



Redes sociais virtuais, satisfação corporal e práticas corporais: um estudo com jovens adultos

Virtual social networks, body satisfaction and body practices: a study with young adults

Karen Angélica Seitenfus¹, Brígido Vizeu Camargo¹, Ana Maria Justo¹, Anderson da Silveira¹

¹ Departamento de Psicologia, Programa de Pós-graduação em Psicologia (Doutorado), Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis (SC), Brasil.

*Autor correspondente: Karen Angélica Steinfus – Email: karen.seitenfus@gmail.com

Recebido em Setembro 14, 2022

Aceito em Novembro 09, 2022

RESUMO

Trata-se de uma pesquisa realizada a partir de uma perspectiva psicossocial, que buscou relacionar a satisfação corporal de jovens adultos com suas práticas corporais e o uso que fazem de redes sociais virtuais. Participaram do estudo 207 jovens, que responderam um questionário *online* autoaplicado, cujas respostas foram tratadas com estatística descritiva e inferencial. Os resultados indicaram que a satisfação corporal é mais presente entre os praticantes de atividades físicas, e, em contrapartida, observou-se menor satisfação corporal entre os participantes mais aderentes a dietas e cirurgias plásticas estéticas. Algumas práticas corporais encontraram associação estatística significativa com o uso das redes sociais virtuais: praticantes de atividade física as acessam por menor tempo diário e visualizam conteúdos alusivos à saúde; dietas e cirurgias plásticas estão associadas ao maior acesso a conteúdos de influenciadores digitais. Assim, a satisfação corporal e a forma como jovens utilizam redes sociais virtuais podem ter influência sobre suas práticas corporais.

Palavras-chave: Imagem corporal. Representações Sociais. Redes sociais online.

ABSTRACT

This was a study conducted from a psychosocial perspective, which sought to relate the body satisfaction of young adults with their body practices and the use they make of virtual social networks. Participants were 207 young people who answered a self-administered online questionnaire, whose responses were treated using descriptive and inferential statistics. Body satisfaction was more present among practitioners of physical activities, and, on the other hand, low body satisfaction was observed among participants more adherent to diets and aesthetic plastic surgeries. Some bodily practices were significantly associated with the use of virtual social networks: practitioners of physical activity access them for less time daily and view content alluding to health; diets and plastic surgery are associated with greater access to content from digital influencers. Thus, body satisfaction and the way young people use virtual social networks can influence their body practices.

Keywords: Body image. Social Representations. Online social networks.

INTRODUÇÃO

O corpo é o objeto que está situado no limite entre o individual e o social¹. Toda a compreensão humana do mundo passa, necessariamente, pelo corpo, instrumento que garante a mediação entre o indivíduo e o ambiente. Nos humanos, o corpo intermedia as relações sociais², ele não é inteiramente individual, nem inteiramente social, mas o resultado da

construção simbólica carregada de traços normativos que definem padrões referentes ao cuidado, embelezamento, manutenção da saúde física e outras práticas corporais influenciadas pela cultura³. Em síntese, é na trama entre o individual e o social, biológico e cultural que o corpo humano é esculpido.

A imagem corporal é um fenômeno que se caracteriza por sua subjetividade. Apesar da mídia estipular padrões corporais normativos, para o sujeito a imagem corporal é construída incluindo todos os aspectos pelos quais vivencia o corpo e o define: físico, mental, emocional⁴. É como um desenho criado pela mente sobre si, memória e identidade do corpo. A imagem corporal é o resultado de todas as experiências e noções do indivíduo, sentimentos, atitudes, memórias, enfim, o que ele acumulou em relação ao próprio corpo e como ele se vê, o que inclui figurações e representações sociais⁵. Nesse sentido, um indivíduo pode ter uma autoimagem corporal diferente daquela objetivamente constituída pelo índice de massa corporal (IMC).

Ainda que ocorram no âmbito privado, os significados atribuídos às experiências corporais são construídos socialmente. Ao longo da história, o corpo foi o receptáculo de valores e das identidades culturais dos grupos, que demarcaram diferentes formas de se vestir, se banhar, se exercitar etc. Em cada época e cultura surgem imagens e consensos coletivos sobre os atributos requisitados para definir qual o tamanho, peso e proporção de um corpo considerado ideal. Na atualidade, tais definições são veiculadas pelos meios de comunicação, por meio de propagandas que sinalizam aos espectadores os padrões de um corpo ideal⁶⁻⁷. Entre os meios de comunicação contemporâneos, as redes sociais virtuais constituem-se em espaços de grande propagação de padrões corporais, influenciando sobretudo a população mais jovem⁸.

Estudos sobre jovens e uso de redes sociais virtuais têm mostrado que as pessoas de 18 a 25 anos, os chamados jovens adultos⁹, são a geração mais exposta às redes sociais virtuais¹⁰. Esse grupo etário costuma atribuir maior importância sobre a avaliação do outro sobre sua imagem corporal e demonstrar maior nível de insatisfação corporal, quando comparado com grupos etários de maior idade¹¹. Diversos estudos têm confirmado a existência de uma relação entre o uso de mídias – incluindo o uso das redes sociais virtuais – e sua influência na autoimagem e questões relativas ao corpo entre adolescentes e jovens⁶⁻⁷. O uso das redes sociais virtuais têm modulado uma subjetividade cada vez mais exteriorizada, projetada na busca de aceitação e aprovação. Há indicações da existência de grande insatisfação corporal de estudantes universitários diante da exposição à mídia e às redes sociais virtuais⁸.

Utilizou-se como base teórica para esta pesquisa a Teoria das Representações Sociais (TRS)¹². A partir dessa teoria é possível compreender como os saberes consensuais, elaborados pelos indivíduos a partir de suas relações sociais, influenciam na satisfação corporal e nas práticas de cuidado com o corpo, uma vez que as representações sociais (RS) se revelam como guias para as ações em relação ao mundo e aos outros¹³. Desde a década de 1960, estudos conduzidos na França por Denise Jodelet² têm demonstrado que o corpo se constitui em tema privilegiado para a pesquisa sobre representações sociais. As representações sociais estão implicadas na elaboração do conhecimento coletivo de ver e viver o corpo, difundindo modelos e comportamentos a ele relacionados³.

