

O ADOECER FEMININO NAS REDES SOCIAIS: TRANSTORNOS ALIMENTARES E DISMORFIA CORPORAL

Bárbara Malavazi Dell Antonio¹
Beatriz Malavazi Dell Antonio¹
Gabriely Nascimento Cabral¹
Daniela Bello de Carvalho²

1. Acadêmicos do curso de Psicologia - Centro Universitário Multivix

2. Mestre em Segurança Pública; Especialista em Terapia cognitivo-comportamental; Psicóloga - Docente orientadora

RESUMO

O presente estudo tem por objetivo fazer uma análise bibliográfica, por meio de uma revisão narrativa de literatura, a respeito do contexto histórico dos padrões de beleza, bem como a estreita relação com as redes sociais e uma breve conceitualização acerca dos transtornos alimentares e de dismorfia corporal. A investigação possibilitou notar como esses conjuntos de fatores podem estar conectados a uma possível eclosão desses transtornos, oportunizando a obtenção de resultados como, por exemplo, percebeu-se que a alta exposição a determinados conteúdos possibilita e reforça comportamentos e modos de pensar a respeito das escolhas alimentícias. Verificou-se ainda como os impactos biopsicossociais no que tange ao ser mulher em nossa sociedade, tendo em vista o cenário atual, pois, nunca se houve tanta necessidade de investir em achados a respeito da percepção do corpo individual e as influências socioculturais que atravessam a população, em especial, a feminina, e o reforçamento de estereótipos e a insatisfação com a própria imagem.

Palavras-chave: Transtornos alimentares; Saúde da mulher; Redes sociais; Imagem corporal.

INTRODUÇÃO

Podemos perceber que a insatisfação com a imagem corporal é uma das grandes questões que afetam o cotidiano de muitas pessoas e que ocasionalmente está relacionada ao sofrimento mental. Essa insatisfação é uma das características psicopatológicas de transtornos como os transtornos alimentares e o dismorfismo corporal (FONTENELLE, LUNA, MOREIRA, NASCIMENTO, 2010).

Apesar de os primeiros relatos de casos de pacientes com anorexia nervosa (AN)^{1,2} não mencionarem incômodo com a imagem corporal, detendo-se apenas nas alterações dos hábitos alimentares e do peso das pacientes, ainda no século XIX e no início do século XX, Jean Martin Charcot descreveu a ideia fixa de obesidade (idée fixe d'obésité) como um aspecto

psicopatológico central da AN (FONTENELLE, LUNA, MOREIRA & NASCIMENTO, 2010, p. 2).

Podemos verificar, então, que existem diferenças entre os transtornos alimentares e o transtorno dismórfico. Segundo o DSM-V (2013) existem alguns tipos de transtornos alimentares, porém dois deles, a anorexia nervosa (AN) e a bulimia nervosa (BN), possuem como característica principal uma forte preocupação com o peso e a forma corporal. Por este motivo, as pessoas que possuem esses dois tipos se submetem a dietas restritivas, métodos inadequados para perder peso e até mesmo a procedimentos invasivos e extremamente arriscados. Já o transtorno dismórfico corporal refere-se à percepção alterada que o paciente tem da própria imagem corporal (DSM-V, 2013).

Na literatura, os estudos indicam que ambos os transtornos estão relacionados predominantemente ao gênero feminino. Entende-se, portanto, que a pressão estética na mulher acontece de forma muito mais incisiva do que nos homens. A fabricação da beleza transforma, como norma para a mulher contemporânea, que ela é responsável pela sua beleza, isto é, não se trata mais da simples imposição de um padrão, mas sim da afirmação de que ela pode ser bela, basta querer. (NOVAES, 2013) mencionou que:

Cuidar do corpo em si, nos afirma a indústria cultural, é indispensável. O Binômio saúde-beleza, no qual o segundo termo é o determinante (a saúde possui um padrão estético estabelecido), nos é apresentado como o caminho legítimo e seguro para a felicidade individual (NOVAES, 2013, p.28).

Nesse sentido, durante a história, os ideais de beleza foram sofrendo alterações e as formas de controle e imposição foram se aperfeiçoando. Wolf (2020) aborda como o mito da beleza foi sendo introduzido e fortalecido por meio das revistas, as quais induz nas leitoras um desejo descontrolado e voraz de consumir certos produtos e, por conseguinte, estilos de vida e comportamento. Não tão distante dessa realidade estão as mídias sociais, que hoje funcionam da mesma forma, pois assim como nas revistas, refletem o controle sobre o feminino, onde a liberdade e poder das mulheres são podados através da preocupação com a beleza (WOLF, 2020).

