



Centro Universitário de Brasília – CEUB
Faculdade de Ciências da Educação e Saúde - FACES
Curso de Psicologia

Redes Sociais: Possível Recurso Educativo na Prevenção do Sofrimento Psíquico
Associado aos Padrões Estéticos Hegemônicos Femininos?

Autora: Camila Cristina Saraiva Castello

Orientadora: Profa. Dra. Ana Flávia do Amaral Madureira

Brasília – DF

Julho de 2022



Centro Universitário de Brasília - CEUB
Faculdade de Ciências da Educação e Saúde - FACES
Curso de Psicologia

Redes Sociais: Possível Recurso Educativo na Prevenção do Sofrimento Psíquico
Associado aos Padrões Estéticos Hegemônicos Femininos?

Autora: Camila Cristina Saraiva Castello

Monografia apresentada à FACES do Centro
Universitário de Brasília - CEUB como requisito
parcial à conclusão de Curso de Psicologia.
Professora Orientadora: Dra. Ana Flávia do
Amaral Madureira.

Brasília – DF

Julho de 2022

Folha de Avaliação

Autora: Camila Cristina Saraiva Castello

Título: Redes Sociais: Possível Recurso Educativo na Prevenção do Sofrimento Psíquico Associado aos Padrões Estéticos Hegemônicos Femininos?

Banca Examinadora:

Professora-Orientadora: Prof^a. Dra. Ana Flávia do Amaral Madureira

Prof^a Dra. Mara Aparecida Lissarassa Weber

Prof^a Dra Tânia Inessa Martins de Resende

Brasília – DF

Julho de 2022

Agradecimentos

Agradeço primeiramente aos meus pais, por todo o suporte, incentivo e cuidado. Por me ensinarem que a educação e o conhecimento são bens preciosos que devemos sempre cultivar e investir. A meus irmãos, João Pedro, pelo ombro amigo, e Elisa, pelas discussões, opiniões e sua amizade sem igual. Aos meus avós, tios/as e primos/as: o afeto que partilhamos é essencial.

Ao meu companheiro, Rafael, por todo carinho e compreensão, que sempre se faz presente em todos os momentos dessa jornada que temos trilhado juntos. Por me encorajar a seguir fiel aos meus princípios, crenças e valores. A minha psicoterapeuta, Marina, por todo o acolhimento e disponibilidade e por não deixar que eu me distancie de mim mesma.

Aos/as meus colegas de curso e, em especial, minhas queridas amigas Ana Beatriz, Luiza e Natasha, por toda parceria e cumplicidade dentro e fora da universidade. Obrigada por caminharem ao meu lado e tornarem esse processo mais prazeroso e divertido. Vocês são especiais! À todas as minhas amigas, que de alguma forma, foram suporte para esse momento se concretizar.

Meu agradecimento aos/as meus professores/as, que contribuíram para a minha trajetória acadêmica e pessoal, inclusive em um cenário adverso e cheio de desafios, diante da pandemia. Por terem possibilitado o contato com as diversas áreas da psicologia, bem como mobilizado pensamentos, reflexões e sentimentos. Por despertarem em mim o desejo de transformação por meio da atuação.

Agradeço a minha orientadora, Ana Flávia do Amaral Madureira, por ser uma profissional inspiradora. Obrigada pelos momentos enriquecedores nas orientações: por toda a troca e aprendizado, pela atenção, dedicação e incentivo. Por acreditar no meu potencial e pelos ensinamentos durante todo esse percurso.

*“Atentarmos para os nossos
traços, observamos os reflexos,
demorarmos-nos nas reflexões tanto
como indivíduos como seres sociais.”*

Camila Cintra

Sumário

| | |
|--|------------|
| Resumo..... | vii |
| Introdução..... | 1 |
| Objetivo Geral..... | 11 |
| Objetivos Específicos..... | 11 |
| 1. Processos Identitários, Identidade de Gênero e Aparência Corporal..... | 12 |
| 2. Redes Sociais e Questões Étnico-Raciais..... | 23 |
| 3. Aparências Corporais Femininas e Sofrimento Psíquico..... | 33 |
| 4. Metodologia..... | 40 |
| 4.1 Participantes..... | 41 |
| 4.2 Materiais e Instrumentos..... | 42 |
| 4.3 Procedimentos de Construção de Informações..... | 42 |
| 4.4 Procedimentos de Análise..... | 43 |
| 5. Resultados e Discussão..... | 45 |
| 5.1 Padrões Estéticos Hegemônicos, Representatividade e Diversidade Étnico-Racial..... | 45 |
| 5.2 Redes Sociais e Sofrimento Psíquico Vivenciado pelas Mulheres..... | 53 |
| 5.3 As Redes Sociais enquanto Recursos Educativos: Promovendo a Saúde Mental..... | 59 |
| Considerações Finais..... | 65 |
| Referências Bibliográficas..... | 68 |
| Anexos..... | 75 |
| Anexo A: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido..... | 75 |
| Anexo B: Roteiro de Entrevista..... | 77 |
| Anexo C: Parecer de Aprovação do Comitê de Ética..... | 78 |

Resumo

A pesquisa teve como objetivo analisar de que maneira os conteúdos que circulam nas redes sociais podem atuar enquanto fatores de prevenção do sofrimento psíquico e na desconstrução dos padrões estéticos relacionados à aparência corporal de jovens usuárias. A pesquisa foi fundamentada na psicologia cultural e nos estudos de gênero. Foram realizadas entrevistas individuais semiestruturadas virtuais com seis mulheres jovens e usuárias de redes sociais, com diferentes pertencimentos étnico-raciais. Para a análise das informações utilizou-se o método da análise de conteúdo. Após a realização e transcrição das entrevistas, foram elaboradas três categorias analíticas temáticas: 1) Padrões estéticos hegemônicos, representatividade e diversidade étnico-racial; 2) Redes sociais e sofrimento psíquico vivenciado pelas mulheres; e 3) As redes sociais enquanto recursos educativos: promovendo a saúde mental. A partir das falas e percepções das participantes, foi possível identificar que as redes sociais podem ser vistas enquanto recursos educativos capazes de promover transformações nas crenças e valores associados às representações dos corpos femininos. Apesar de haver maior circulação de conteúdos e perfis que valorizem a pluralidade, observou-se que ainda há a disseminação de determinados “padrões corporais ideais”, podendo levar ao sofrimento psíquico. Por outro lado, percebeu-se que está havendo uma mudança no discurso das mulheres, que criticam conteúdos irreais, não condizentes com seus estilos de vida. Além disso, as participantes demonstraram estar valorizando cada vez mais a auto aceitação. Em termos de promoção de saúde, a psicologia se apresenta enquanto uma importante aliada no processo de desconstrução de padrões estéticos hegemônicos femininos.

Palavras-chave: Redes Sociais; Contemporaneidade; Sofrimento Psíquico; Psicologia Cultural; Padrões Estéticos Hegemônicos.

Introdução

Nas sociedades ocidentais atuais, a aparência corporal possui grande relevância, e as práticas de culto ao corpo têm chamado a atenção pelo surgimento de um estilo de vida pautado na busca pelo corpo “ideal”. Esse cenário pode ser identificado por meio de práticas socioculturais como dietas alimentares, cirurgias plásticas estéticas e a procura por academias e procedimentos estéticos, culminando em um consumo significativo voltado para técnicas de embelezamento.