Compreender as práticas e os cuidados corporais a partir de uma perspectiva psicossocial junto à população jovem é importante, pois há indícios de que esta é uma população muito exposta às pressões normativas em relação ao corpo¹¹. Diante da grande utilização das redes sociais virtuais pelos jovens, e indícios de que essa utilização possa afetar a imagem corporal, o objetivo desta pesquisa foi relacionar o uso de redes sociais virtuais pelos jovens com sua satisfação corporal e com práticas relacionadas ao corpo.

METODOLOGIA

CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO, LOCAL E CONTATO

Trata-se de um estudo de observação indireta de caráter quantitativo, corte transversal e amostra não-probabilística, que utilizou medidas de associação (qui-quadrado) para verificar a existência de associação entre as variáveis nominais das seguintes categorias de análise: a) satisfação corporal de jovens adultos, b) práticas relativas ao corpo e c) o uso que fazem de redes sociais virtuais.

A coleta de dados foi realizada de julho a novembro de 2021, com jovens matriculados em Instituições Federais de Ensino Superior localizadas no Estado de Santa Catarina. A seleção dessas instituições justifica-se por sua grande capilaridade e heterogeneidade, tanto em questão de cursos oferecidos, quanto de nível socioeconômico dos acadêmicos.

Inicialmente foi realizado o contato com as instituições e, mediante autorização, os alunos foram contatados via *e-mail* institucional e convites realizados pelos professores em sala de aula solicitando a participação na pesquisa, atendendo as diretrizes éticas (aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos sob parecer número 4.705.550).

INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

Os dados foram coletados por meio de questões fechadas de um questionário individual autoaplicado online, hospedado no *Google Forms*, contendo itens para caracterização sociodemográfica dos participantes e dados antropométricos (peso e altura para cálculo do IMC).

O instrumento incluía ainda uma Escala de cuidados com corpo e controle da aparência, de tipo Likert de 6 pontos, construída pelos autores deste artigo, para avaliar a ênfase nos cuidados com o corpo e o controle da aparência a partir de três dimensões: ênfase no indivíduo, ênfase no social e ênfase na interação em redes sociais virtuais. A partir das respostas dos participantes, foi realizado o cálculo da média dos resultados de cada uma das dimensões. Considerando que o ponto médio da escala era 3,5, os escores igual ou acima do ponto médio indicavam maior influência do cuidado voltado à apresentação ao outro (Exemplo: deixar de publicar uma foto nas redes sociais por preocupações com a aparência). Em contrapartida, os escores abaixo de 3,5 indicavam que os cuidados corporais eram mais influenciados por aspectos individuais (Exemplo: cuidar da aparência por prazer pessoal). Os itens desta escala podem ser visualizados na seção de resultados, na Tabela 1.

Os participantes também responderam itens de múltipla escolha sobre práticas relativas ao corpo (intenção de realizar cirurgia plástica estética, já ter feito dieta e praticar exercícios físicos); uma questão sobre a satisfação corporal; e questões de múltipla escolha sobre uso de redes sociais virtuais (redes acessadas, tipo de conteúdo que costuma acessar nessas redes e tempo diário de uso).

PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS

Os dados relativos às variáveis de caracterização da amostra e demais variáveis do estudo foram inicialmente submetidos à análise estatística descritiva (frequência, média, desvio padrão). Com a finalidade de identificar relações entre variáveis categóricas (de caracterização, de satisfação, práticas corporais e acesso a conteúdos em redes sociais) foi utilizado o teste de associação de *Qui-quadrado* em conjunto com o *V de Cramer*, para avaliar a força de associação entre as variáveis.

Os dados derivados dos escores da Escala de cuidados com corpo e controle da aparência foram analisados por meio de estatística descritiva (média e desvio dos scores) e foi

utilizado o teste de *Shapiro-Wilk* para determinar a normalidade na distribuição. O teste não paramétrico de *Kruskal-Wallis* foi utilizado para fazer a comparação pareada (*Pairwise comparisons*) entre os resultados da Escala de cuidados com corpo e controle da aparência e os itens que mediram a avaliação da satisfação corporal e a prática de dietas dos participantes. A comparação entre os itens da Escala de cuidados com corpo e controle da aparência e a intenção de realizar cirurgia plásticas e também o tempo de uso diário das redes sociais foi realizada utilizando-se *U de Mann-Whitney*.

Todas as análises foram realizadas com o auxílio do *software* Jamovi (versão 2.2.5).

RESULTADOS

CARACTERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES

Participaram da pesquisa 207 jovens adultos universitários. Destes, 68,1% eram do gênero feminino, 29% do gênero masculino e 2,9% não-binários. A idade variou entre 18 e 25 anos, (média= 21 anos; DP = 2,03). Com relação à raça/cor, 81,6% dos participantes se declararam brancos, 8,2% escolheram a opção outra, seguidos de 7,7% negros e 2,4% amarelos. A maioria (96,1%) dos participantes não declarou ter deficiência ou condição atípica. Com relação aos cursos frequentados foi possível verificar heterogeneidade entre os respondentes: 31% dos participantes eram acadêmicos da área da Educação (licenciaturas em geral); 21,8% eram acadêmicos da área Agropecuária (Agronomia e Veterinária); 13,1% da área da Saúde (Enfermagem, Medicina, Psicologia); 10,7% da área de Tecnologia (Ciência da Computação, Análise de Sistemas, Engenharia da Computação e afins); 9,7% da área de Engenharias (Eletrônica, Mecânica e outras); 6,8% de outros cursos (Direito, Logística, Turismo) e 6,3% da área do Design (Gráfico, de Produto, de Moda).

A partir das medidas antropométricas autoatribuídas pelos participantes foi calculado o IMC, que apresentou uma média de 24 (DP = 4,78) e variou entre 16,8 e 46,7. A maioria dos participantes (61,4%) teve o índice considerado dentro dos parâmetros eutróficos, indicados como ideais pela Organização Mundial da Saúde (OMS)¹⁴, enquanto 31,4% encontravam-se no índice considerado acima do ideal (19,8% sobrepeso, 11,6% obesidade) e 7,2% encontravam-se no índice considerado como baixo-peso.