Deste modo, o presente artigo tem como objetivo elucidar, através de uma revisão bibliográfica narrativa de literatura, como as mídias sociais podem influenciar no desenvolvimento de transtornos alimentares em mulheres, tendo em vista a

retificação da beleza como valor social. Para tanto, será feita uma contextualização histórica acerca da evolução dos padrões de beleza ao longo dos séculos e de como o mito da beleza foi evoluindo e se aperfeiçoando de acordo com as tecnologias capitalistas.

A HISTÓRIA DA BELEZA

A cultura da beleza e o culto ao corpo feminino marcam a história das mulheres desde a idade média até a contemporaneidade. Os denominados padrões de beleza sempre fizeram parte da história, mas notoriamente marcada e designada ao ser mulher, no qual o seu valor sempre foi medido pelo olhar do outro, o homem (NOVAES, 2010). Na Grécia antiga, o belo eram os corpos com harmonia e proporção: seios fartos e quadril largo demonstravam sinais de fertilidade. Além disso, a beleza da mulher era associada a uma força da natureza e ela era colocada como um perigo para o homem, uma perdição (NOVAES, 2010) ressalta que:

Além das intrigas e guerras, a beleza feminina e o desejo da mulher aparecem como causa da morte, das pragas, das dores e das doenças no mito da caixa de pandora. Menos criativa, a tradição judaico-cristã também atribui à mulher os males do mundo (NOVAES, 2010, p. 31).

Já na idade Média, o ideal eram corpos mais delicados e magros e a beleza da mulher estava relacionada ao pecado, já que era compreendida como uma tentação do diabo. Outro fator existente mostra que a interpretação, na época, era de que Eva cedeu à tentação do corpo, persuadindo Adão e causando a expulsão deles do paraíso. Desse modo, o corpo feminino, perigoso por sua beleza, por sua sexualidade, visto como um instrumento do pecado e das forças diabólicas, passou a ser controlado pela igreja, que impunha a forma de agir e portar, demarcando qual era o ideal de beleza de uma mulher digna de se casar e, posteriormente a sua morte, chegar ao paraíso (DEL PRIORE, 2009). Novaes ainda fala que:

Mas não é necessário retroceder tanto- basta olharmos as representações do feminino no islã, para entendermos (não concordar!) o uso de burcas, defendido inclusive por algumas mulheres. Se Aristóteles pensava que a era apenas um vaso destinado a receber sementes do homem, a tradição

hipócrita pregava que nada vem à existência na ausência do prazer (NOVAES, 2010, p. 32)

Acresce que com o advento da revolução industrial e a urbanização, a mulher se inseriu no mercado de trabalho e passou a ocupar lugares dos quais ela nunca se fez presente, como empresas, faculdades e centros comerciais. E mais uma vez surgiu a necessidade de exercer uma forma de controle delas que, agora, eram detentoras de conhecimentos e afortunadas de educação. Para tanto, Wolf (2021) disserta que neste processo das imposições dos mitos da maternidade, domesticidade, castidade e passividade, o mito da beleza passa a funcionar como uma forma de coerção social e arma política contra a evolução da mulher.

Desta forma, a partir do crescimento do capitalismo, iniciou-se a crescente produção e divulgação de produtos de beleza para essas mulheres, na qual se era mostrado o padrão de mulher ideal para o mercado de trabalho, ditando como elas deveriam se vestir, comer, falar e se comportar. Além disso, o corpo da moda passou a ter o poder de inserção e privilégios, em que a beleza assume um valor social. (NOVAES, 2013) nos mostrou que:

Das academias de ginástica e dança que proliferam, dos anabolizantes que são consumidos como jujubas, das lojinhas naturais que prometem saúde perfeita às inúmeras práticas de trabalhos corporais, tudo nos leva a crer que o corpo passou a ocupar um novo lugar em nossa sociedade e, conseqüentemente, em nossa estruturação psíquica” (NOVAES, 2013, p. 26).

Outrossim, faz-se necessário salientar as questões de gênero que atravessam as ditaduras da beleza e nas quais o presente artigo utilizará, tendo como foco o gênero feminino. Nesse sentido, apesar da emancipação feminina e a conquista de diversos direitos, a censura sobre o próprio corpo e a associação entre mulher, saúde e beleza estão cada vez mais presentes (NOVAES, 2013).

Do mesmo modo, para Novaes (2013), a beleza masculina está associada a ideia de status social e econômico, nos quais os elogios a estética masculina são feitos com o propósito de salientar qualidades como a sua virilidade, sua potência e imponência, e desleixos com a aparência ou desvios do padrão de beleza são entendidos como falta de tempo, devido a correria da vida profissional. Contudo, segundo a autora, para as mulheres, a beleza surge como um trabalho sobre o corpo

de perseverança e obstinação, no qual ser bonita não só cansa e dói, como também ganha papel mais importante do que ganhar dinheiro, enquanto desvios dos padrões de beleza são condenados como falta de vaidade e cuidado, o que moralmente é um qualitativo depreciativo.