Esse contexto, definido em sua maior parte pela “tecnicização da beleza” (Neto & Caponi, 2007), acaba revelando excessos nessa procura incessante por sentir-se pertencente e aceito/a por grupos significativos para a pessoa, pois, como é discutido por Novaes e Vilhena (2003), a tentativa de alcançar os padrões estéticos desejados é angustiante, visto que essa é uma meta inatingível.

Diante deste contexto, é importante destacar que as mulheres têm sido o público mais afetado de forma negativa com essa pressão estética. Primeiramente porque a beleza para as mulheres assume, cada vez mais, a condição de um “dever moral”, atuando como dispositivo repressivo (Novaes, 2005, 2011; Novaes & Vilhena, 2003) e como responsabilidade individual, pois a beleza é uma meta que resulta em esforço constante (Novaes, 2005).

Associada a essa conjectura, é inegável afirmar que as vidas das mulheres são impactadas pelo machismo e sexismo, ambos frutos de uma cultura que normaliza e legitima práticas de violência e discriminação contra elas, deixando-as em posição de inferioridade, considerando as relações de poder historicamente estabelecidas nas relações de gênero (Madureira & Branco, 2012).

Além disso, conforme é discutido por Zanello (2018), a vida das mulheres é, frequentemente, organizada a partir do “dispositivo amoroso”, uma vez que elas acabam

direcionando suas condutas para as opiniões e desejos dos homens, que as avaliam e as escolhem para se relacionar em termos afetivo-sexuais. Em uma pesquisa que analisou como os estereótipos de gênero estão na base do sofrimento psíquico de homens e mulheres, Zanello, Fiuza e Costa (2015), ao realizarem entrevistas com usuários/as de um Centro de Atenção Psicossocial em Brasília, constataram que a aparência corporal feminina foi um dos temas mais citados pelas mulheres como sendo fonte de sofrimento psíquico. Dentre as participantes, 57,14% relataram sofrer por não estar dentro dos padrões estéticos socialmente esperados.

A pesquisa mencionada revelou o quanto essa busca para se adequar aos padrões de beleza hegemônicos pode ser adoecedora. Associado a isso, é possível constatarmos o aumento nos últimos anos das doenças da beleza¹, que são aquelas relacionadas à percepção da autoimagem, associadas à insatisfação com a aparência física. As mesmas influenciam a saúde física e mental dos sujeitos e são “caracterizadas por distúrbios alimentares, depressão, ansiedade, compulsão alimentar, anorexia nervosa, bulimia nervosa, vigorexia, ortorexia e pelas distorções da autoimagem” (Ribeiro, 2016, p. 04).

Embora todas as mulheres estejam sujeitas a serem influenciadas por essa pressão, é preciso reconhecer que os padrões estéticos hegemônicos vigentes são associados à branquitude, magreza e juventude. Ou seja, essa pressão estética privilegia um determinado padrão de corpo em detrimento de outros. Sendo assim, é necessário admitir que há uma falta de representatividade de mulheres que não apresentam essas características. Essa é uma questão que vale a pena ser ressaltada quando o tema das aparências corporais femininas é

¹ É importante destacar que a expressão “doenças da beleza” é um termo guarda-chuva, utilizado na literatura para explicar os diferentes tipos de sofrimento psíquico associados a questões relacionadas à beleza e à aparência corporal feminina. Entretanto, é necessário salientar que devemos ter uma leitura crítica do mesmo, a fim de evitarmos uma visão reducionista acerca dos diferentes processos vivenciados pelos sujeitos relativos ao sofrimento psíquico. Afinal, a presente pesquisa visa contribuir, de diferentes formas, com a desconstrução de compreensões patologizantes.

discutido, visto que quando associada a outras questões, como o racismo, a busca por estar dentro dos padrões corporais vigentes pode ser diretamente agravada.

Como é discutido por várias autoras na atualidade, como, por exemplo, González (2020), Lorde (2019), Ribeiro (2018; 2019) e Zanello (2018), as mulheres negras sofrem duplamente: com o machismo e com o racismo, que as coloca em uma posição de inferioridade que, infelizmente, é naturalizada socialmente. Bittencourt (2013), em sua Tese de Doutorado em Saúde Coletiva, objetivou compreender a relação entre padrões de beleza, imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em mulheres negras da cidade de Salvador – BA. No estudo de cunho quantitativo e qualitativo, a autora identificou que a identidade étnica, assim como o processo de integração sociocultural podem ser fatores de risco na manifestação de transtornos alimentares, se levarmos em conta a padronização das aparências corporais femininas.

Outros fatores que têm contribuído para o aumento do sofrimento psíquico associado a aparência física, estão relacionados à globalização e ao avanço das redes sociais. O acesso às informações e a veiculação de conteúdos relacionados ao tema da aparência corporal feminina fazem com que a disseminação dessas práticas de embelezamento e o compartilhamento desse estilo de vida voltado para o culto ao corpo, chegue mais rapidamente às consumidoras desses canais de comunicação.

Nesse sentido, é fundamental destacar o papel da mídia, enquanto uma forma de pedagogia cultural que, pautada nas relações de gênero, direciona nosso olhar e estabelece como devemos nos portar, bem como o que devemos consumir (Sabat, 2001). Seguindo nesta direção, é importante perceber que as representações de corpo e de beleza expostas nas redes sociais influenciam, de diferentes formas, suas consumidoras.

Vieira (2019) realizou um estudo inspirado na proposta epistemológica qualitativa desenvolvida por González Rey. Na pesquisa em questão, a construção de informações

aconteceu a partir da realização de seis entrevistas individuais semiestruturadas, de forma integrada à apresentação de imagens previamente selecionadas, com mulheres na faixa etária entre 18 e 30 anos. A pesquisa tinha como objetivo compreender de que maneira a rede social *Instagram* influenciava a autoimagem de mulheres jovens e constatou que as influenciadoras digitais serviam, muitas vezes, como referencial de identificação para as mulheres, que comparavam seus corpos às imagens expostas nas redes.

Tendo em vista a grande circulação de conteúdos expressos através de textos e imagens nas redes sociais que, frequentemente, supervalorizam o corpo, o aumento da prevalência das doenças da beleza entre as mulheres e o papel das redes sociais em uma sociedade midiaticizada, é fundamental analisarmos os impactos da influência desses discursos que ali circulam. Enquanto usuária de diversas redes sociais, tenho percebido que, ao mesmo tempo que existe um espaço para compartilhar e consumir informações que valorizam e reforçam os padrões estéticos hegemônicos, movimentos que tentam desconstruir esses ideais vêm crescendo cada vez mais.

Nessa direção, é possível perceber conteúdos voltados para a valorização das diversidades e de incentivo para trazer esses debates e reflexões à tona. Assim, é preciso explorar os significados dessas novas práticas, que caminham na direção oposta ao que é normalizado e naturalizado no cotidiano, quando se trata das temáticas referentes às aparências corporais femininas.

É essencial pontuar que as redes sociais são muito utilizadas por adolescentes e jovens, “os/as nativos digitais”, como descrito por Vannini Ribeiro (2021). Fato importante a ser destacado quando pensamos em uma perspectiva preventiva no âmbito da educação para saúde desse público, que precisa estar amparado por uma rede de proteção que considere os fatores de risco envolvidos no acesso aos conteúdos expostos na internet, especialmente para os/as adolescentes. Ademais, é preciso levar em conta que essa fase é permeada por

transformações e mudanças na vida dessas adolescentes e mulheres jovens, sendo importante analisar qual o papel dessas mídias na formação das identidades de gênero das mesmas.