SATISFAÇÃO CORPORAL

Quando questionados sobre a satisfação em relação ao próprio corpo, 44,9% dos participantes manifestaram estar satisfeitos ou muito satisfeitos, enquanto 40,5% indicaram estarem insatisfeitos ou pouco satisfeitos. Já 14,5% manifestaram neutralidade, dizendo não estar nem satisfeitos, nem insatisfeitos.

A satisfação corporal apresentou-se estatisticamente associada ao IMC ($\chi^2=24,1$; $p<0,001$; $V_{\text{cramer}}= 0,241$). Metade das pessoas obesas e 68,3% das pessoas com sobrepeso manifestaram-se insatisfeitas com o corpo, ao contrário das pessoas eutróficas e com baixo peso, das quais 30,7% e 33,3%, respectivamente, manifestaram insatisfação. Em resumo, observou-se uma relação estatística significativa entre o IMC alto e a insatisfação com o próprio corpo. Estatisticamente, não foram encontradas relações significativas da satisfação corporal com outras variáveis da pesquisa.

PRÁTICAS EM RELAÇÃO AO CORPO

Os participantes foram questionados quanto às práticas com o corpo: realização de dietas, prática de exercícios físicos e cirurgias plásticas com fins estéticos. Tais respostas foram relacionadas estatisticamente com as variáveis de caracterização dos participantes e com a satisfação corporal. Como resultado foram encontradas associações dessas práticas com as variáveis gênero, relacionamento, renda e IMC. Embora os resultados do V de Cramer indicaram que a força de associação entre as variáveis foi fraca, foram encontradas associações estatísticas significativas da satisfação corporal com todas as três práticas relativas ao corpo, descritas a seguir. As associações entre variáveis de caracterização dos participantes, a satisfação corporal, e as práticas em relação ao corpo podem ser visualizadas na Figura 1.

Quanto à realização de cirurgias plásticas para mudanças estéticas, apenas 5,8% dos participantes indicaram já ter realizado. No entanto, 32,9% informaram que pretendem realizar algum tipo de procedimento no futuro. Embora a maioria indicou não ter pretensão de realizar cirurgias plásticas, foi significativo o aumento do percentual de participantes com a intenção de realizar cirurgias em comparação com os que já realizaram. Entre os que demonstraram intenção de realizar cirurgia plástica, os resultados indicaram associação estatística com o público feminino e pessoas insatisfeitas com o corpo (Figura 1).

A dieta foi a prática corporal com maior adesão dentre os participantes. A maioria deles (58%) informou que já realizou dieta ao menos uma vez, sendo que 22,2% realizaram tal prática muitas vezes. Os participantes que mais realizaram dietas foram as mulheres, pessoas que possuem parceiros amorosos, pessoas com maior IMC e pessoas insatisfeitas com o próprio corpo (Figura 1).

No que se refere à prática de exercícios físicos, 49,8% dos participantes afirmaram realizar atividade física regularmente (no mínimo duas vezes por semana), 24,6% praticavam esporadicamente e 25,6% não praticavam. Observou-se que a prática regular de atividade física está mais relacionada aos participantes com maior renda, com IMC eutrófico e pessoas que manifestaram maior satisfação corporal (Figura 1).

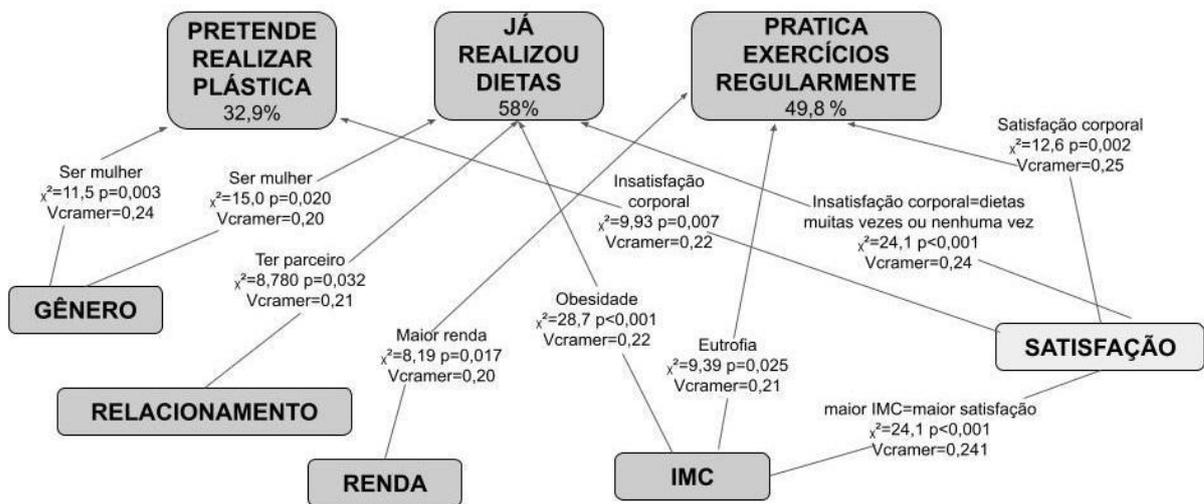


Figura 1. Relações entre variáveis, satisfação corporal e práticas com relação ao corpo. Fonte: elaborada pelos autores a partir dos dados brutos.

CUIDADOS COM O CORPO E CONTROLE DA APARÊNCIA

A partir dos resultados dos itens relacionados às respostas dos participantes à Escala de cuidados com o corpo e controle da aparência, foi possível observar que a média geral dos escores de concordância com os itens das três ênfases foi de 3,18. Tal resultado, logo abaixo do ponto médio, sugere que a ênfase dos cuidados corporais e aparência dos participantes era mais influenciada por aspectos individuais do que para agradar ao outro (Tabela 1).

