

## **ENTRE A APARÊNCIA E O SER: JUVENTUDE E OS EFEITOS DOS PADRÕES DE BELEZA ODS 4**

Ana Luiza Gonçalves Dias (Escola Estadual Monsenhor Ignácio Gióia)  
Flávia Francisca Fermi dos Santos (Escola Estadual Monsenhor Ignácio Gióia)  
Letícia Aparecida Rodrigues Silva (Escola Monsenhor Ignácio Gióia)  
Alessandra Aparecida de Castro Claro (Escola Estadual Monsenhor Ignácio Gióia)  
Luciane De Paiva Bittencourt (Escola Monsenhor Ignácio Gióia)

Esta pesquisa aborda a influência dos padrões de beleza na formação da juventude, temática relevante por impactar diretamente dimensões sociais, psicológicas, físicas e culturais. No âmbito social, tais padrões podem gerar exclusão e preconceito contra quem não se enquadra nos modelos impostos; no psicológico, favorecem insegurança, baixa autoestima e transtornos emocionais; no físico, levam a práticas nocivas como dietas extremas e procedimentos invasivos; já no cultural, reforçam estereótipos e reduzem a valorização da diversidade de identidades e corpos. Nesse sentido, refletir sobre essa problemática é essencial para estimular a consciência crítica, fortalecer a pluralidade e promover o bem-estar integral dos jovens. Assim, o objetivo da pesquisa foi analisar a percepção de estudantes do ensino médio de uma escola estadual de São Luiz do Paratinga sobre os padrões de beleza e seus impactos na vida cotidiana. Para tanto, aplicou-se um questionário contendo perguntas fechadas e abertas, cujas respostas foram tabuladas e interpretadas de forma quantitativa e qualitativa. Os resultados indicaram que aproximadamente 50% compreendem o que são padrões de beleza, 35% apresentam conhecimento limitado e 15% não têm clareza sobre o conceito. Em relação aos procedimentos estéticos, 44% já pensaram em realizá-los, enquanto 56% nunca consideraram essa possibilidade. Um dado expressivo revelou que 70% já deixaram de fazer algo por causa da aparência, demonstrando que a pressão estética interfere em decisões cotidianas. No tocante à autoavaliação, 75,7% concordam com a afirmação de que esses padrões afetam negativamente sua autoimagem. Em contrapartida, 18,2% declararam discordar e 6,1% discordar totalmente, reforçando que predomina a percepção de que os padrões de beleza exercem impacto negativo na autoestima dos jovens. Além disso, coincidentemente, 75,7% afirmaram já ter recebido comentários negativos sobre o corpo vindos de familiares, amigos ou colegas, evidenciando que a crítica estética é um fator recorrente nas relações sociais. Quanto às mudanças de hábitos, destacaram-se a prática de exercícios físicos (53%) e a adoção de dietas restritivas (37%), ambos diretamente ligados à busca por adequação aos padrões. Também se evidenciou que a maioria reconhece a inacessibilidade desses modelos, sobretudo por barreiras socioeconômicas. Sobre a autoestima, 38% a classificaram como boa, 24% como mediana, 21% muito boa, 15% baixa e 2% muito baixa. Contudo, observou-se certa contradição entre as respostas, já que muitos jovens afirmam possuir autoestima positiva, mas relatam comportamentos típicos de baixa autovalorização, o que sugere falta de consciência crítica sobre o próprio estado emocional. A análise permite concluir que os padrões de beleza exercem influência

significativa na vida dos jovens, afetando autoestima, escolhas cotidianas e hábitos de saúde. Os dados revelam a necessidade de ampliar o debate sobre a pressão estética no ambiente escolar, estimulando práticas pedagógicas que promovam autoconhecimento, aceitação da diversidade e senso crítico em relação aos modelos corporais impostos. Ao reconhecerem os impactos negativos dessa problemática, os próprios estudantes apontaram caminhos para enfrentá-la, como o fortalecimento da empatia e do respeito às diferenças. Dessa forma, a pesquisa evidencia a urgência de ações educativas e sociais que favoreçam uma juventude mais consciente e livre de imposições estéticas excludentes.

**Palavras-chave:** padrões de beleza; juventude; autoestima; pressão estética; diversidade.