Em uma pesquisa sobre o uso de redes sociais, influência da mídia e a insatisfação com a imagem corporal, Lira, Ganen, Loudi e Alvarenga (2017) realizaram um estudo transversal com 212 meninas, estudantes de escola pública e participantes de uma ONG, do Estado de São Paulo, na faixa etária entre 10 e 18 anos. Ao serem questionadas acerca dos malefícios do uso das redes sociais, as participantes do estudo citaram o vício e o *bullying*, além de relatarem que assimilavam informações sobre padrão de beleza através dos conteúdos consumidos nessas redes. As crianças, adolescentes e jovens também afirmaram que se sentiam influenciadas com relação às práticas alimentares e também sobre a percepção do seu próprio corpo. Dentre as entrevistadas, 75,9% concordaram que haviam benefícios em utilizar as redes sociais e 80% não se sentia satisfeita com sua imagem corporal.

Nesse sentido, cabe mencionar a pesquisa realizada por Bittencourt (2013), a qual complementa as informações apresentadas acima e aponta que as relações familiares e afetivas, as crenças religiosas, as práticas esportivas, a alimentação, a profissão, bem como as características pessoais e a mídia são fatores que podem agir tanto quanto fatores de risco quanto de proteção para o desenvolvimento de transtornos alimentares entre as jovens, sendo também atravessados pelos marcadores de raça e classe. A pesquisa, que envolveu a utilização de uma metodologia quantitativa e de uma metodologia qualitativa, buscou compreender a relação entre os padrões de beleza construídos socialmente, o desenvolvimento da imagem corporal e os comportamentos de risco para transtornos do comportamento alimentar entre mulheres negras de Salvador - BA.

Além do que foi discutido anteriormente, cabe ressaltar que o surgimento da pandemia de Covid-19 no final do ano de 2019 também trouxe consequências diretas para o nosso cotidiano. O cenário de incertezas impactou a vida de toda a população mundial, interferindo

na nossa rotina e repercutindo em diversas mudanças comportamentais, sociais e culturais, como o uso de máscaras, a inclusão de novas práticas de higiene no dia-a-dia e o aumento do uso de diferentes tecnologias como ferramentas de estudo/trabalho. Sem contar a quantidade significativa de pessoas que, infelizmente, perderam seus entes queridos, o que acabou gerando um estado de luto coletivo. Não há como negar que um mundo pandêmico traz diversas implicações na saúde das pessoas.

Dois anos depois da descoberta dos primeiros casos da doença, os efeitos de todas essas mudanças vivenciadas desde então ainda repercutem na saúde dos sujeitos e, muito provavelmente, ainda continuarão por alguns anos. Em reportagem de outubro de 2021², Ana Maria Lopes, psiquiatra e professora da Universidade Federal de Minas Gerais – UFMG, destaca algumas das consequências da pandemia: restrições na vida social, aumento da convivência nos lares e novas formas de organização de hábitos alimentares ocasionaram a redução de fatores protetivos, como a prática de esportes e diminuição do convívio social, por exemplo.

Esse contexto foi facilitador para o surgimento de estados ansiogênicos e depressivos, pois colocou em xeque as nossas maneiras habituais de atingir prazer e satisfação nas atividades rotineiras. Com isso, precisamos buscar recursos de enfrentamento para lidar com o estranhamento suscitado por tal acontecimento. Segundo a médica anteriormente citada, houve um aumento do sofrimento psíquico em todas as idades e ela atenta para a importância da rede de proteção nesse cenário de prevenção e identificação desses sintomas: família, amigos, colegas de trabalho e escola, no caso de adolescentes. A reportagem ainda aponta para o crescimento no primeiro ano da pandemia de casos de transtornos alimentares e hospitalizações entre adolescentes nos EUA, indicando o alerta para pais, educadores/as e profissionais.

² Disponível em: <https://www.medicina.ufmg.br/transtornos-alimentares-crescem-entre-os-jovens/>

Por esses motivos, é essencial enxergar o potencial educativo que as redes sociais podem oferecer para esse público, visto que esses canais de comunicação fazem parte do contexto de vida dessa geração. Partindo dessa visão, as redes sociais podem ser compreendidas como contextos educativos não formais, tendo em mente que a educação não acontece somente na escola (Madureira, 2013), exercendo impactos significativos nos processos educativos e na formação identitária desses/as jovens.

Se utilizadas também enquanto recurso educativo, podem prevenir ou evitar os efeitos do surgimento de doenças da beleza entre as usuárias dessas redes. Oliveira e Hutz (2010), ao realizarem uma revisão sistemática da literatura, enfatizam a necessidade de estudos que explorem a potencialidade preventiva da mídia como um fator aliado na prevenção de transtornos alimentares de adolescentes e jovens. Importante ressaltar que no ano de publicação do estudo, as redes sociais ainda não estavam em ascensão e não eram tão utilizadas como são nos dias atuais, embora a pesquisa já indicasse a relevância de se investigar o tema.

Além disso, também é relevante analisar os discursos que rompem com as representações coerentes com os padrões estéticos hegemônicos associados aos corpos femininos, que são muito excludentes. É de fundamental importância pensar como a psicologia, enquanto ciência e campo de atuação profissional, pode contribuir com os debates relacionados à temática e contribuir na disseminação de discursos que privilegiem a diversidade nas práticas, representações e discursos voltados para a aparência corporal feminina.

Quanto a isto, Ribeiro (2016) ressalta a importância da discussão sobre a temática em foco em sua pesquisa, que mostrou como as pessoas atendidas na psicologia clínica tem trazido, cada vez mais, demandas relacionadas às doenças da beleza, apontando para a importância desses/as profissionais na prevenção dessas doenças na sociedade brasileira

contemporânea. A pesquisa teve como objetivo investigar o papel do/a psicólogo/a clínico/a na prevenção das doenças da beleza na sociedade brasileira contemporânea. A mesma foi inspirada na proposta epistemológica qualitativa de González Rey. Em termos metodológicos, a pesquisa envolveu a realização de seis entrevistas individuais semiestruturadas com psicólogas clínicas.

Com base no que foi apresentado, faz-se pertinente questionar: de que maneira as redes sociais podem ser utilizadas como recurso educativo na prevenção de processos de sofrimento psíquico relacionados à aparência corporal das mulheres? De que forma as redes sociais podem contribuir para a disseminação de práticas voltadas à promoção de saúde para as jovens usuárias? Essas são algumas questões que despertaram interesse sobre o tema e basearem a delimitação do problema de pesquisa.

Para respondê-las, é preciso analisar o tema das insatisfações relacionadas à aparência corporal feminina na psicologia, por ser uma área da saúde que busca promover a saúde e o bem-estar dos sujeitos, atuando de forma a se comprometer eticamente com a promoção da qualidade de vida das pessoas. Assim, é essencial mencionar o segundo princípio ético fundamental que rege a profissão, como consta no Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005): “o psicólogo trabalhará visando promover a saúde e a qualidade de vida das pessoas e das coletividades e contribuirá para a eliminação de quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão”.