Tabela 1. Escala de cuidados com o corpo e controle da aparência

Item	Média*	D.P.
Ênfase no indivíduo – Shapiro-Wilk p= < 0,001	2,34	0,95
Se eu cuido da minha aparência é primeiramente por prazer pessoal	2,01	1,07
Se eu cuido da minha aparência, é por dignidade e respeito por mim mesmo	1,93	1,11
Eu gosto do meu corpo no seu estado mais natural	3,07	1,49
Ênfase no social – Shapiro-Wilk p= 0,001	3,31	1,19
É necessário cuidar da minha aparência por respeito aos outros	1,96	1,32
Apresentar-me bem é um meio de ser aceito pelos outros	3,88	1,60
Cuidar da minha aparência facilita a relação com as outras pessoas	4,08	1,53
Ênfase na interação em redes sociais virtuais – Shapiro-Wilk p < 0,001	3,90	1,20
Eu cuido da minha aparência para causar boa impressão nas fotos e selfies que eu publico em redes sociais virtuais	2,99	1,44
Já deixei de publicar fotografias em redes sociais virtuais porque não fiquei satisfeito(a) com a minha aparência	4,81	1,51
Fico feliz se recebo muitos likes quando publico selfies ou fotos do meu corpo	3,90	1,62
Escala global (todas as ênfases) – Shapiro-Wilk p= 0,143	3,18	0,83

*Legenda: Ponto médio da escala = 3,5; Quando a Média for $\leq 3,5$ indica maior influência individual; quando a Média $> 3,5$ indica influência Social)

Analisando cada uma das ênfases apresentadas na Tabela 1, observou-se que a média obtida na “ênfase no indivíduo” foi a menor dentre as três, seguida pela “ênfase no social”, ambas com valor abaixo do ponto médio. Os itens com “ênfase no uso de redes sociais virtuais” foram os que apresentaram os escores mais altos das três dimensões, e a média acima do ponto médio. Esse resultado sugere que o uso das redes sociais virtuais torna mais saliente a influência do olhar do outro em relação ao cuidado corporal dos participantes. Esta última é a dimensão que mais nos interessa neste estudo, por isso, foi relacionada com a satisfação corporal e com as práticas voltadas ao corpo a fim de verificar se existem relações entre elas. Foi encontrada relação com a intenção de realizar cirurgia plástica e com a adesão às dietas, além de diferenças significativas no tangente à satisfação corporal relacionada à dimensão de cuidados com ênfase no uso das redes sociais.

A comparação pareada (*Pairwise comparisons*) demonstrou a existência de uma diferença significativa de escore de cuidados com o corpo e aparência relativos ao uso de redes sociais virtuais entre o grupo satisfeito com o corpo e o insatisfeito (W de *Kruskal-Wallis* = 3,607; $p = 0,029$). Ou seja, o grupo de participantes definido como insatisfeito apresentou maior escore de cuidados com o corpo e aparência relativos ao uso de redes sociais virtuais.

Quanto à realização de dietas em relação aos cuidados com o corpo e aparência com ênfase no uso de redes sociais virtuais, a comparação pareada mostra diferença significativa entre o grupo que nunca fez dieta e o que fez dieta muitas vezes (W de *Kruskal-Wallis* = -4,211; $p = 0,015$), o que aponta a adesão às dietas relacionadas à apresentação em redes sociais.

Foi possível observar que o grupo que tinha intenção de realizar cirurgia plástica apresentou escores maiores ($M = 4,51$) em relação a cuidados do corpo com ênfase no uso de redes sociais virtuais do que o grupo que não tinha intenção de realizar cirurgia plástica ($M = 3,60$) (U de *Mann-Whitney* = 2,586, $gl = 146$, e $p < 0,001$). É notável a grande diferença de médias entre os grupos, com os escores mais altos no grupo que pretende realizar cirurgias plásticas. Isso mostra maior propensão à realização de cirurgias plásticas vinculada à exposição nas redes sociais virtuais.

USO DAS REDES SOCIAIS VIRTUAIS

Além das perguntas sobre corpo, os participantes também responderam questões a respeito de redes sociais virtuais e seu uso. Todos os participantes eram cadastrados em, ao menos, uma rede social virtual. A rede mais popular entre participantes foi o *Instagram*, na qual 91,3% dos participantes tinham conta, e era a mais utilizada por 56,5% deles. Em seguida, em número de cadastrados apareceram o *YouTube* (74,9% dos participantes) e o *Facebook* (70% dos participantes tinham cadastro, mas apenas 4,8% indicaram como mais utilizada). Como principal motivo para acesso às redes sociais virtuais, 75,4% dos participantes apontaram o lazer/entretenimento. Em seguida, comunicação (11,6%), notícias/informações (6,3%), estudo/trabalho (3,4%), atualizações de famosos (1%) e outros (2,5%).

Quanto ao tempo de uso diário, 58% dos participantes acessavam redes sociais virtuais menos de três horas diárias, enquanto 42% deles acessavam mais de três horas por dia. O tempo de acesso diário a estas redes encontrou-se relacionado com os cuidados com o corpo e aparência, especificamente na escala referente aos itens que indicam o uso de redes sociais virtuais. Esta dimensão apresentou diferenças estatisticamente significativas entre o grupo dos que acessavam redes sociais virtuais por mais de três horas diárias ($M = 4,14$; $DP = 1,77$) e o grupo que acessava por menos de três horas diárias ($M = 3,73$; $DP = 1,17$). A diferença de média entre ambos foi de -0,33, cujo U de *Mann-Whitney* foi igual a 4,134, o grau de liberdade 186, e $P = 0,010$. O escore mais alto do grupo que utilizava redes sociais por mais tempo diário indica que, quanto mais tempo acessando estas redes, mais o cuidado e controle com o corpo e

aparência relacionados ao uso de redes sociais virtuais está voltado ao atendimento da norma social.

Ao associar o tempo diário de acesso com as práticas, foi encontrada associação estatisticamente significativa com a atividade física ($\chi^2=8,40$ $p=0,004$; $V_{cramer} = 0,197$). As pessoas que passavam mais tempo acessando redes sociais eram, em sua maioria, as que menos praticavam atividade física. Dos que acessavam essas redes por menos que três horas diárias, 58,3% praticavam atividade física periodicamente, em contrapartida, 62,1% dos participantes que acessavam as redes por mais de três horas diárias, informaram prática esporádica ou inexistente.