Já Wolf (2021) expõe que o mito da beleza não diz apenas sobre as mulheres, mas sim a respeito do poder institucional dos homens e as instituições masculinas. Para ela, o patriarcalismo e o machismo se impõem sobre o feminino através da regulação social de seus corpos, onde o mito não determina a beleza em si, mas o comportamento. Para tanto, a disseminação e a propagação em massa de um ideal de beleza se tornaram uma arma no controle dos corpos femininos.

O CORPO FEMININO COMO PRODUTO DAS REDES SOCIAIS

Apesar de se tornar um hábito recente na vida de seus usuários, o uso das redes sociais vem crescendo exponencialmente. Ao longo do seu aperfeiçoamento, entretanto, que pode ser considerado por muitos como fundamental em seu dia a dia, uma pessoa, ao se expor de forma exagerada às tantas informações, possivelmente, pode ser levada a uma série de questionamentos sobre seu modo de vida a partir de uma relação ou comparação com as pessoas ou produtos, podendo também acarretar nesse consumidor impactos tanto físicos quanto mentais. Pode-se mencionar, por exemplo, que não é difícil encontrar ou ouvir falar de pessoas insatisfeitas com sua imagem corporal, seja pela presença de plataformas digitais como *Facebook*, *Instagram*, *Snapchat*, *Twitter*, *YouTube* ou mesmo a televisão. Contudo, mostra-se necessário nos atentarmos ao efeito que estas redes de comunicação têm nessa relação indivíduo e corpo (LIRA; GANEN; LODI & ALVARENGA, 2017) ressaltam que:

Holland e Tiggemann, em revisão sistemática sobre o impacto do uso das mídias sociais na IC e no comer transtornado, apontaram como problemática algumas atividades nessas redes, tais como visualização e *upload* de fotos. Essas atividades favoreceram a comparação social baseada na aparência, reforçando sua relação com a IC e o comer transtornado (LIRA; GANEN; LODI & ALVARENGA, 2017, p. 2).

Além disso, ao discutirmos a respeito das relações sociais associadas às redes, percebe-se que sempre estivemos inseridos e bombardeados por influências vindas de todos os cantos. Assim, ao analisarmos pelo viés da existência de uma possível

fragilidade emocional e necessidade da sensação de pertencimento e aceitação experienciadas pela sociedade, é indispensável conectar esses pontos ao uso das redes sociais. Estas, que funcionam como um grande e quase infinito catálogo com os mais diversos anúncios que falam a respeito de estilos de vida envolvendo direta ou indiretamente a imagem corporal de um sujeito, podendo o levar a pensar a respeito do que poderia mudar em si e os possíveis benefícios advindos dessas modificações. Dessa forma, corroborando com essa ideia, (OLIVEIRA; ANDRADE & SANTOS, 2019) mencionam que:

Podemos conceituar esse processo como uma forma de “venda direcionada”, em que são captados os “gostos” do cliente em potencial. O sistema de funcionamento do *Google* ocorre por meio do *Googlebot*, que é um robô rastreador escalável que foi construído para armazenar bases de dados (OLIVEIRA; ANDRADE & SANTOS, 2019, p. 5).

TRANSTORNOS ALIMENTARES E DISMORFISMO CORPORAL: UMA CONCEITUALIZAÇÃO

É de fundamental importância mencionar que quando a insatisfação corporal passa a tomar conta da vida do sujeito, mudando seus hábitos alimentares, afetando seus relacionamentos e a relação que o indivíduo tem consigo, ela deve ser colocada como um alerta para o desenvolvimento de transtornos alimentares (TA) ou dismorfismo corporal (TDC). Os TA são caracterizados por uma preocupação persistente com a alimentação, que ocasiona um comprometimento na saúde física e no funcionamento psicossocial. Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM- V, 2013):

Os transtornos alimentares são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos e que compromete significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial (DSM-V, 2013, p.338).

Ainda convém lembrar que dentro da classificação dos transtornos alimentares, existem vários tipos que são diferenciados de acordo com alguns critérios diagnósticos, mas sempre mantendo como base uma alteração no comportamento alimentar. Dentre os mais comuns estão: a Anorexia Nervosa (AN), que se caracteriza

pela restrição na ingestão calórica, resultando em uma baixa do peso do sujeito que não corresponde ao seu corpo, gênero, idade e saúde física. Segundo o DSM-V (2013), podem entrar como critérios diagnósticos: o medo intenso de ganhar peso ou engordar, mesmo quando o sujeito já esteja abaixo do peso ideal, a não percepção do baixo peso e a interferência da forma corporal em sua autoavaliação. Além disso, também devem ser considerados comportamentos de isolamento social, angústia de alimentar-se em público, desejo de controlar o próprio ambiente, inflexibilidade, entre outros.