Ainda com relação à prática profissional dos/as psicólogos/as, mais especificamente voltada para o desenvolvimento de uma atuação antirracista, é importante mencionar a Resolução nº 18/2002 (CFP), que focaliza o papel dos/as psicólogos/as frente ao preconceito e à discriminação racial. Nela está prescrito que os/as profissionais não podem exercer ações discriminatórias ou favorecer preconceitos referente à raça ou etnia. Ou ainda, ser conivente ou omitir casos de racismo.

Enquanto área inserida no vasto campo das ciências humanas, a psicologia tem o dever de refletir criticamente e se posicionar contra qualquer ato que seja prejudicial para indivíduos, grupos ou qualquer parcela da população que esteja, de alguma forma, em posição de vulnerabilidade social. Essas ações são essenciais para o enfrentamento das desigualdades e para a concretização do compromisso social da psicologia no nosso país (Bizerril & Madureira, 2021).

Os/as profissionais precisam estar atentos/as ao aumento dos processos de adoecimento psíquico relacionados a percepções distorcidas sobre o próprio corpo. O que pode ser indicativo de que o tema não tem o espaço para ser abordado da maneira como deveria na formação em Psicologia, indicando que certos processos de adoecimento ainda podem ser vistos como um tabu na nossa sociedade. Ademais, é necessário mencionar a influência de interesses econômicos sob essa questão, pois, infelizmente, o sofrimento dos sujeitos, em certa dimensão, é lucrativo (Bizerril & Madureira, 2021). Mais especificamente, a indústria farmacêutica tem crescido em larga escala com a medicalização da saúde.

Sousa (2021) realizou uma pesquisa com a utilização de uma metodologia qualitativa, intitulada “Padrões Estéticos Hegemônicos, Mídia, Doenças da Beleza e Psicologia Clínica na Sociedade Brasileira Contemporânea”, na qual entrevistou virtualmente seis psicólogas clínicas com o objetivo de analisar o papel da psicologia clínica no atendimento de mulheres que apresentam insatisfações relacionadas à aparência corporal e na prevenção de doenças da beleza. A autora argumenta sobre como o corpo das mulheres tem sido abordado enquanto objeto de consumo e como isso está associado a uma característica imediatista das sociedades ocidentais, que tem gerado consequências na saúde física e psíquica das pessoas, especialmente as mulheres.

Por isso a importância de se abordar tais temáticas nos cursos de graduação não só em Psicologia, mas nos cursos da área da saúde de uma maneira geral, a fim de produzir e

disseminar conhecimentos relacionados às insatisfações ligadas à aparência corporal. É também fundamental considerar a relevância da discussão e do conhecimento dos/as profissionais acerca dos fatores de risco e proteção para a promoção de saúde dos indivíduos, sendo estes aliados no enfrentamento do sofrimento psíquico advindo dessas questões ligadas ao corpo.

Além disso, apesar de já convivermos há alguns anos com o uso das redes sociais, as influências e os impactos relacionados ao seu uso rotineiro estão sendo investigados há pouco tempo. Da mesma maneira, as influenciadoras digitais que têm proposto discursos contra hegemônicos, ou seja, que problematizam a supervalorização de determinados tipos de aparência corporal, também fazem parte de um fenômeno recente, indicando a relevância de estudos que o explorem a fundo tal questão.

A partir do que foi exposto anteriormente, acredito que uma pesquisa que busque compreender de forma mais aprofundada essas questões de modo articulado com a discussão teórica sobre essas temáticas é pertinente. A partir da perspectiva da psicologia cultural, a pesquisa realizada apresenta um potencial significativo em termos de contribuições para o campo da psicologia, enquanto ciência e campo de atuação profissional, colaborando com práticas e discursos que visem promover a saúde das pessoas, especialmente das mulheres, considerando o recorte temático da pesquisa realizada.

Assim, a presente monografia está organizada da seguinte maneira: em seguida serão apresentadas três seções teóricas, que contemplam a discussão teórica e conceitual que fundamenta a pesquisa realizada. Logo após, serão apresentadas a seção metodológica e a seção de resultados e discussão, que focaliza os resultados mais significativos, considerando as três categorias analíticas temáticas construídas: 1) Padrões estéticos hegemônicos, representatividade e diversidade étnico racial; 2) Redes sociais e sofrimento psíquico

vivenciado pelas mulheres; e 3) As redes sociais enquanto recursos educativos: promovendo a saúde mental. E, por fim, as considerações finais.

São apresentados, a seguir, os objetivos da pesquisa:

Objetivo geral

Analisar de que maneira os conteúdos que circulam nas redes sociais podem atuar enquanto fatores de prevenção do sofrimento psíquico e na desconstrução dos padrões estéticos relacionados à aparência corporal de jovens usuárias.

Objetivos específicos

- Analisar de que forma os padrões estéticos hegemônicos difundidos nas redes sociais influenciam as representações corporais de mulheres jovens.
- Compreender as relações entre o uso das redes sociais, os referenciais de beleza difundidos e a insatisfação corporal das usuárias.
- Analisar os impactos dos conteúdos relacionados à aparência corporal das mulheres e sua relação com o pertencimento étnico-racial.

1. Processos Identitários, Identidade de Gênero e Aparência Corporal

Para a psicologia cultural, como o próprio nome já indica, a cultura possui um papel central na construção do psiquismo humano e também na forma como nos relacionamos, percebemos o mundo e interagimos com ele (Valsiner, 2012). É por meio dela que existe um “sistema simbólico de referência que norteia a produção de significados coletivos” (Bezerril & Madureira, 2021, p. 15). Em outras palavras, produzimos e internalizamos pensamentos, emoções e sentimentos através das diferentes formas de comunicação e expressão de hábitos e comportamentos, pois a cultura exerce um papel fundamental nas funções intrapessoais e interpessoais através da mediação semiótica, a partir dos signos (Valsiner, 2012).

O fato de modificarmos o meio em que vivemos e produzirmos objetos com significados, os artefatos culturais, é o que nos permite avançar, e fazemos isso através dos signos, instrumentos que fazem a ponte entre as nossas funções intrapessoais, nossas relações interpessoais e o ambiente externo (Valsiner, 2012). Assim, a psicologia cultural destaca o caráter ativo do sujeito nesse processo, em que ele transforma a cultura e também é transformado por ela, visando enxergá-lo a partir da integração de diversos aspectos de sua constituição, compreendendo a complexidade que caracteriza o desenvolvimento humano (Madureira & Branco, 2005).

Partindo do pressuposto que os processos culturais têm um papel fundante na nossa constituição identitária e, conseqüentemente, na forma como concebemos as aparências corporais femininas, é essencial delimitar previamente alguns conceitos para desenvolver a discussão teórica acerca da temática em foco. Primeiramente, é preciso assumir que a aparência corporal é parte constitutiva da identidade dos sujeitos, visto que é caracterizada por meio dos aspectos simbólicos valorizados no nosso círculo social e cultural, expressos na forma como apresentamos e somos representados (Le Breton, 2007).

Sendo assim, os processos identitários são construídos sempre no interior da cultura, atravessados pela história de cada sociedade, podendo ser sintetizados pela articulação complexa entre as diversas identificações que nos constituem (Louro, 2000; Madureira, 2018; Sawaia, 2014; Woodward, 2000). A identificação é, assim, um processo complexo, visto que ora nos encontramos em posições hegemônicas, ora em posições não hegemônicas, acionando diferentes pertencimentos e identificações de acordo com o contexto no qual estamos inseridos/as.