RELAÇÃO ENTRE SATISFAÇÃO CORPORAL, PRÁTICAS CORPORAIS E ACESSO A CONTEÚDO EM REDES SOCIAIS VIRTUAIS

Neste tópico, apresentam-se relacionadas as práticas corporais e a satisfação corporal dos participantes, com os conteúdos tocantes a corpo que estes indicaram acessar nas redes sociais virtuais. Conforme pode ser visualizado na Figura 2, as pessoas com maior satisfação corporal tenderam a acessar mais conteúdos sobre beleza. De forma mais específica, 59,3% dos participantes que acessavam conteúdos sobre beleza estavam satisfeitos com o corpo, enquanto apenas 39,9% dos que não acessavam este tipo de conteúdo estavam satisfeitos. A satisfação corporal encontrou-se também relacionada ao acesso a conteúdo *fitness* e de atividade física, sendo mais acessado pelas pessoas insatisfeitas (das pessoas que acessavam este tipo de conteúdo, 54,2% declararam-se insatisfeitas, 40,7% satisfeitas e 5,1% neutras).

Quanto às práticas corporais, os resultados indicaram que a intenção em realizar cirurgia plástica foi mais saliente em participantes que acessavam conteúdo de influenciadores digitais. A realização de dietas foi a prática em que se verificou maior associação com o acesso a conteúdos nas redes sociais virtuais. Os participantes que adotavam práticas de dieta costumavam acessar conteúdo de influenciadores digitais, conteúdos *fitness*/atividade física; bem-estar; alimentação/nutrição e moda. A prática de exercícios físicos foi associada ao acesso aos conteúdos *fitness*/atividade física; alimentação/nutrição; e saúde. Dentre quem acessava esses três conteúdos, foi maior o número dos que praticavam atividades físicas periodicamente (79,7%; 60,6% e 60,0%, respectivamente) do que dentre os que não os acessavam.

A atividade física diferenciou-se das demais práticas com relação ao acesso de conteúdos em redes sociais virtuais, por ser a única associada ao acesso ao conteúdo saúde

(além de alimentação/nutrição e *fitness*/atividade física, que também podem ser voltados à saúde), enquanto as outras duas práticas (plásticas e dieta) encontraram relação estatística com acesso a conteúdo de influenciadores digitais.

Os resultados das relações estatisticamente significativas podem ser verificados na Figura 2.

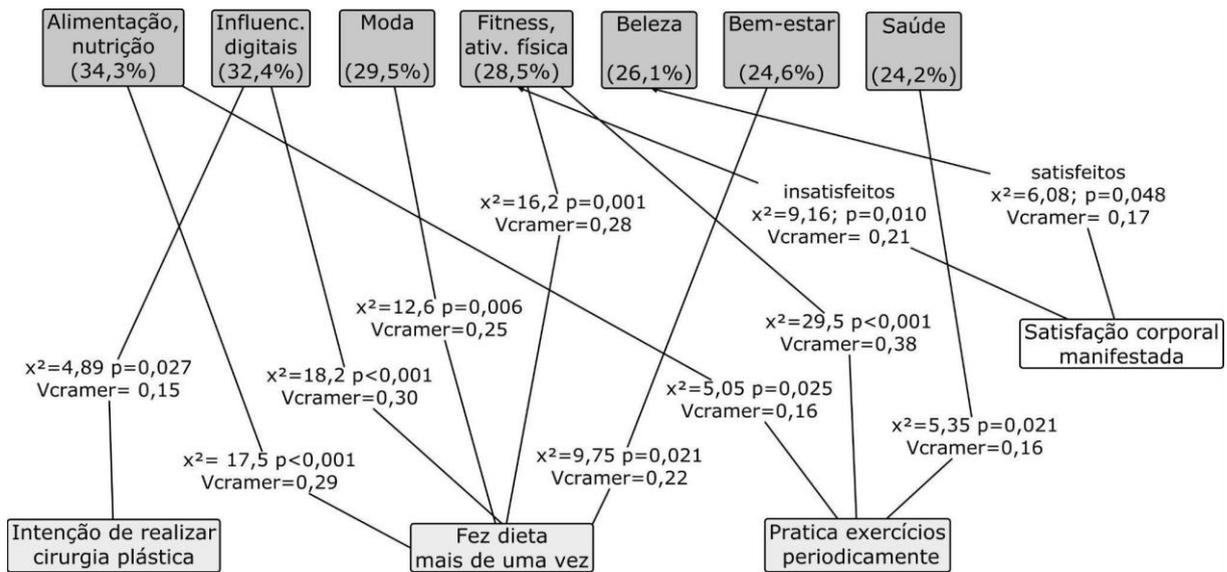


Figura 2. Conteúdo acessado em redes sociais virtuais e relações com variáveis da pesquisa e com práticas corporais. Fonte: elaborada pelos autores a partir dos dados brutos.

DISCUSSÃO

Este estudo buscou relacionar o uso de redes sociais virtuais pelos jovens com sua satisfação corporal e com práticas relacionadas ao corpo. Inicialmente, os resultados indicaram que, para os participantes do estudo, estar dentro da norma implica em maior satisfação corporal. Isso se materializa na relação entre a satisfação corporal e o IMC, pois os jovens com IMC eutrófico indicaram maior satisfação corporal. Essa tendência pode ser visualizada em outros estudos³⁻¹⁵, uma vez que existe uma forte pressão social pela valorização do corpo magro enquanto esteticamente mais adequado às normas sociais.

A associação entre satisfação corporal e IMC se evidenciou na adesão às práticas voltadas ao corpo. Tal relação já foi encontrada em outros estudos¹⁶⁻¹⁷. Os resultados mostraram que a menor satisfação implicou em maior intenção de realizar cirurgias plásticas, e que o IMC mais alto está estatisticamente relacionado à insatisfação corporal e à adesão às dietas. Em oposição, o IMC mais baixo relacionou-se estatisticamente à satisfação corporal e à adesão aos exercícios físicos. Apesar do tratamento estatístico empregado nesta pesquisa não permitir o

estabelecimento de relações causais, a distribuição dos resultados sinaliza que a satisfação corporal é um fenômeno social vinculado às normas, que estabelecem o corpo magro como o padrão estético valorizado na sociedade atual³.