Outro TA muito conhecido é a Bulimia Nervosa (BN), que também tem como característica uma autoavaliação influenciada pela forma corporal e o medo do ganho de peso. Porém, o que a diferencia da AN são episódios de compulsão alimentar (ingestão de uma grande quantidade de alimento em um curto período) e comportamentos compensatórios inapropriados, a fim de impedir o ganho de peso. Os comportamentos vão desde a indução do vômito, até o uso de laxantes, diuréticos ou exercícios em excesso (DSM-V, 2013). Este descreve que:

Existem três aspectos essenciais na bulimia nervosa: episódios recorrentes de compulsão alimentar (Critério A), comportamentos compensatórios inapropriados recorrentes para impedir o ganho de peso (Critério B) e autoavaliação indevidamente influenciada pela forma e pelo peso corporal (Critério D). (DSM-V, 2013, p.345).

Ademais, outro transtorno que abordamos aqui, e que é pouco conhecido, é o transtorno dismórfico corporal (TDC) ou dismorfofobia (termo inicialmente usado para denominar TDC). Segundo o DSM-V (2013), ele é caracterizado pela preocupação com um ou mais defeitos percebidos ou imaginados pelo sujeito, ou apenas leves para os outros. Acresce que os comportamentos mais comuns nesse transtorno são: a comparação da própria aparência com outros indivíduos, verificar constantemente ou de maneira repetitiva o defeito percebido em um espelho, procurar formas de esconder ou disfarçar o “defeito”, entre outros comportamentos. O (DSM-V, 2013) menciona que:

Os comportamentos repetitivos ou atos mentais excessivos (p. ex., comparações) são executados em resposta à preocupação (Critério B). O indivíduo se sente compelido a executar esses comportamentos, os quais não

são prazerosos e podem aumentar a ansiedade e a disforia. Eles geralmente tomam tempo e são difíceis de resistir ou controlar. (DSM-V, 2013, p.243).

A partir disso, é válido ressaltar que, apesar dos transtornos alimentares e o transtorno dismórfico corporal terem semelhanças, o TDC entra como um transtorno relacionado ao Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC). Isso se dá porque entre os sintomas do TDC, também envolvem pensamentos obsessivos a respeito da forma corporal ou algum componente específico, e uma compulsividade no comportamento, quando o sujeito passa a adotar, por exemplo, um comportamento de verificação constante ou algum tipo de ritual antes de sair de casa. Contudo, ele não chega a se enquadrar como TOC especificamente, pois sua obsessividade e compulsividade estão relacionadas apenas à imagem corporal (DSM-V, 2013). Este também descreve assim:

As preocupações e os comportamentos repetitivos do transtorno dismórfico corporal diferem das obsessões e compulsões do TOC na medida em que o primeiro foca somente na aparência. Esses transtornos têm outras diferenças, como insight mais pobre no transtorno dismórfico corporal. (DSM-V, 2013, p.246)

METODOLOGIA

Em vista do caráter interpretativo das autoras, o presente estudo foi realizado a partir de uma pesquisa qualitativa, que compete a aqueles materiais que expressem resultados que não são obtidos por meio de métodos estatísticos, entre outras formas de quantificação disponíveis (STRAUS; CORBIN, 2008). Como também, fora selecionado por se tratar de um processo análise bibliográfica com um olhar mais apurado para as interpretações feitas pelas vivências e questionamentos levantados por um indivíduo ou grupo (YIN,2016).

Em consideração à abordagem qualitativa selecionada, os dados foram coletados e debatidos a partir de uma revisão de literatura narrativa, esta que, tem como seu objeto de estudo a própria história dos envolvidos (GIL, 2021), podendo ser coletadas a partir de meios como entrevistas, observação, análise de documentos, história de vida e grupos focais, favorecendo a ampliação no entendimento da realidade (GIL, 2021).

No presente estudo, foram usadas as bases de dados Scielo (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), PePSIC (Periódicos Eletrônicos de Psicologia) e base dados de Trabalho de Conclusão de Curso do Centro Universitário Multivix na seleção dos documentos para análise. Já os critérios de inclusão foram estudos, livros e revistas científicas publicados nos últimos 15 anos, encontrados pelos descritores: transtornos alimentares, saúde da mulher, redes sociais e imagem corporal. Já os critérios de exclusão foram os materiais não científicos e publicados antes do ano de 2007.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao fazer uma análise dos textos propostos, descobrimos que um indivíduo, ao internalizar um padrão estipulado pela sociedade e eventualmente se encontrar a margem desta, possivelmente virá a potencializar e estimular o desenvolvimento de uma insatisfação corporal. Em um estudo feito entre os anos de 2017 e 2018 com um grupo de meninas adolescentes no interior de São Paulo, buscou-se investigar a relação da insatisfação corporal com a influência das mídias sociais e o uso dessas redes de interação. Ainda que o material não abranja todo o território nacional, os dados coletados quanto a relação entre corpo e redes/mídias sociais, estas, sendo entendidas como meios de comunicação em grande escala como *Instagram*, *Facebook*, *Twitter*, *Snapchat*, *YouTube* e Televisão, tendem a reforçar que existe somente um corpo que é belo, e quem não se enquadra nessas medidas acaba por estar mais exposta a possíveis exclusões que acontecem na sociedade, onde se enxergam no papel de consumidoras de produtos tidos como milagrosos fornecidos pelas grandes indústrias a fim de se enquadrar naquela ideia de belo propagado. Colaborando com essa mesma linha de pensamento, (LIRA; GANEN; LODI E ALVARENGA, 2017) abordam que:

Além disso, verificou-se que, independentemente da idade, EN, classe social e escolaridade materna, as adolescentes que apresentaram maior influência da mídia (pontuação SATAQ-3) tiveram mais chances de ser insatisfeitas com a IC. Apesar de a mídia por si só não ser o único fator que influencia na insatisfação corporal, ela parece ser o principal agente influenciador negativo na IC de jovens e crianças (LIRA; GANEN; LODI & ALVARENGA, 2017, p. 7).

Sendo o público adolescente os participantes do estudo, os autores trazem questões quanto às inúmeras mudanças em que esses se encontram nesse período da vida e o quão vulneráveis podem estar frente a todos os acontecimentos internos e externos. Outro ponto exposto, se refere a quantidade de acessos diários feitos pelos usuários e como isso pode estar diretamente ligado ao nível de insatisfação com o corpo. Aquelas que acessavam de 5 a 10 vezes por dia, quando comparadas àquelas que se conectam de forma mensal, estão sujeitas a maior insatisfação com a imagem corporal. Ao trazer dados sobre o estudo nutricional das participantes, notou-se maior insatisfação por aquelas que se encontram com sobrepeso e obesidade. Mesmo aquelas consideradas eutróficas (com uma alimentação de qualidade) se mostram insatisfeitas com sua silhueta (LIRA; GANEN; LODI & ALVARENGA, 2017). Elas ainda afirmam que:

Os adolescentes, especialmente as meninas, tendem a apresentar preocupações com o peso corporal por desejarem um corpo magro e pelo receio de rejeição, constituindo um grupo mais vulnerável às influências socioculturais e à mídia (LIRA; GANEN; LODI & ALVARENGA, 2017, p.2).

Outro fator existente mostra que pessoas que já nasceram na era digital tendem a procurar mais informações e estão mais expostas às telas desde cedo, o que influencia em sua visão de mundo e construção de identidade. Independentemente de classe social, escolaridade, idade e estado nutricional, todas as participantes têm chances de apresentar insatisfação com o corpo. Ainda por cima, pensarmos no impacto das redes/mídias sociais e o quão recente são em suas vidas, estas são principalmente para os usuários mais velhos (aqueles que nasceram antes da era digital), questionamos quais são os principais conteúdos produzidos, como sua qualidade, veracidade e distribuição (LIRA *et al.*, 2017). Ainda afirmam que:

Essa geração busca na mídia respostas para questões cotidianas e descontentamentos. Se imagens de corpos “perfeitos” são veiculados e essas pessoas as veem repetidamente, começam a acreditar que é uma versão da realidade, e não alcançar tal ideal é motivo de frustração e insatisfação (LIRA *et al.*, 2017, p.6).

Abjaude *et al.* (2020) mostra a possível ligação entre o uso exacerbado das redes/mídias sociais ao sentimento de isolamento do mundo real, bem como o tipo de conteúdo consumido tende a trazer sérios impactos à saúde mental quando são apresentadas as famosas ‘*Fake News*’ (notícias falsas). Segundo os autores, as

respostas emocionais dos usuários têm gerado grande preocupação de forma global devido aos prejuízos gerados na rotina dos usuários. Perante as constantes transformações que acontecem na sociedade, constata-se que mudanças no campo da beleza tendem a seguir o mesmo curso, não ocorrendo necessariamente através de uma remodelagem suave, o que leva o público-alvo a modificar-se de forma tão rápida como o novo padrão é apresentado a estes, e as redes sociais estão diretamente ligadas a isso (ABJAUDE *et al*, 2020). Os autores ainda ressaltam que:

Vale ressaltar também a exposição dos indivíduos ao *cyberbullying*, uma prática que se multiplicou nas mídias sociais. O anonimato e a falta de privacidade e de segurança contribuem para a disseminação da violência, o que afeta a saúde mental do indivíduo atingido (ABJAUDE *et al*, 2020, p.2).