Tendo em vista que, no imaginário social, certas identidades femininas são pautadas em atributos físicos que valorizam um determinado padrão estético corporal e em características/comportamentos ancorados no sistema binário de gênero, é indispensável analisarmos as relações de gênero. Nesse sentido, é importante destacar que gênero é uma categoria reguladora dos corpos, que orienta as formas de organização social e impacta os processos de subjetivação e a construção das identidades dos sujeitos, conforme é discutido por diversos/as autores/as na contemporaneidade (como, por exemplo: Adichie, 2015; Almeida, 2014; Butler, 2014; Heilborn, 1999; Louro, 2000; Madureira, 2010, 2018; Madureira & Branco, 2012; Sabat, 2001; Scott, 1995; Zanello, 2018).

Portanto, é fundamental salientar que as relações de gênero produzem impactos na vida social, pois como é discutido por Butler (2014, p.53), gênero “é o mecanismo pelo qual as noções de masculino e feminino são produzidas e naturalizadas” e, ainda, uma forma de atribuir significado às relações de poder que emergem dessa naturalização de papéis (Scott, 1995). É também uma categoria analítica que nos permite analisar vários fenômenos relevantes no campo das ciências humanas, incluindo a análise das relações de gênero e seus impactos na saúde psíquica das pessoas (Madureira, 2010). Dessa forma, é possível desenvolver análises críticas sobre práticas excludentes, perpassadas pelo sexismo, que perpetuam no cotidiano as desigualdades nas relações entre homens e mulheres.

Assim, é importante analisarmos as identidades e levarmos em conta a influência das categorias de sexualidade e gênero, porque ainda que saibamos que sejam construções simbólicas fluidas, demarcadas no tempo e na história, elas, muitas vezes, normatizam as identidades e orientam nossas trajetórias de diferentes formas. Adichie (2015) discorre sobre o problema da questão de gênero de forma muito elucidativa quando afirma que essa diferenciação pautada na desigualdade sexual dificulta o reconhecimento e a valorização das diferenças. A sociedade, frequentemente, coage os indivíduos para agirem regulados por como “devem” ser e menos como realmente são, visto que a heteronormatividade e o sistema binário de gênero coíbem quaisquer expressões subjetivas que não se enquadrem a elas.

Em uma pesquisa empírica no campo das ciências sociais focalizada na temática das questões de sexualidade e gênero, que buscou compreender as trajetórias biográficas de homens e mulheres cariocas com idades entre 20 a 45 anos, Heilborn (1999) afirma que a categoria sexualidade pode ser entendida enquanto “recurso explicativo baseado em diferenças psicológicas” (p.01). Mas não só, pois também é estruturada por meio de valores, práticas e significados que formam a história singular de cada sujeito na vivência de seus desejos, crenças e opiniões.

Para Madureira e Branco (2012), os processos identitários podem ser compreendidos enquanto fenômenos de fronteira, em que as diferenças, provenientes das relações e dos vínculos de pertencimento que construímos, têm um papel central por demarcarem os grupos e os indivíduos. Ao se tornarem rígidas, essas fronteiras simbólicas caracterizam o preconceito, que vinculado à intolerância emocional, se baseia na diferenciação hierárquica e na desqualificação entre grupos.

O sexismo, visto enquanto forma de discriminação (preconceito posto em prática), pode ser compreendido enquanto fenômeno que é mantido e fortalecido por comportamentos, crenças e representações que legitimam as relações de poder desiguais entre os gêneros

(Madureira 2010; 2018; Madureira & Branco, 2012). Pode ser exemplificada em associações muito comuns no imaginário coletivo, como: cor azul deve ser utilizada por meninos enquanto rosa, por meninas. Ou ainda, atividades físicas como ballet são mais adequadas para o sexo feminino enquanto lutas e exercícios que envolvem força são ideais para o público masculino.

Essa discussão é de fundamental importância porque rompe com a visão essencialista de que a masculinidade e a feminilidade são “naturais”, evidenciando o caráter cultural desses fenômenos. Os hábitos, os comportamentos e as práticas que caracterizam algo enquanto feminino ou masculino não são inatos, são da ordem do aprendido: desenvolvemos e internalizamos ao longo da nossa socialização.

A definição de alguns papéis sociais associados às mulheres legitima diversas desigualdades ao associá-los com sua condição biológica, pois ao longo da nossa história como humanidade, prevaleceu a crença de que o atributo físico, mais especificamente a força, era importante para orientar a nossa sobrevivência enquanto espécie (Adichie, 2015). Entretanto, a condição corporal ligada à força física como atributo necessário para uma vivência “bem-sucedida” não faz mais sentido nos dias atuais, pois as formas de organização social agora requerem outras habilidades, que não privilegiam, necessariamente, características físicas (Adichie, 2015). Apesar disso, as diferenças corporais entre homens e mulheres ainda são utilizadas como “justificativa” para práticas que validam as desigualdades de gênero na atualidade.

Como gestar e parir são funções que só podem ser exercidas por mulheres, as divisões de papéis foram pautadas por essa diferença física e legitimadas por ideologias políticas e religiosas (Zanello, 2018). Essa crença fez com que os homens passassem a ocupar os espaços públicos enquanto as mulheres se dedicavam à vida privada. A dicotomia presente

nas questões de gênero é potencializada no nosso país, onde ainda há uma forte associação da feminilidade ao espaço privado, assim como a masculinidade ao espaço público.

Adichie (2015) afirma que é comum naturalizarmos práticas culturais que privilegiam os homens, tendo em vista que os estereótipos de gênero cumprem uma função de manutenção do poder associado à masculinidade. Além disso, é necessário destacar que a cultura machista abre espaço para que a violência contra as mulheres seja naturalizada, afetando-as negativamente na tentativa de fazer prevalecer a visão de um grupo hegemônico, no caso, os homens.

Apesar das mulheres terem conquistado muitos direitos civis e políticos, as relações de gênero ainda são demarcadas por inúmeras desigualdades que se manifestam de diversas maneiras, que vão desde a divisão desigual das tarefas domésticas até, nos casos extremos, o feminicídio, tendo, certamente, inúmeras consequências nos processos subjetivos e identitários das mulheres.

A partir disso, reafirmamos que as identidades são relacionais e simbólicas, sendo, portanto, construídas dentro de um sistema de crenças (Woodward, 2000). Isto é, as nossas trajetórias são orientadas por aquilo que vivenciamos dentro de um determinado contexto cultural. É interessante pensarmos em como a construção de padrões ideais em relação aos corpos foram passando por reformulações, sendo sempre uma representação dos valores existentes em um determinado cenário histórico-cultural.

A concepção de corpo precisa ser pensada a partir de uma rede de significados culturais, que estão sempre em constante modificação (Louro, 2000). O cientista social Le Breton (2007) traz contribuições expressivas sobre a temática e defende que é por meio do corpo que nossas experiências adquirem sentido e significado: através das sensações, das diversas formas de expressões e movimentos, por exemplo.

Nesse sentido, o corpo é “a interface entre o social e o individual, entre a natureza e a cultura, entre o fisiológico e o simbólico” (Le Breton, 2007, p. 92), portanto, reflete significados relevantes sobre as relações humanas e a maneira como são tecidas as representações e os imaginários coletivos. Isso é algo fundamental para a compreensão do desenvolvimento humano, pois ele é o canal que nos conecta com o mundo. O corpo é, assim, nossa referência central no que se refere à identidade (Bittencourt, 2013).