Estudos brasileiros mostram que representações sociais sobre corpo são organizadas fundamentalmente sobre dois eixos: estética e saúde¹⁻¹⁸⁻¹⁹. Estes dois eixos podem apresentar elementos e aspectos diferenciados de acordo com o contexto, mas foram observados de forma recorrente em diferentes estudos, públicos e épocas¹⁻³⁻¹⁸⁻¹⁹⁻²⁰⁻²¹⁻²². As práticas corporais podem ser guiadas pelas representações sociais do corpo, que variam de acordo com o contexto histórico-social. Assim, as representações sociais dos eixos beleza e saúde interferem sobre as práticas sociais referentes ao corpo e possuem forte relação entre si¹⁹. Há indícios de que as representações sociais de beleza estão associadas à magreza e aos cuidados estéticos. Considerando que a saúde é um dos elementos estruturantes da representação social do corpo belo, verifica-se que as imagens sociais de corpo belo e de corpo saudável se aproximam. Porém, no contexto de saúde, o corpo é pensado a partir da individualidade, sendo portador da existência, cuidado e bem-estar²², enquanto no contexto de estética, a ideia de corpo ancora-se na interação do indivíduo com o mundo, o corpo é um objeto social, sujeito a padrões¹⁻¹¹.

Atualmente, procedimentos diversos são realizados ou almejados a fim de adequar o corpo a padrões estéticos: cirurgias estéticas, dietas alimentares, exercícios físicos. A adesão a estas intervenções do corpo e no corpo pode ser compreendida por meio do papel das crenças e valores compartilhados socialmente e relacionam-se às normas e às representações sociais sobre corpo²³. Estudos evidenciam a existência da relação entre as representações sociais e a adoção de comportamentos de cuidado com o corpo³⁻²⁰⁻²¹⁻²⁰⁻²³⁻²⁴. Ter um corpo desejável ao olhar do outro implica em guiar-se pela via da normalização social, atendendo aos apelos midiáticos do culto ao corpo. Essas normatizações incidem mais sobre o público feminino³⁻²³. No Brasil, pesquisas sobre as representações sociais do corpo têm evidenciado que o público feminino é mais pressionado em relação às normas e padrões corporais, bem como apresenta maior insatisfação corporal em comparação com o masculino³⁻⁵. Nesta pesquisa foi possível perceber que as mulheres fazem mais dietas e desejam realizar mais cirurgias plásticas do que os homens, indicando maior saliência da submissão do corpo feminino à norma socialmente aceita, em decorrência da maior pressão normativa sobre seus corpos.

Os achados desta pesquisa convergem com os dos estudos anteriores, agregando à discussão o uso das redes sociais virtuais. O uso destas redes, na contemporaneidade, é uma forma importante de interação do indivíduo com o mundo, e, portanto, um espaço de submissão

do corpo a padrões, frequentemente repercutindo em insatisfação corporal⁸⁻²⁵. Este efeito pode ser evidenciado pela relação estatística entre satisfação corporal e a dimensão de uso das redes sociais nos cuidados com corpo e aparência. No que tange a esses cuidados (Tabela 1), é possível perceber que as redes sociais virtuais podem contribuir para a submissão à norma social, quando do seu uso. Tal submissão se evidencia em um maior cuidado com a aparência na dimensão relativa ao uso de redes sociais virtuais do que nas dimensões com ênfase individual e social. Existe entre os usuários de redes sociais um cuidado com a imagem a ser mostrada, e evidencia-se a importância da validação externa por meio de “likes”. A seleção do que expor nas redes é condicionada ao olhar que vigia e curte²⁶, corroborando a ideia da submissão do corpo aos padrões sociais no contexto da estética.

Os resultados mostraram ainda que cada uma das práticas direcionadas ao corpo está associada ao acesso a conteúdos diferentes em redes sociais virtuais pelos participantes, mais voltados à estética ou mais voltados à saúde. Os conteúdos acessados servem de base para a formação de representações sociais sobre esse objeto. Eles se constituem como elementos de ancoragem para a construção das representações¹². Portanto, infere-se que a visualização de determinados conteúdos seja induzida pelo eixo pelo qual predominantemente o sujeito organiza suas representações sobre corpo (beleza ou saúde), ao mesmo tempo que tais conteúdos estruturam ou reforçam estas representações. Assim, o acesso a determinados tipos de conteúdo pode auxiliar na construção de representações mais voltadas a um ou outro aspecto, e ter impacto nas práticas. A relação das práticas corporais com o acesso a determinado conteúdo pode ser explicada partindo das elaborações teóricas de Jodelet¹³, de que as representações sociais servem como guias para a ação. Nesse sentido, pode-se assumir que elas não determinam as ações humanas, mas orientam as práticas sociais, dando-lhe um sentido que pode ser compartilhado socialmente.

O conteúdo de influenciadores digitais, acessado por mais de 30% dos participantes da pesquisa, tem entre seus visualizadores os participantes que mais fizeram dietas e que têm atitude positiva diante de cirurgias plásticas para fins estéticos. Ambas as práticas, especialmente as cirurgias, impactam diretamente na estética corporal. Estas duas práticas encontram-se associadas estatisticamente às participantes do sexo feminino e às pessoas insatisfeitas com o corpo, o que pode indicar uma insatisfação direcionada à busca pela adequação à norma. Em um estudo com adolescentes⁸, foi observado que as mídias, incluindo as redes sociais, estão associadas à insatisfação da imagem corporal de meninas adolescentes. Os achados do referido estudo, indicaram que a chance de apresentar insatisfação aumentava,

respectivamente, entre 6,57 e 4,47 vezes em adolescentes com acesso superior a 10 vezes por dia ao *Facebook* e *Instagram*.

Influenciadores digitais utilizam as redes sociais virtuais para tratar de diversos assuntos, e, especialmente em conteúdos direcionados para o público feminino, abordam tutorias de maquiagem, “segredos de beleza”, moda, dicas de emagrecimento, além de divulgar produtos e procedimentos voltados ao corpo. Ou seja, um conteúdo que propaga a adequação aos padrões²⁷. Assim, a propensão à realização de cirurgia plástica, ao estar associada ao acesso a este tipo de conteúdo, tem conotação estética e de adequação aos padrões, especialmente se for levado em conta o fato de serem as mulheres com mais intenção de realizar cirurgias plásticas para fins estéticos, e a maior conformação do corpo feminino à norma social.