Questionar o papel da subjetividade das mulheres e a encontrar cada vez mais postas em segundo plano são perspectivas delicadas de serem aceitas, entretanto, refletir sobre esses padrões de beleza leva-se ao debate sobre onde esse campo fundamental de um indivíduo está inserido nessa busca incansável a esse desejo coletivo (LOPES *et al*, 2021). Esses autores mostram também que:

De acordo com Toledo, em matéria publicada no site do UOL (2020) “Jovem morre após cirurgia plástica e acende debate sobre pressão estética”. A partir da matéria mencionada é possível ter uma ideia a respeito das consequências da utilização de métodos invasivos a fim de alcançar os padrões de beleza socialmente impostos. (LOPES *et al*, 2021, p. 06).

As propagandas expostas nas mídias, portanto, causam efeitos tanto em homens quanto em mulheres, cada um a seu modo, como em casos quando o foco está em atrair a atenção do público masculino, nota-se aqui estratégias com base na objetificação dos corpos femininos, o que reforça a importância de um cuidado e olhar mais analítico frente ao que é produzido e consumido. Assim, podemos trazer à tona a lógica capitalista de produção e consumo, que usa as redes sociais como forma de divulgação de um ideal de beleza, que hoje pode ser “comprado”, e torna o corpo da mulher um objeto de exposição dessa produção. A partir disso, faz-se necessário apresentar o termo capitalismo informacional, posteriormente nomeado pela psicologia social e a filósofa Shoshana Zuboff, como Capitalismo da Vigilância. (OLIVEIRA; ANDRADE; SANTOS, 2019) discutindo sobre esse assunto afirmam que:

Podemos conceituar esse processo como uma forma de “venda direcionada”, em que são captados os “gostos” do cliente em potencial. O sistema de funcionamento do *Google* ocorre por meio do *Googlebot*, que é um robô rastreador escalável que foi construído para armazenar bases de dados (OLIVEIRA; ANDRADE; SANTOS, 2019, p. 5).

O capitalismo da vigilância emerge a partir da criação do sistema Google, que aprimora a experiência do usuário, em que os seus “gostos” são captados e assim é direcionado produtos relacionados aos que ele procurou ou viu recentemente. Contudo, apesar de parecer uma ferramenta muito boa, Zuboff (2019) faz um alerta de que, a partir disso, as grandes redes podem induzir os sujeitos a formas de pensar, comer, vestir e assistir. Além disso, expor nas redes o que gosta e desgosta vem sendo entendida como produto de modos de se viver que alcançam não só cidadãos de forma pontual. Tendo isso em vista o sistema capitalista mais uma vez não poupa esforços na coleta desses dados, nem na elaboração de formas possíveis de se levar para o comércio algo que se mostre tão próspero. Entretanto, deve-se lembrar que tanto o capitalismo quanto os próprios consumidores vêm a corroborar (consciente de seus atos ou não) com esse sistema, notando-se aqui que, os usuários sempre devem estar atentos ao que expõem e consomem. (OLIVEIRA, ANDRADE, SANTOS, 2019) afirmam que:

“... torna-se possível influenciar desde escolhas de produtos a serem comprados a representantes políticos de discursos alinhados às informações que “soltamos” na rede. Essas escolhas direcionadas podem comprometer a percepção dos usuários, forjando identidades e maneiras de enxergar o mundo”. (OLIVEIRA, ANDRADE, SANTOS, 2019, p. 8)

Dessa maneira, a associação da felicidade com o padrão ideal e a probabilidade dessas mulheres conseguirem responder a essas expectativas são outros pontos que tendem a gerar grande angústia dessa população muito visada pela indústria estética, pois, ao divulgarem corpos lisos (sem qualquer tipo de mancha ou traço) e ao direcionar esse olhar para si, se frustram por sua realidade não corresponder ao que é vendido. Concomitantemente a isso, podemos citar o que fala Novaes (2010), que traz a ideia contemporânea da busca incessante do corpo puro, corpo magro, sem sinais de doença e gordura, um corpo bidimensional, oco e sem conteúdo. Vilhena coloca “Um corpo apenas para ser visto!” (2010, p.48). Como podemos perceber também que:

Visto como um *software*, o corpo tem o seu estatuto modificado em nossa cultura- a visão do corpo como objeto de design, e não mais de desejo, o faz obsoleto, tal qual bens de consumo que são marcados pela obsolescência típica da sociedade em que vivemos. Por esta razão, o corpo deve sofrer constantes alterações em busca de novas identidades; novas imagens lhe são emprestadas num devir eterno e constante. (NOVAES, 2010, p. 48).

