtendo como resultado 18 artigos na LILACS, seis na MEDLINE e três no Google Acadêmico, totalizando 27 artigos. Dos 27 artigos encontrados, restaram seis artigos que compuseram o corpus de análise deste estudo. Os dados foram analisados a partir da Análise de Conteúdo e discutidos à luz da literatura pertinente. **Resultados:** Para apresentação dos resultados, as duas categorias desenvolvidas abordam os Impactos para saúde e os Aspectos da influência midiática na autoimagem. Destaca-se, o uso indiscriminado de dietas que não consideram os impactos gerados na saúde de diversos indivíduos. Atualmente, essas medidas são cada vez mais influenciadas pelos meios midiáticos e pessoas com capacidade de persuadir em grande massa. É com essa mesma influência que são manipulados os padrões impostos na sociedade, sobretudo no público feminino. **Considerações Finais:** Pode-se concluir, a partir desse estudo, que a influência midiática pode afetar a vida das mulheres de forma significativa. Onde há mudanças no estilo de vida, na procura por clínicas de estéticas, prevalência do risco de distúrbios alimentares, na autoestima e autoconhecimento, se inserindo em padrões propagados inalcançáveis e errôneos, desestabilizando a saúde mental, física e emocional.

Palavras-chave: Mulher; Autoconceito; Risco de Vida; Internet.

Área Temática: Temas livres.

Modalidade: Trabalho completo

1 INTRODUÇÃO

A preocupação com a autoimagem tem sido uma questão bastante discutida pela sociedade, em especial pelo público feminino. Percebe-se que as mulheres têm buscado incessantemente a “beleza ideal” preconizada pela sociedade contemporânea. As academias de ginástica, as clínicas de estética, os consultórios de dermatologia e de cirurgia plástica estão cada vez mais lotados (DOS SANTOS, 2015).

As formas mais longilíneas tão desejadas pelas mulheres ajudam a compor um referencial de saúde, já que observamos também um crescente aumento das doenças causadas pela obesidade e pelo sedentarismo, que são sempre apontados como forte fator de risco para doenças cardiovasculares e degenerativas (DOS SANTOS, 2015).

Entretanto, para além do objetivo de manter-se saudável, as pessoas têm realizado uma busca excessiva por tratamentos voltados à estética, na pretensão de alcançar o “corpo ideal”, o que leva a casos extremos como os que vêm a público através da mídia. Os casos que se tornam públicos geralmente estão associados a consequências danosas para a saúde em decorrência dos excessos de procedimentos estéticos, sendo mais comum entre mulheres. O conflito entre o corpo real e o corpo ideal, estimula a busca por medidas rápidas e drásticas (MURARI; DORNELES, 2018).

Estudo mostra que as mulheres tornam-se mais insatisfeitas com sua própria aparência e tamanho corporal após entrarem em contato com fotos de mulheres magras. Esse efeito pode ser observado até mesmo em indivíduos muito jovens, uma vez que os desenhos e bonecos atuais, aos quais estes são expostos, exibem silhuetas extremamente irreais. Enquanto a exaltação da magreza pode ser facilmente observada, de forma empírica, nos personagens femininos (GRABE *et al.*, 2008).

A publicidade não vende apenas produtos, mas também comercializa conceitos e estilos de vida, a partir do momento em que utiliza determinadas imagens representativas como modelos de pessoas e padrões de comportamentos (MAIA, 2011).

Assim, é possível observar que, diariamente, a população é bombardeada com mensagens da mídia por meio de diversos canais de comunicação. Considerando que, independente do veículo utilizado, as imagens veiculadas são capazes de afetar negativamente a imagem corporal, ressalta-se a necessidade de estudos sobre esses impactos também em outros aspectos da saúde, tais como a alimentação (LAUS, 2012).

Entender esses aspectos poderá facilitar o trabalho dos profissionais de saúde preparando-os para melhor identificar os pontos críticos da situação atual dos padrões impostos socialmente, possibilitando ainda o desenvolvimento de trabalhos de prevenção e

intervenção em busca da promoção de maior qualidade de vida e das possibilidades de reflexão acerca da aceitação de sua condição. Com isso, o objetivo do trabalho é Compreender as implicações dos padrões de beleza nas mídias digitais para a saúde das mulheres.

2 MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa de literatura realizada durante o mês de abril de 2021 guiada pela seguinte pergunta de pesquisa: Quais implicações dos padrões de beleza das mídias digitais para a saúde das mulheres?

