



ARMADILHA DA PERFEIÇÃO VIRTUAL: REDES SOCIAIS E A CONSTRUÇÃO DE PADRÕES DE BELEZA

Sofia Valim Diniz, Colégio Santa Maria Minas – unidade Contagem, dnz.sofia@gmail.com

Arthur Andrade Amaral, Colégio Santa Maria Minas – unidade Contagem,
arthurandradeamaral11@gmail.com

Catarina Campos Vieira, Colégio Santa Maria Minas – unidade Contagem,
katycvieira01@gmail.com

Felipe Sartori Black, Colégio Santa Maria Minas – unidade Contagem,
felipesblack@gmail.com

Rafael Bastani Macedo, Colégio Santa Maria Minas – unidade Contagem,
macedobastani2701@gmail.com

Samuel Garcia Souza, Colégio Santa Maria Minas – unidade Contagem,
samuelgarciasouza@hotmail.com

Brian Diniz Amorim (orientador), Colégio Santa Maria Minas – unidade Contagem,
brian@pucminas.br

Aldria Natalia Rodrigues (coorientadora), Colégio Santa Maria Minas – unidade Contagem,
aldria.rodrigues@pucminas.br

Categoria: D

Área: Ciências Sociais Aplicadas

Palavras-chave: jovens; padrões de beleza; redes sociais.

Resumo

O tema do nosso trabalho, como o uso excessivo das redes sociais influencia no desenvolvimento de problemas psicológicos e transtornos alimentares, foi escolhido por nosso grupo por ser assunto relevante, muito discutido no contexto atual e que afeta a vida de muitas pessoas, sobretudo do grupo etário ao qual pertencemos. Atualmente, nas redes sociais, há uma tendência de se mostrar somente um recorte da vida pessoal em que se ressalta a “perfeição”, ou vivências positivas, dentre as quais um padrão de beleza considerado “ideal”. Esse hábito leva a muitas vezes comparações e à pressão para alcançar esses padrões determinados indiretamente pela sociedade. Como consequência, é possível desencadear transtornos alimentares, à medida que as pessoas se esforçam para atender a essas expectativas distorcidas de beleza. Esse tema é importante para a sociedade, pois, uma vez que ao retratar os problemas provenientes do uso excessivo das redes sociais, estamos discutindo sobre

bullying, vícios e uso excessivo de remédios psicológicos. Essas discussões são importantes para o âmbito social. Além disso, procuramos como um dos objetivos do nosso trabalho, examinar como as redes sociais influenciam na formação de padrões de beleza e como as pessoas fazem para se encaixar nesses padrões impostos pela sociedade. Também buscamos conscientizar os estudantes acerca das possíveis consequências que o uso excessivo das redes sociais traz. Inicialmente, fizemos pesquisas bibliográficas e selecionamos alguns artigos base que contextualizam nossas pesquisas. Em seguida, escolhemos as perguntas e aplicamos nosso questionário nas salas do 9.º ano do Ensino Fundamental e das 1.ª, 2.ª e 3.ª séries do Ensino Médio. Para nossa pesquisa, desenvolvemos um questionário com 14 perguntas em que investigamos o impacto do tempo de tela e das redes sociais em adolescentes, analisando como isso afeta comportamentos e decisões. Questões incluíram gênero e idade para comparações, uso diário de celular e dependência, tipos de conteúdo consumido, influência de celebridades, redes sociais mais utilizadas, compras influenciadas online, e mudanças de hábitos por influência da internet. Também exploramos reações emocionais a vídeos de influenciadores, e o potencial impacto psicológico e em distorção da imagem corporal pelo uso constante de redes sociais. Depois, tabulamos os dados, analisamos os resultados e fizemos o cruzamento de alguns dados. Na tabulação dos dados, ficou reforçada a hipótese inicial de que as redes sociais têm um relevante impacto na construção de padrões de beleza e pode-se inferir que quanto mais tempo as pessoas passam no celular maior pode ser o impacto que sofrem. Os dados revelam como as mídias moldam tanto a percepção de autoimagem quanto o comportamento de compra. Após análise, de acordo com respostas obtivemos resultados comuns e similares em alguns pontos como o tempo diário de tela entre os entrevistados, com uma maioria expressiva passando várias horas por dia no dispositivo. 38,4% dos entrevistados passam entre 3 e 4 horas por dia no celular. Além disso, a maioria já foi influenciado de alguma forma, 86,6% dos participantes já compraram produtos influenciados pelas redes sociais e 43,4% já mudaram seus hábitos alimentares devido à internet. Por fim, a maioria dos participantes acha que o uso constante do celular afeta sua

autoimagem (apenas 8% acreditam que não há impacto) e 59,6% dos entrevistados têm dificuldade em ficar longe do celular. Com isso, percebemos que o uso exacerbado das redes influencia principalmente os jovens a realizar mudanças em suas vidas em busca de uma perfeição inexistente. Durante nossa pesquisa, o único desafio enfrentado foi as respostas dos estudantes que nem sempre eram claras e consequentemente nem todas foram utilizadas. Mesmo assim, os objetivos de examinar a influência das redes foram alcançados. No entanto, tendo em vista o objetivo de conscientizar, sugerimos que as escolas forneçam palestras sobre os impactos do uso excessivo das redes sociais, abordando temas como comparação, insegurança e autoestima, e promover estratégias para um uso saudável e equilibrado dessas plataformas. Além disso, as escolas e comunidades podem oferecer suporte psicológico a fim de ajudar os jovens que sofrem com esses problemas. Por fim, é necessário que os pais dos adolescentes regularizem as plataformas digitais para limitar conteúdos prejudiciais e incentivar comportamentos saudáveis, como atividades físicas e hobbies offline.

Referências

- ANDRIELE, Karine. A influência da mídia nos padrões de beleza. **Revista Saúde em Foco**, vol 14, Pág 958-970, 2022.
- BITTENCOURT, Liliane. Transtornos alimentares: patologia ou estilo de vida?. **Psicologia & Sociedade**, 25(1), 220-229. 2013.
- FERREIRA, Aluísio. A ideologia do corpo feminino perfeito: questões com o real. **Psicologia em Estudo** Maringá, v. 18, n. 1, p. 49-59, 2013.
- GALHARDI, Ariana, Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **JBrasPsiquiatr.** 66(3): 164-71, 2017.
- NUNES, Grazielly. Padrões de beleza feminino, consumo e impactos na saúde mental: a influência do instagram, **Repositório digital UNIVAG**, Págs 1-27, 2023.
- VIDINHA, Andria. A influência das redes sociais na autoimagem feminina: desvendando padrões de beleza e seu papel no desenvolvimento do transtorno dismórfico corporal. **Revista Contemporânea**, vol 3, Págs 20706-20726, 2023.