Na Grécia antiga, o corpo (masculino) era cultuado e esculpido como expressão de saúde e beleza, ao contrário do que era compartilhado na Idade Média: fonte de pecado, precisava ser escondido. No cenário da época medieval, o corpo era visto como um receptáculo que aprisionava a alma, podendo, portanto, ser punido (Barbosa, Matos & Costa, 2011). Ainda na Idade Média e no início da Modernidade, é importante chamar a atenção para o fato de que inúmeras mulheres foram queimadas por serem consideradas “bruxas”, impuras e pecaminosas.

Esse contexto foi pautado por uma lógica misógina, que instituía a necessidade de controle sob os corpos e a sexualidade feminina. Estes eram associados à noção de pecado a partir de um ideal cristão que concebia o corpo da mulher como algo que evocava os prazeres carnis e, portanto, precisava ser rigidamente controlado (Madureira, 2016). Já na contemporaneidade, segundo Le Breton (2007, p. 84):

O corpo é promovido ao título de "significante de *status* social". Esse processo de valorização de si, através do uso de marcas distintivas e mais eficientes do ambiente imediato, depende de uma forma sutil de controle social. O cuidado de si mesmo, inerente a esses usos, revela uma versão paradoxal do narcisismo (...).

Ainda nos dias atuais, na considerada pós-modernidade, há o que os autores Barbosa et al. (2011) denominam de “crise do corpo”, um efeito das constantes mudanças sociais que tem como consequência a ideia de fragmentação do sujeito (Hall, 2006). Essa perda de referências reflete na construção das identidades, podendo culminar em uma sensação de desorientação e desamparo, pois o leque de possibilidades da vida atual ao mesmo tempo que oferece inúmeras alternativas, também gera incerteza, desorientação e desamparo (Hall, 2006; Le Breton, 2007).

Assim, é preciso questionarmos as práticas culturais que reforçam as desigualdades entre os gêneros, visto que estas podem favorecer processos desencadeadores de sofrimento psíquico para os sujeitos, bem como fortalecer processos excludentes. Sendo assim, os processos culturais exercem um papel essencial na constituição psíquica dos sujeitos (Holanda, 2020; Madureira, 2018; Madureira & Branco, 2015; Valsiner, 2012), presentes no modo como nos percebemos e nos relacionamos com os/as outros/as e com nós mesmos/as.

Como discutido anteriormente, a psicologia cultural compreende que a cultura cumpre um papel primordial no desenvolvimento psicológico individual, pois é através da mediação semiótica que nossos sistemas psicológicos interpessoais e intrapessoais são construídos (Valsiner, 2012). Nesse sentido, cabe destacarmos que estamos vivenciando a “era da imagem”, na qual as imagens enquanto representações visuais, ou seja, aquelas produzidas por nós (como, por exemplo, desenhos, pinturas e fotografias), têm um papel significativo no desenvolvimento humano por estarem presentes em diversas atividades do nosso cotidiano.

A depender de sua intencionalidade, podem desempenhar um papel de disseminação de conhecimento e/ou aprendizado, podendo suscitar ou não reflexões críticas a partir dos seus simbolismos (Santaella 2012; 2018). Para a autora, é importante sabermos “ler as imagens” no sentido de captarmos as mensagens implícitas, pois é essencial irmos além do

que está exposto visualmente. Esse exercício é interessante no contexto das redes sociais, pois muitas vezes existem intenções ocultas presentes naqueles conteúdos.

Destaca-se, então, a importância de investigar os significados atrelados às imagens, pois estas são signos a serem interpretados, construídos dentro de um determinado contexto histórico-cultural, que assumem um papel central nos processos identitários referentes à construção das identidades sociais que constituem os sujeitos por conta da importância das imagens nas sociedades imagéticas contemporâneas (Madureira, 2016, 2018). De forma mais específica, no cenário focalizado no presente trabalho, é preciso analisar os impactos dos conteúdos que circulam nas redes sociais na vida das usuárias, jovens adultas.

Como é demonstrado por Carrea (2012), o *Instagram* funciona como dispositivo que atua na construção das subjetividades e os recursos tecnológicos, como a rede social citada, têm um papel fundamental nos processos de socialização, pois além de atuarem na construção identitária das pessoas, são espaços de construção de novas percepções e desejos sobre si e sobre o mundo. O que explica, portanto, o termo “formadores/as de opinião” para pessoas que tem a profissão intitulada de “influenciador/a digital”. Essa expressão chama a atenção, se pensarmos na lógica de consumo na qual estamos imersos/as ao utilizar tais redes.³

Algumas ferramentas disponíveis em determinadas plataformas, como os filtros faciais, permitiram a “profissionalização da estética”, pois ser “bonito/a” faz parte do exercício de tal profissão Cintra (2021). Há uma lógica econômica que oportuniza e sustenta essa carreira, pois o consumo (de conteúdos e produtos) é que o alicerça essa realidade imersa no sistema capitalista.

Portanto, a psicologia, enquanto ciência e campo de atuação profissional, não deve ignorar a influência de fatores econômicos no contexto das sociedades capitalistas

³ Apesar da importância e pertinência da discussão da relação redes sociais e aparência corporal feminina para o tema da pesquisa, não vou aprofundá-la nesse momento pois isso será realizado na próxima seção teórica.

contemporâneas. De acordo com Vannini Ribeiro (2021), Sousa (2021) e Zanello (2018), o sofrimento das mulheres relacionado às questões de autoimagem é vantajoso para o mercado capitalista, que lucra através da indústria da beleza.

Em seu estudo, Maia (2011) buscou refletir sobre a influência da mídia e da indústria da beleza na divulgação da cultura do culto ao corpo, com o objetivo de analisar as relações entre consumo e mídia e suas respectivas consequências sobre a saúde e a imagem da mulher na sociedade contemporânea. A autora afirma que nessa lógica consumista há uma supervalorização do “ter”, que está fortemente associado à aparência física e a imagem propagados pela padronização da beleza. Neste contexto, o corpo passa a ser um produto que serve como expressão da personalidade, posição e status social do indivíduo, bem como é exposto e avaliado, tornando-se objeto de consumo e passível de avaliação e julgamento dos outros:

Essa “cultura da sensação”, ou seja, onde o prazer e a felicidade pessoais estão atrelados ao consumo de produtos, valores e estilo de vida, leva nossa sociedade à ilusão de que a felicidade e o conhecimento são frutos do consumo, gerando assim um consumo desenfreado com altos investimentos em busca da aparência perfeita (Maia, 2011, p. 19).

Com isso, o sentimento de frustração dos indivíduos que não se adequam às rápidas mudanças ocasionadas pelo avanço veloz da(s) moda(s) é frequente. Em um mundo mediado pelos artefatos tecnológicos, onde o contato presencial e prolongado tem tido cada vez menos espaço em comparação com os espaços virtuais, a volatilidade das relações é provocada pelas rápidas transformações e pela busca do imediatismo, características próprias das sociedades

contemporâneas que são uma característica do capitalismo no mundo contemporâneo (Maia, 2011).