A busca ocorreu por meio das Bases de Dados: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), e no Google Acadêmico, mediante o cruzamento dos *Medical Subject Headings* (MeSH): “*Woman*”, “*Self Concept*”, “*Health Risk*” e “*Internet*” utilizando como ferramenta de conexão o operador booleano AND, obtendo como resultado 18 artigos na LILACS, seis na MEDLINE e três no Google Acadêmico, totalizando 27 artigos.

Para os critérios de inclusão, utilizou-se: disponíveis na íntegra, e no idioma inglês, português e espanhol, estudos que correspondem ao objetivo da temática após análise minuciosa do título, resumo e da íntegra. E para os critérios de exclusão: artigos duplicados e repetidos, obtendo seis artigos para compor o estudo.

Para apresentação dos resultados, foi desenvolvido um formulário pelos autores contemplando as variáveis pertinentes ao delineamento bibliográfico: autor e ano. E para as características dos estudos, criou-se duas categorias para serem discutidas: Impactos para saúde e Aspectos da influência midiática na autoimagem.

Dos 27 artigos encontrados, restaram seis artigos que compuseram o corpus de análise deste estudo. Os dados foram analisados a partir da Análise de Conteúdo e discutidos à luz da literatura pertinente.

Por se tratar de um estudo de revisão, o presente trabalho dispensa aprovação em comitê de ética, no entanto, foram garantidos os princípios éticos legais no tocante aos direitos autorais dos autores analisados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Por meio da análise das pesquisas selecionadas proporcionou-se a elaboração de duas categorias que respondessem ao objetivo do estudo.

Quadro 1. Estudos demonstram os principais impactos causados na saúde e os aspectos da influência midiática na autoimagem.

Autor e ano	Impactos para a saúde	Aspectos da influência midiática na autoimagem
Pinto et al (2020)	O uso de produtos dietéticos e práticas alimentares geram na saúde mental depressão e estresse.	A mídia induz fortemente na prática de controle de peso e desejo de emagrecer para se sentir aceito.
Campos et al (2016)	A intervenção estética e as restrições alimentares excessivas podem, por sua vez, levar a distúrbios alimentares e até mesmo a sintomas psicopatológicos.	As revistas perpetuam um modelo de corpo ideal a ser seguido, gerando nas mulheres o sentimento de culpa por não serem iguais, afetando a autoimagem e modos de se relacionar em sociedade.
Flor et al (2009)	Dietas restritivas e exercícios exagerados causam compulsão alimentar, indisposição, cansaço mental e aumentam crises de ansiedade.	Os meios de comunicação em massa impõe padronização para as pessoas seguirem os estereótipos impostos e fazer as pessoas gastarem dinheiro para ir à academia, realizar lipoaspiração, fazer dieta e comprar cosméticos caros.
Godoi (2011)	A lipofobia e a obsessão em ser magro podem produzir medos prejudiciais de engordar e causar problemas psicológicos e distúrbios alimentares.	A mídia enfatizou e enfatiza que a beleza provém de um corpo magro fazendo com que discriminem o corpo gordo e sintam repugnância pela imagem refletida no espelho.

Cristóbal et al (2020)	Desnutrição e risco de morte.	A influência midiática causa frustração com o peso e o sentimento de ineficácia e insatisfação corporal, recorrendo a tratamentos estéticos e práticas alimentares.
Souto; Bucher (2006)	Transtornos alimentares: anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de comer compulsivo.	A pressão que os padrões impostos exercem nas mulheres são os sentimentos de não aceitação do corpo, excesso de peso imaginário, preocupação e medo da obesidade.

Como resultados principais abordados no estudo, destaca-se o uso indiscriminado de dietas que não consideram os impactos gerados na saúde de diversos indivíduos. Atualmente, essas medidas são cada vez mais influenciadas pelos meios midiáticos e pessoas com capacidade de persuadir em grande massa. É com essa mesma influência que são manipulados os padrões impostos na sociedade, sobretudo o público feminino. Dessa forma para melhor exposição das informações, foram separadas da seguinte forma: Impactos para saúde e aspectos da influência midiática na autoimagem.

Impactos para a saúde

Os estudos apresentados nesta categoria, abordam os efeitos patológicos decorrentes da necessidade de alcançar o padrão de beleza que está cada vez mais exigente. A busca por um corpo magro vai além de um ideal de saúde passando a ser um status social, na medida que essa imagem é constantemente mostrada por atrizes e profissionais como *personal trainer* que elaboram treinos para serem realizados no ambiente da academia. Afastando-se da busca pela saúde e visando a ostentação de um corpo magro e definido, obedecendo o padrão ditado pela mídia, e fazendo com que muitas mulheres desenvolvam problemas com o uso de dietas restritivas e os exercícios exagerados como a compulsão alimentar, indisposição, cansaço mental e aumento de crises de ansiedade (FLOR *et al.*,2009).