Assim, ao pensarmos nos transtornos alimentares e no dismorfismo corporal, que possuem como principal característica uma preocupação excessiva com a forma, podemos perceber como as redes podem servir de gatilho, para pessoas que já possuem esses transtornos, ou como meio de desencadeá-los. A alta exposição dos corpos perfeitos divulgados pelas mídias, servem de meio de comparação do corpo real com o corpo idealizado, esse que por vezes é editado e filtrado, de forma a parecer um corpo liso e magro. No que tange a busca incessante de chegar ao padrão de beleza imposto pelas mídias, as mulheres passam a adotar as dietas da moda, extremamente restritivas, cortam de sua alimentação alimentos ricos em carboidrato, passam horas sem comer e comem pequenas quantidades de alimento durante as refeições, e ainda associam a isso, uma rotina de exercícios pesada, uso de medicamentos para emagrecer, laxantes e diuréticos. (VAZ; FERNANDES, 2021) ainda afirmam:

A indústria da beleza incita nas mulheres a necessidade de consumo de seus produtos e potencializa nestas, a aquisição de cosméticos, artigos relativos à moda (roupas, sapatos, bolsas), bem como a busca por procedimentos estéticos. Tudo isso, sem levar em consideração os fatores econômicos, por exemplo, que interferem de maneira muito importante nesta busca pelo corpo ideal (VAZ; FERNANDES, 2021, p. 4).

Vale ressaltar também o enfoque selecionado nas buscas de materiais que dizem respeito aos transtornos alimentares, em que se pode constatar que em sua grande maioria os artigos, revistas e estudos científicos a uma prevalência desses transtornos relacionados ao sexo feminino, o que também se torna necessário afirmar que, mesmo com a predominância do sexo feminino, pessoas pertencentes ao sexo masculino também podem se enquadrar aos critérios referentes as distorções alimentares. Vaz e Fernandes (2021) afirmam que:

Os adolescentes, especialmente as meninas, tendem a apresentar preocupações com o peso corporal por desejarem um corpo magro e pelo receio de rejeição, constituindo um grupo mais vulnerável às influências socioculturais e à mídia. Além disso, são importantes consumidores de

tendências, entre elas, usam intensamente as mídias sociais como modo de comunicação e “informação”, e estas, por sua vez, parecem exercer importante influência sobre a insatisfação corporal (VAZ; FERNANDES, 2021, p.5).

Constata-se ainda a importância de mais estudos acerca da relação que indivíduos do sexo masculino tem com o corpo, que podem ir além de uma possível dismorfia corporal, como também outros aspectos que atravessam e o diferenciam da experiência enfrentada por pessoas do sexo feminino.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pelos aspectos analisados no decorrer da confecção do presente estudo, diversos são os pontos que ainda merecem um olhar mais atento ao que diz respeito ao uso das redes, o culto ao tido corpo padrão/ideal e como isso vem a afetar não somente o corpo de milhares de mulheres, mas também até onde se mostra tolerável a sociedade e o controle destes sobre seus próprios corpos. Como já dito, o uso das redes sociais apesar de recente, vem crescendo cada vez mais, assim como os produtos expostos nesses espaços têm sua produção com um crescimento equivalente ou até mesmo maior, fazendo com que seus usuários possivelmente sintam que existe uma necessidade de os consumir devido a sua forte propaganda e as promessas não ditas.

Ao adentrarmos no universo da relação corpo, alimento e imagem corporal, foi possível ainda perceber que todos esses fenômenos vão para muito além da insatisfação que, infelizmente, é vivenciada por muitas mulheres. Estudar a respeito dessas expectativas impostas, enquanto pertencentes a uma sociedade e a talvez não tão notória percepção do que ainda perpassa o ser mulher, percebe-se que o julgamento do que seria adequado ou mesmo o ideal, majoritariamente, é feito a partir de um olhar em específico, o olhar do homem. Compreende-se aqui, que é imprescindível revermos essa contradição inclusive nas abordagens distintas quando se fala em homens e mulheres.

Assim, a partir do recorte de gênero e a perspectiva histórica a respeito do controle feminino por meio dos seus corpos, fica claro a condição biopsicossocial para o desenvolvimento dos transtornos alimentares e do transtorno dismórfico corporal.

Concomitantemente a isso, é notória a contribuição das redes sociais como forma de agravamento ou o desenvolvimento desses transtornos, isso devido à alta exposição de padrões de vida irreais e corpos magros, sem defeitos ou “gordura”.

Além disso, fica claro a necessidade de estudos que investiguem como o homem é afetado pelos padrões de beleza. Ao realizarmos esse estudo, percebemos que são raras as pesquisas ou artigos que trazem o homem como o ser afetado pelas redes e a disseminação do ideal corpóreo, mesmo que a cobrança social, pondere mais a respeito das mulheres, também se exige do homem um padrão a ser seguido tanto no que tange a personalidade como também o corpo.

Por fim, uma boa parte dos objetivos foram alcançados acerca da influência da mídia na distorção da imagem da mulher. Entretanto, algumas lacunas foram observadas na temática proposta como uma escassez de estudos que relacionam diretamente o uso das redes sociais e a possibilidade de desenvolver algum tipo de transtorno alimentar, assim como dismorfismo corporal, podendo este estudo estimular um aprofundamento nos tópicos acima citados.