A associação estatística do acesso aos conteúdos de influenciadores digitais com a maior aceitação e desejo pelas cirurgias plásticas com fins estéticos encontra respaldo em um fenômeno recente e preocupante: a cirurgia plástica, especialmente facial com destaque para a rinoplastia, visando a aparência igual à que as pessoas veiculam em redes sociais com o uso de filtros²⁸. A Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética - ISAPS²⁸ reporta aumento significativo na busca por procedimentos estéticos especialmente por pacientes jovens, o que atribui ao aumento do tempo de exposição às redes sociais virtuais no período de isolamento devido à pandemia de COVID-19. Outro estudo, da Academia Americana de Plástica Facial e Cirurgia Reconstructiva - AAFPRS²⁹, expôs que 72% dos cirurgiões membros foram procurados, em 2019, por pessoas em busca de procedimentos estéticos visando melhor aparência em *selfies*. Os resultados da presente pesquisa, no que diz respeito ao cuidado e controle do corpo e aparência, confirmaram a preocupação com a imagem veiculada por meio das *selfies*. Isso se mostra também na associação estatística entre intenção de realizar cirurgia plástica e a relação entre cuidados com o corpo e aparência. A maior propensão à adesão a este procedimento está relacionada à exposição às redes sociais: ao mostrar-se nas redes, há maior desejo de modificar o corpo, possivelmente para adequá-lo a tal exposição.

A realização de dietas, prática corporal de maior adesão entre os participantes, teve associação estatística tanto com conteúdos voltados à estética (influenciadores, moda), quanto a conteúdos mais voltados à saúde (alimentação/nutrição, *fitness*/atividade física, bem-estar). Dieta pode ser considerada a prática que está situada na intersecção entre os eixos saúde e estética. Ainda assim, é importante ter atenção na sua relação com os conteúdos de influenciadores digitais, já que o uso de redes sociais pode influenciar negativamente na imagem corporal, e até repercutir em práticas alimentares disfuncionais⁸. Também há que se

levar em consideração a adesão a esta prática associada ao sexo feminino, reforçando seu aspecto normativo³⁻²¹.

A prática de atividade física foi a única que teve associação estatística com o acesso ao conteúdo específico de saúde, além de conteúdo *fitness*/atividade física, alimentação/nutrição. Esta prática apresentou ainda associação estatística com o tempo de acesso diário às redes sociais virtuais, sendo que são inversamente proporcionais. Observou-se que o menor tempo de acesso às redes sociais obteve associação com maior adesão da prática de atividade física. Não é por acaso que a prática de exercícios está associada à maior satisfação corporal pelos participantes da pesquisa, conforme demonstrado no estudo de Flores et al.¹⁷. Certamente deve ser considerado o fato de a maioria dos praticantes regulares de atividade física possuírem o IMC dentro dos parâmetros eutróficos, e de que a prática de exercícios está aliada à manutenção deste IMC. Este achado converge com estudo em que a atividade física é central nas representações sociais de corpo, mas periférica nas representações sociais de saúde, sugerindo a prática de atividade física voltada à estética, e que, portanto, esta prática pode ter como motivo desde cuidados com a saúde a preocupações estéticas²⁰. Tendo-se em conta o tipo de conteúdo acessado em redes sociais virtuais e o tempo gasto nesse acesso, também é possível que as representações sociais de quem mais pratica atividade física estejam organizadas em torno do eixo saúde, e assim a satisfação corporal também pode ser proveniente de maior bem-estar global proporcionado pela prática, e não necessariamente de um corpo esteticamente adequado à normatização social.

Observou-se ainda associação entre a prática de atividade física e renda dos participantes: participantes com renda mais alta têm maior adesão à atividade física. Tal dado pode ser problematizado a partir de uma discussão sobre as barreiras para a realização de atividades físicas, que podem contribuir para que as pessoas se tornem inativas fisicamente³⁰. Assim, o corpo é signo de poder e *status* social, a imagem do corpo é também um marcador de classe. Não só a prática de atividade física, mas também uma alimentação adequada, tempo de descanso e lazer são condições básicas para a dignidade, saúde e bem-estar.

CONCLUSÃO

Por meio desse estudo, foi possível observar relações entre uso de redes sociais virtuais, satisfação corporal e as práticas relativas ao corpo. Assim, os resultados sugerem que a satisfação corporal e a forma como jovens utilizam redes sociais virtuais podem ter influência sobre suas práticas corporais. Como limitação do estudo, destaca-se a dificuldade de realizar

um pareamento entre os participantes. No entanto, este estudo oferece como contribuição subsídios para atualizar as pesquisas sobre o corpo a partir de uma perspectiva psicossocial, explorando a influência das mídias, incluindo as novas formas de interação social por intermédio de redes sociais virtuais. Dada a importância e crescimento das interações e do consumo de conteúdo por meio das redes sociais virtuais, recomenda-se novos estudos sobre seus impactos na satisfação e em práticas corporais, com outras faixas etárias e em outros contextos, para ampliação do campo de estudo. Sugere-se ainda que novas investigações sejam realizadas de modo a compreender o papel dos influenciadores digitais na difusão de modelos estéticos, influenciando práticas corporais mais ou menos invasivas.