Com isso, pode-se observar que a divulgação ao corpo dentro dos padrões impostos, causa grande impacto sobre a vida de muitas mulheres, e também a influência familiar, de parceiros, amigos e da sociedade em geral influencia na decisão dessas mulheres a realizar práticas desapropriadas que coloca em risco sua saúde tanto física como psicológica, ocasionando depressão e estresse, necessitando de apoio psicológico (PINTO *et al.*, 2020).

Conforme Campos *et al.* (2016) as maneiras em que são apresentadas nas revistas em relação ao indivíduo obeso ou gordo, dar sentido de fracasso e outros adjetivos de perdedor e sempre privilegiando o corpo magro. Mais uma questão a destacar-se, é a exacerbação com que são exibidos esses corpos com ideais impossíveis de serem alcançados, por meio de dietas ou intervenções estéticas que não terão o efeito desejado, e por sua vez geram em muitas mulheres distúrbios alimentares e sintomas psicopatológicos que podem gerar consequências na sua saúde.

Assim, percebe-se que esses padrões são mais cobrados ao público feminino, que são exigidos cotidianamente por diversos âmbitos sociais e que podem desenvolver nas mulheres transtornos alimentares como anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de comer compulsivo (SOUTO *et al.*, 2006). Dessa forma vê-se que a indústria da dieta pouco se importa com a saúde dos indivíduos que usufruem dessas medidas, a mesma tem o lucro como foco principal. Não recuam em repassar informações que não agregam ao público, com isso em especial as mulheres tentam cada vez mais ser parte do grupo que possui o biotipo valorizado, sem perceber os danos causados à saúde, como a lipofobia a obsessão de ser magra pode desenvolver esses distúrbios alimentares (GODOI, 2011).

Enfim, segundo Cristobal *et al.* (2020) os hábitos de um indivíduo enquanto jovem têm grande impacto em sua vida adulta, esses hábitos devem visar uma boa qualidade de vida. O controle de peso em grande importância para minimizar riscos e agravos de doenças posteriormente, contudo a preocupação em ser magro desde muito cedo pode acarretar em grandes alterações da percepção, desnutrição e risco de morte para os jovens, bem como transtornos alimentares, sendo assim é necessário a execução de programas de prevenção para evitar os distúrbios e proporcionar melhores hábitos de alimentação saudável.

Aspectos da influência midiática na autoimagem

Esta categoria, aborda os desdobramentos da influência da mídia na imagem corporal de muitas mulheres. Segundo as pesquisas realizadas, identificou-se que a insatisfação com o corpo é percebida desde cedo, e a importância de seguir os padrões de beleza também, visto

ainda que a percepção de qualquer coisa que desagrade no corpo é sempre relacionada a sentimentos negativos deixando-as insatisfeitas com o que veem, mas quando conseguem resolver através de algum procedimento estético é sempre visto como algo positivo (SOUTO; BUCHER, 2006).

Pinto *et al.* (2020) relata o anseio por esses padrões e essa aceitação do corpo é tão grande que muitas mulheres se submetem a procedimentos sem o acompanhamento adequado e mudam seu corpo para se sentirem bem, recorrem ao uso de produtos dietéticos e dietas restritivas para controle de peso, mas acabam sujeitas a problemas sérios. Dessa forma, é bastante comum encontrar mulheres adotando técnicas desapropriadas em busca de um corpo perfeito, e de forma imediata adotam tratamentos ineficazes por influência de modelos estéticos corporais porque estão insatisfeitas com a aparência (CRISTÓBAL *et al.*, 2020).

Pode-se observar que a aceitação do corpo para algumas mulheres é um grande problema, a importância aos padrões estéticos é evidente em suas vidas. Contudo, a busca da perfeição tem gerado nas mulheres sentimentos atônitos pois, o destaque para os novos parâmetros de beleza tem-se feito presente em muitas discussões. Com isso, o impasse de comer ou não comer, de malhar ou ficar em casa, de fazer ou não o procedimento estético, são objeções que têm trazido inquietação a vida das mulheres que sofrem com esses problemas (GODOI, 2011).

Entretanto a busca pelo corpo ideal tornou-se prioridade na sociedade moderna sendo evidenciada pelo crescimento das indústrias de cosméticos, cirurgias plásticas e academias, a visão que a mídia exhibe da beleza são os corpos magros e bem torneados, além dos seios e do bumbum volumosos, e é esse padrão que as mulheres procuram no espelho para estarem bem consigo e com a sociedade (FLOR, 2009).