Nos dias atuais, então, a aparência corporal surge enquanto elemento que possibilita o acesso a determinadas oportunidades e que confere destaque às pessoas, critérios importantes em uma sociedade como a nossa que enaltece a exclusividade. Por outro lado, a aparência é também responsável pela exclusão, insatisfação e sofrimento psíquico de grande parcela da população, especialmente no caso das mulheres, tendo em vista que a saúde das pessoas é um dos elementos mais afetados nessa lógica que desvaloriza determinadas características estéticas para valorizar outras.

Como discutido anteriormente, apesar das questões relacionadas à identidade de gênero serem relevantes em vários aspectos da vida em sociedade, no sentido de criar estereótipos, estigmas e reforçar modos de agir e de se comportar, a rigidez dicotômica sustentada por muitos anos entre feminilidade e masculinidade, tem sido cada vez mais questionada por uma parcela da população que busca romper e confrontar as práticas culturais consideradas como “naturais e corretas”. Afinal, uma das ideias que a psicologia e outras áreas das ciências humanas mais tem buscado desconstruir nas últimas décadas está associada à noção de normalidade, que classifica e patologiza toda e qualquer característica que seja considerada socialmente “diferente”.

A problemática aqui focalizada mostra a dimensão da influência das relações de gênero na vida das mulheres e, apesar de nem sempre ser associada diretamente à questão das aparências corporais femininas, a relação faz-se presente, pois como busquei discutir nessa seção, os processos psíquicos, sociais, políticos, históricos e culturais estão interligados. Ao mesmo tempo que são responsáveis pela construção das subjetividades e identidades dos sujeitos, também são construídos por eles/elas. Consequentemente, a maneira como as mulheres se percebem e lidam com o próprio corpo é resultado dessa forma de organização

social e cultural pautadas em representações idealizadas de determinados padrões estéticos
hegemônicos.

2. Redes Sociais e Questões Étnico-Raciais

Como discutido na seção interior, as identidades de gênero são fundamentais na constituição subjetiva dos sujeitos. Nessa direção, proponho problematizar agora, porque a aparência corporal é considerada um critério importante para definir, muitas vezes, a autoestima e o “status” das pessoas no contexto das sociedades imagéticas contemporâneas. A partir disso, é preciso questionar: de que maneira a saúde mental das mulheres é afetada, quando há uma supervalorização de um determinado tipo de aparência corporal feminina nas redes sociais?

Inicialmente, é necessário assumirmos que as redes sociais lançam mão de uma estética visual na qual sua estrutura é baseada em imagens, que assumem um papel de destaque nas interações que ali acontecem. Para Santaella (2012), nós produzimos imagens para serem expressões visuais da realidade e estas são caracterizadas enquanto signos, podendo ser classificadas em três tipos de domínio: (a) imagens mentais, como os sonhos; (b) imagens diretamente perceptíveis, ao miramos o pôr do sol, por exemplo; e (c) representações visuais, como as pinturas e fotografias. Para a presente pesquisa é o terceiro domínio que mais nos interessa, visto que nas redes sociais são difundidas inúmeras representações visuais como, por exemplo, as fotos existentes no *Instagram*.

Nessa perspectiva, as imagens podem ser entendidas como artefatos culturais, que impactam, de forma profunda, o sentimento de pertencimento dos sujeitos em relação a determinados grupos sociais. Considerando o princípio explicativo da mediação semiótica, de fundamental importância na perspectiva da Psicologia Cultural, as imagens atuam diretamente em nossas funções psíquicas (Madureira, 2016, 2018). Em outras palavras, as imagens apresentam semelhanças com os elementos da realidade que representam (Santaella, 2012; 2018).

De acordo com Sabat (2001), as imagens disponíveis nos canais midiáticos que consumimos influenciam nossos comportamentos, ações, pensamentos e sentimentos. Cabe destacar que, atualmente, existem outras formas de exposição das mesmas por conta das redes sociais, diferente do contexto da época na qual o artigo citado foi publicado, apontando para o aspecto de dinamicidade dos canais de comunicação, que acompanham as transformações tecnológicas, sociais e políticas.

Levando em conta essa mudança temporal e histórica, é pertinente traçarmos uma rápida contextualização sobre as redes sociais online. Zenha (2018) as define enquanto espaços de manifestação coletivas que permitem interações sociais intermediadas por artefatos tecnológicos, como computadores e celulares, nas quais as pessoas são protagonistas nessa troca e compartilhamento de interesses e afinidades. A autora acrescenta o termo “online” justamente para chamar atenção dos/as leitores/as para o fato de que as redes sociais, no sentido de agrupamento humano, sempre existiram.

Afinal, os seres humanos são seres gregários que buscam estar juntos não só para a preservação da espécie, mas também pela troca mútua ao partilharem interesses, crenças e valores. Os recursos tecnológicos que permitem que estejamos conectados (de forma síncrona e assíncrona) em qualquer hora, com diferentes pessoas em qualquer lugar do mundo, são uma novidade bem recente na história da humanidade. Da mesma forma que as implicações psicossociais de seu uso também.

Dessa maneira, os conteúdos imagéticos que circulam nas redes sociais têm o potencial de influenciar seus/suas consumidores/as, podendo alterar a percepção que estes/as têm de si, ao comparar seus corpos com os que estão representados nos conteúdos acessados (Vieira, 2019). Isso estimula comparações constantes, prática que ganha sentido em uma sociedade como a nossa, que valoriza a competição, contribuindo, lamentavelmente, para o

sofrimento psíquico de muitas pessoas, que permanecem em um ciclo de insatisfações incessantes.

Cabe mencionar que, assim como as imagens enquanto representações visuais (Santaella, 2012) são uma forma importante de mediar a comunicação nesses espaços virtuais. Zenha (2018) também salienta que as narrativas dos sujeitos têm um papel comunicacional significativo, visto que as interações proporcionadas pelas trocas discursivas são uma característica presente em qualquer uma das redes sociais existentes atualmente, como *Instagram*, *LinkedIn*, *TikTok*, *Twitter*, *WhatsApp*, *YouTube* e outros.

Esse fato também pode ser entendido como uma característica do mundo contemporâneo, uma vez que valorizamos a instantaneidade e a exposição do corpo “ideal” precisa ser vista e compartilhada, pois, só assim, é legitimada (Novaes, 2011). Ou ainda, como afirma Aprobato (2018, p.162) ao discutir sobre o conceito de vaidade na “sociedade instagramável”: “(...) as pessoas têm fome de muitas coisas, inclusive uma fome insaciável de beleza, que se manifesta em necessidade de se transformar em imagem (...)”. Esse imediatismo estimulado na era digital gera, frequentemente, ansiedade e frustração, que apresentam implicações significativas na saúde mental das pessoas, principalmente quando estas não se sentem pertencentes, em termos de identificação, em relação a grupos que são significativos para elas.

Em função da construção das identidades serem simbólicas, sociais e relacionais, Woodward (2000) entende que estas são marcadas pelas diferenças, pois as condições que fazem um sujeito se sentir pertencente não são as mesmas que fazem o outro se identificar com um determinado grupo. Em outros termos, o processo de identificação implica a utilização de certos critérios para a inclusão e a exclusão de outros. Afinal, as pessoas se reconhecem a partir de determinadas características, pois somos, frequentemente,

avaliados/as a partir do que é valorizado socialmente. Isso abre espaço para o preconceito e a discriminação no cotidiano.