REFERÊNCIAS

1. Camargo BV, Justo AM, Marcon, AN. Representações sociais sobre o corpo nos contextos de estética e saúde. In: Gomes CF, Gimenes RMT, Vermelho SC. Estética e saúde: a transmutação do corpo. São Paulo (SP): Opção; 2014.
2. Jodelet D. Representações sociais e mundos de vida. São Paulo: Fundação Carlos Chagas; Curitiba: PUCPress, 2017.
3. Camargo BV, Justo AM, Jodelet D. Normas, Representações Sociais e Práticas Corporais. Revista Interamericana de Psicología. [Internet]. 2010;44(3):449-457. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28420658006>
4. Schilder P. A Imagem do Corpo: as energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes, 1994.
5. Secchi K, Camargo BV, Bertoldo RB. Percepção da imagem e representações sociais do corpo. *Psicol. teor. pesqui.* 2009; 25: 229-236. doi: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722009000200011>
6. Copetti AVS, Quiroga CV. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. *Rev. psicologia IMED.* 2018; 10(2): 161-177. doi: <https://dx.doi.org/10.18256/2175-5027.2018.v10i2.2664>
7. Souza G de, Freitas TG de, Biagi CR. A relação das mídias sociais na construção da autoimagem na contemporaneidade. *Akrópolis.* 2017; 25(2): 117-128. doi: <https://doi.org/10.25110/akropolis.v25i2.6426>
8. Lira AG, Ganen AP, Alvarenga MS. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *J Bras Psiquiatr.* 2017; 66(3): 164-71. doi: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166>

9. Arnett JJ. *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd edition). New York: Oxford University Press; 2015. doi: <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
10. Digital 2022 global overview report: the essential guide to the world's connected behaviours. We are social agency and Hootsuite. 2022; (1): 1-300. Disponível em: <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022/>
11. Camargo BV, Justo AM, Alves CDB. As funções sociais e as representações sociais em relação ao corpo: uma comparação geracional. *Temas Psicol.* 2011; 19(1), 269-281. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2011000100022&lng=pt
12. Moscovici S. *A Psicanálise, sua imagem e seu público*. Petrópolis: Vozes, 2012/1961.
13. Jodelet D. *As representações sociais*. Rio de Janeiro: Eduerj, 2001.
14. World Health Organization. *Physical status: the use and interpretation of anthropometry*. Geneva: World Health Organization. 1995. (Technical Report Series, 854). Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/37003>
15. Justo AM, Camargo BV, Bousfield ABS. Obesidade, representações e categorização social. *Barbarói.* 2020; 164-188. doi: <https://doi.org/10.17058/barbaroi.v0i0.14752>
16. Pires ML, Fernandes A, Pereira AM. (In)satisfação com a imagem corporal e atitudes alimentares em estudantes do ensino secundário. *Rev. port. enferm. saúde mental [Internet]*. 2020; (spe7): 17-24. doi: <http://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0242>
17. Flores P, Forte PM, Ferreira L, Soares C, Moreira C, Alves E. Influência da Atividade Física na Percepção da Imagem Corporal. *Motricidade. [Internet]*. 2020; 16(3): 265-273. doi: <https://doi.org/10.6063/motricidade.19171>
18. Silva DS, De los Santos MB, Justo AM, Bousfield ABS, Camargo BV. Representações Sociais Relativas ao Controle de Peso Corporal para Pessoas com Sobrepeso. *PSI UNISC.* 2018; 2(2): 66-77. doi: <https://doi.org/10.17058/psiunisc.v2i2.11703>
19. Pinto LS, Polli GM, Basso BC, Rezende CF da C, Silva GPN da, Almeida LL de, Antunes MC. Representações Sociais da Beleza e da Saúde entre Mulheres com Obesidade. *Psicol. argum.* 2020; 38(100): 290-315. doi: <https://doi.org/10.7213/psicolargum.38.100.AO05>
20. Souza SCS, Ribeiro RD, Polli GM, Wanderbroocke AC. Social representations of the body and health for physically active and inactive individuals. *Temas Em Psicologia (Ribeirão Preto)*. 2019; v. 27(4), 961-975. <https://dx.doi.org/10.9788/TP2019.4-10>
21. Lavrilloux M, Masson E. Le régime: ne affaire de femme et non d'homme? Influence des représentations sociales sur la description et la nomination des pratiques de contrôle alimentaire. *Les Cahiers Internationaux de Psychologie Sociale.* 2018, numéro 117-118(1), 71-95.

22. Machado L V; Vitali M M; Castro A; Tomasi C D; Soratto J. Representações sociais da saúde para estudantes universitários. *Saúde e Pesquisa [Internet]*. 2021; 14(1): 1-13. doi:[10.17765/2176-9206.2021v14n1.e8722](https://doi.org/10.17765/2176-9206.2021v14n1.e8722)
23. Vilas Bôas LMS, Camargo BV, de Rosa AS. *Beleza e cirurgia estética: representações sociais de estudantes universitários*. Curitiba, PR: Appris; 2017.
24. Silveira A, Giacomozzi A, Camargo BV. Social Representations of the Body and Bodily Care Practices of Older Adults. *Psico-USF*. 2021; 26: 279-290. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-82712021260207>
25. Silva AF de S, Japur CC, Penaforte FR de O. Repercussões das Redes Sociais na Imagem Corporal de Seus Usuários: Revisão Integrativa. *Psicol. teor. pesqui.* 2020; 36: 1-13. doi: <https://doi.org/10.1590/0102.3772e36510>
26. Hage ZCM, Kublikowski I. Estilos de uso e significados dos autorretratos no Instagram: Identidades narrativas de adultos jovens brasileiros. *Estud. pesqui. psicol.*, 2019; 19(2), 522-539. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812019000200011&lng=pt&tlng=pt
27. Stolarski G, Lucena TFR, Milani RG, de Oliveira LP. Blogueiros fitness no Instagram: o corpo e o merchandising editorial de suplementos alimentares. *Rev Eletron Comun Inf Inov Saúde [Internet]*. 2018; 12(4). doi: <https://doi.org/10.29397/reciis.v12i4.1468>
28. Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética (ISAPS). ISAPS Global Statistics. [publicação na web]. 2020. Acesso em 20 de agosto de 2022. Disponível em: <https://www.isaps.org/medical-professionals/isaps-global-statistics/>
29. American Academy of Facial Plastic and Reconstructive Surgery (AAFPRS). Annual survey. [publicação na web]. 2020. Acesso em 21 de agosto de 2022. Disponível em: https://www.aafprs.org/Media/Press_Releases/Selfies%20Endure%20February%2027,%202020.aspx
30. Zaranza Monteiro L; Alves De Lira B; De Souza P, Braga Junior FD. Barreiras Percebidas para a Prática de Atividade Física entre Servidores do Setor Administrativo de uma Faculdade do Distrito Federal. *Cienc Trab.* [online]. 2018; 20(62): 97-102. doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492018000200097>