REFERÊNCIAS

ABJAUDE, R, A.S.; PEREIRA, B, L.; ZANETTI, B, O, M.; PEREIRA, L, R, L.:. How do social media influence mental health? SMAD, **Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** 2020;16(1):1-3. doi: <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.0089>. Acesso em: 04 out. 2022.

APA - American Psychiatric Association. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5.** Porto Alegre: Artmed, 2014.

CRESWELL, J. W. Investigação Qualitativa e Projeto de Pesquisa. [Porto Alegre]: Grupo A, 2014. **E-book.** Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788565848893/>. Acesso em: 27 set. 2022.

FAGUNDES, S, L.; NATIVIDADEC, J.; Autoestima e bem-estar subjetivo no Instagram: O impacto da comparação social e da personalidade. Rio de Janeiro, 2019. 76p. **Dissertação de Mestrado** – Departamento de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcgclclefindmkaj/https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/46666/46666.PDF>. Acesso em: 10 out. 2022.

GIL, A. C. **Como Fazer Pesquisa Qualitativa.** Grupo GEN, 2021. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786559770496/>. Acesso em: 04 out. 2022.

LAUS, M. F. Influência do padrão de beleza veiculado pela mídia na satisfação e escolha alimentar de adultos. Ribeirão Preto: USP, 2013. Disponível em : <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/59/59134/tde-26032013-100917/pt->

[br.php#:~:text=Assim%2C%20%20C3%A9%20poss%20C3%ADvel%20concluir%20que,padr%C3%A3o%20de%20beleza%20socialmente%20aceito.](#) Acesso em: 04. set. 2022.

LIMA, R. A. R., MAYNARD, D. C. Relação entre mídias sociais e transtornos de autoimagem em mulheres. **Centro Universitário de Brasília**. Brasília. 2019. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/13488>. Acesso em: 25 out. 2022.

LIRA, A. G. *et al.* Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria** [online]. 2017, v. 66, n. 3, pp. 164-171. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166>>. Acesso em: 17 set. 2022.

LOPES, S, G.; BITENCOURTT, B, P.; FREITAS, R; PAGUNG, B. L. O Ideal de beleza e os prejuízos causados a saúde mental. [online]. 2021 : <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2022/04/o-ideal-de-beleza-e-os-prejuizos-causados-a-saude-mental.pdf>. Acesso em: 26 set. 2022.

ZUBOFF, S. **The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power**. London: Profile Books. 2019.

NASCIMENTO, A. L. *et al.* Comorbidade entre transtorno dismórfico corporal e transtornos alimentares: uma revisão sistemática. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria** [online]. 2010, v. 59, n. 1, pp. 65-69. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852010000100010>. Acessado 4 Out 2022.

OLIVEIRA, L. L.; HUTZ, C. S. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Psicologia em Estudo**. 2010, v. 15, n. 3, pp. 575-582.

OLIVEIRA, S. G. ANDRADE, S.L. SANTOS, R. M. **Capitalismo de Vigilância: Uma discussão filosófica sobre a influência de redes sociais na autoimagem da mulher**. 2019 [online] disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfindmkaj/http://www.filologia.org.br/linguagememrevista/30/02.pdf> Acesso em: 29 set.2022

STRAUSS, A.; CORBIN, J. **Pesquisa qualitativa: técnicas e procedimentos para o desenvolvimento de teoria fundamentada**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

VAZ, S, C, L.; FERNANDES, V, P, C, N. **Redes sociais e a distorção da autoimagem- um olhar atento sobre o impacto que os influenciadores digitais provocam na autoestima das mulheres**. 2021. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfindmkaj/https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/17274/1/Redes%20Sociais%20e%20a%20Distor%c3%a7%c3%a3o%20da%20Autoimagem.pdf>. Acesso em: 29 set. 2022

VIEIRA, J. L. L., AMORIM, H. Z., VIEIRA, L. F., AMORIM, A. C., ROCHA, P. G. M. Distúrbios de atitudes alimentares e distorção da imagem corporal no contexto competitivo da ginástica rítmica. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte, Niterói**, v. 15, n. 6, 2009. [online] disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/8KPPVhn5qhm8vPZgXC53Lbt/?lang=pt>. Acesso em: 5 set. 2022.

VILHENA NOVAES, J. **Com que corpo eu vou? Sociabilidade e usos do corpo nas mulheres das camadas altas e populares**. 1. ed. rev. Rio de Janeiro: PUC Rio,2010.

VILHENA NOVAES, J. **O intolerável peso da feiura: sobre as mulheres e seus corpos**/Joana de Vilhena Novaes- Rio de Janeiro: Ed. OUC-Rio: Garamond,2013.

YIN, R. K. **Pesquisa Qualitativa do Início ao Fim**. Grupo A, 2016. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788584290833/>. Acesso em: 04 out. 2022.