Contudo é possível notar ainda, que as mídias sociais não trazem apenas um padrão de beleza a ser seguido, mas também a idealização do feminino. Mulheres devem estar sempre dentro dos padrões do que é considerado bonito na cultura contemporânea, cabelos perfeitamente lisos, ausência de qualquer marca na pele, alternando expressões de felicidade e sensualidade e serem bem sucedidas. Com isso as mulheres criam a ilusão de que todas devem seguir esses padrões e buscam de todas formas construir essa imagem para se sentirem bem. Com isso é fundamental o aprofundamento e as reflexões sobre a visão que é passada do corpo ideal (CAMPOS *et al.*, 2016).

4 CONCLUSÃO

Nota-se que o período a qual estamos vivenciando em nossa sociedade, no qual os valores materiais e estéticos predominam na vida como regras e práticas de vida a serem seguidas excessivamente. As mídias digitais influem no desenvolvimento de normas de comportamento e nos padrões de beleza, associada a patologia da modernidade. Ambas com objetivo de cunhos lucrativos.

É perceptível que, a busca por procedimentos estéticos invasivos ou não invasivos que mude o corpo de acordo com os padrões tem aumentado cada vez mais a cada dia que passa, a Corpolatria, é normal em até quem já possui um corpo perfeito perante a sociedade.

O bombardeamento difundido pela mídia e essa propagação da indústria da beleza têm como efeito doenças crônicas que vão dos distúrbios alimentares até transtornos psicológicos, uma vez que o autoritarismo voltado aos paradigmas de beleza impostos deixa nossa sociedade alucinada diante de tanta exigência. Esse enaltecimento da estética e comercialização de bens supérfluos transforma as identidades, a autoimagem e a autoestima.

Pode-se concluir, a partir desse estudo, que a influência midiática pode afetar a vida das mulheres de forma significativa. Onde há mudanças no estilo de vida, na procura por clínica de estéticas, prevalência do risco de distúrbios alimentares, na autoestima e autoconhecimento, se inserindo em padrões propagados inalcançáveis e errôneos, desestabilizando a saúde mental, física e emocional.

REFERÊNCIAS

DOS SANTOS, B. L. S. A beleza contemporânea, o papel da mídia na veiculação de padrões e possíveis relações com o sofrimento mental da mulher. 2015.

MURARI, K. S.; DORNELES, P. P. Uma Revisão Acerca do Padrão de Autoimagem em Adolescentes. **Revista Perspectiva: Ciência e Saúde**. v.3, n.1, p. 155-168, 2018. Disponível em:

<https://www.researchgate.net/publication/324262536_UMA_REVISAO_ACERCA_DO_PADRAO_DE_AUTOIMAGEM_EM_ADOLESCENTES>. Acesso em: 17, jun. 2021.

GRABE, S., Ward, L. M., & Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134, 430-476.

MAIA, G.C. CONSUMO, MÍDIA E BELEZA. A MÍDIA COMO MEDIADORA DE PADRÕES DE COMPORTAMENTOS FEMININOS. 2011. Trabalho de Conclusão de Curso (GRADUAÇÃO EM COMUNICAÇÃO SOCIAL HABILITAÇÃO EM PUBLICIDADE E PROPAGANDA) - FACULDADE 7 DE SETEMBRO, [S. l.], 2011.

LAUS, M. F. Influência do padrão de beleza veiculado pela mídia na satisfação corporal e escolha alimentar dos adultos. 2012. Tese (Doutorado em Psicobiologia) - Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, [S. l.], 2013.

SOUTO, S; BUCHER, J. L. N. F. Práticas indiscriminadas de dietas de emagrecimento e o desenvolvimento de transtornos alimentares1. **Revista de Nutrição**, Campinas, p. 694-704, 19 jun. 2006.

CRISTÓBAL, R. V *et al.* Imagen corporal. **Nutrición Hospitalaria**, [S. l.], p. 27-35, 28 jan. 2013.

GODOI, M. R. Corpos femininos volumosos e estética: discursos contra-hegemônicos sobre beleza em blogs na internet. **Movimento**, Alegre, v. 17, p. 153-173, 1 jul. 2011.

FLOR, G. CORPO, MÍDIA E STATUS SOCIAL: reflexões sobre os padrões de beleza. **Rev. Estud. Comun**, Curitiba, v. 10, p. 267-274, 17 set. 2009.

CAMPOS, M. T. A. Corpo-vitrine, ser mulher e saúde: produção de sentidos nas capas da Revista Boa Forma. **Demetra: alimentação, nutrição & saúde**, [S. l.], p. 611-628, 11 mar. 2016.

PINTO, L.S *et al.* Representações Sociais de Beleza e de Saúde entre Mulheres com Obesidade. **Psicologia Argumentos**, [S. l.], p. 290-315, 28 abr. 2020.