Carrea (2012) aponta um dilema vivenciado pelos/as usuários/as das redes sociais: ao mesmo tempo que as pessoas querem se sentir pertencentes a um grupo que lhes é socialmente significativo, há o desejo de se destacar e, portanto, marcar a diferença de alguma forma. Entretanto, fica perceptível que quando o tema é relacionado à aparência corporal, alguns critérios são mais “populares” do que outros, tendo em vista que os corpos considerados fora dos padrões estéticos hegemônicos ainda não têm muito espaço nessas redes. Esse processo se torna problemático quando há uma busca incessante do sujeito em se adequar ao que é definido socialmente como “belo”. A mídia é um dos lugares em que o corpo é representado simbolicamente, orientando práticas culturais de culto ao corpo, assim como reforçando, frequentemente, estereótipos de gênero (Ribeiro, 2016; Sabat, 2001).

Essa exposição é um fator importante a ser considerado quando pensamos em promoção de saúde e prevenção de processos de adoecimento psíquico, visto que a comparação é quase inevitável em uma cultura como a brasileira, que supervaloriza a aparência corporal dos indivíduos, especialmente das mulheres, incentivando a rivalidade e a competição entre as mesmas.

Atualmente, a beleza, em termos de aparência corporal feminina, está relacionada, portanto, aos ideais de branquitude, magreza e juventude (Novaes, 2011; Novaes & Vilhena, 2003; Vieira, 2019). Isso passa a ser um problema quando a valoração da mulher é condicionada à sua aparência física e certos grupos são socialmente representados em posição de inferioridade por esse motivo. Ainda há uma grande lacuna no que se refere à representatividade feminina nas redes sociais, já que mulheres negras, indígenas, as que apresentam alguma deficiência e as que fazem parte da comunidade LGBTQIAP+ não são, normalmente, incluídas nesse referencial estético de beleza.

Nesse sentido, cabe mencionar a pesquisa de Souto (2020), que buscou analisar as representações de mulheres negras que aparecem nos filmes “Preciosa: uma história de esperança”, “Café com Canela” e “Felicidade por um Fio”, a partir da perspectiva da psicologia cultural e do feminismo decolonial. Nela, a autora resalta o paradoxo em que se encontram as mulheres negras, pois vivem ao mesmo tempo a ultrassexualização e a invisibilização.

Essa representação foi historicamente constituída no nosso país ao colocarem o corpo dessas mulheres enquanto públicos, em uma visão de que seus corpos não pertencem a si, tornando-as mais vulneráveis em questão de violência de gênero (Obando, 2021). Para exemplificar, vale lembrar das “globelezas”, que por muitos anos apareceram na televisão em performances erotizadas, reproduzindo certos estereótipos que legitimam a invisibilidade e as colocam em posição de inferiorização.

O cenário mencionado anteriormente também é legitimado pela existência do mito da democracia racial, tendo em vista que o racismo no Brasil não é, muitas vezes, assumido por nossa população, mas é manifestado de diversas maneiras através da expressão do preconceito, ou seja, através de práticas discriminatórias racistas (González, 2020; Madureira, Barreto, Silva & Bastianello, 2021; Ribeiro, 2019). Djamila Ribeiro (2021), mulher negra, acadêmica e feminista, ao abordar a preocupação de sua mãe com a sua aparência na infância, afirma que:

Foram várias as vezes em que escutei que eu era uma neguinha fedida, mesmo sendo uma das crianças mais cheirosas da escola. Ou que meu cabelo era sujo e cheio de piolhos, mesmo minha mãe cuidando sempre. Toda vez que algum cheiro ruim surgia na sala de aula, outras crianças diziam que deviam ser os “negros fedidos”. Tínhamos,

então, que estar sempre impecáveis, senão havia punição severa – em casa ou fora dela (p.40).

A citação apresentada anteriormente, apesar de ser um relato pessoal, é uma experiência compartilhada pela população negra, que é afetada historicamente e cotidianamente pelo preconceito e a discriminação racial. Gomes (2002) analisa o papel do cabelo crespo na constituição da negritude, a partir de uma análise de como são construídas concepções e representações sobre o cabelo e os corpos negros dentro e fora da escola, indicando como esse é um aspecto importante na constituição identitária dessa população, de forma similar ao que foi apontado por Djamila Ribeiro (2021) no relato anterior.

Assim como Djamila Ribeiro (2021) discute sobre não se sentir contemplada em vários discursos sociais por ser uma mulher negra, Gomes (2002) evidenciou nos relatos de mulheres negras entrevistadas o quanto suas aparências eram determinantes em termos afetivos e relacionais de maneira geral. A autora realizou a pesquisa em quatro salões étnicos de Belo Horizonte, com 17 mulheres e 11 homens negros.

A cientista social e criadora de conteúdo digital, Nátaly Neri, discute sobre como o racismo dificultou, em certa medida, imaginar possibilidades futuras para sua vida. No mesmo relato, Nátaly também fala como o afrofuturismo enquanto movimento de re(existência) tem sido uma ferramenta importante para os processos de identificação e o sentir-se pertencente para as pessoas negras⁴. Segundo Souza e Assis (2019), o movimento afrofuturista, enquanto uma forma de afirmação das identidades negras, indica uma possibilidade de construção de uma educação antirracista, pois potencializa o protagonismo

⁴ Relato disponível no Ted Talk “Aprofuturismo: A Necessidade de Novas Utopias”. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=D1y9yZRpis>

das pessoas negras, oferecendo novos olhares a partir de um viés crítico da realidade, oferecendo narrativas (e possibilidades de futuros) diferentes para esses sujeitos.

Dessa maneira, as discussões críticas apresentadas anteriormente explicitam questões fundamentais para refletirmos sobre os impactos das desigualdades raciais nas concepções relacionadas à aparência corporal na nossa sociedade. As mesmas também contribuem para pensarmos em novas formas de educar as novas gerações, visto que, desde crianças, somos ensinados/as a naturalizar preconceitos e situações de discriminação como forma de manutenção das relações de poder historicamente estabelecidas (Madureira & Branco, 2012).

No intuito de contribuir com novas formas de aprendizado e na construção de diferentes formas de ver e pensar as relações interpessoais, é preciso acreditar no potencial, enquanto recurso educativo, que as redes sociais possuem. Vannini Ribeiro (2021) defende que as tecnologias digitais podem contribuir para os contextos educacionais visando a disseminação de uma cultura democrática, através da discussão de temas importantes na atualidade e da realização de projetos educativos como o *cyberbullying* e questões identitárias, além de atuar de forma positiva na educação socioemocional dessa nova geração.

Além disso, ainda segundo Zenha (2018), a rápida veiculação e propagação de conteúdos é um diferencial da utilização dessas redes, sendo então uma vantagem se pensarmos em ações que visem a desnaturalização e desconstrução de determinados discursos, fazendo com que os/as usuários/as também possam atribuir novos sentidos para o uso das mesmas.

Por outro lado, precisamos pensar que essa rapidez pode ser prejudicial, por dificultar o desenvolvimento de um olhar mais aprofundado e reflexivo sobre as mensagens. Portanto, é fundamental que a Psicologia assuma uma postura crítica diante desses processos de exclusão relacionados à falta de representatividade racial na mídia e instigue uma atuação que valorize as diferenças em vários sentidos.

Além disso, os/as psicólogos/as precisam estar preparados/as para compreender os não ditos: devem saber interpretar se as demandas trazidas pelo sujeito, bem como seus processos de adoecimento estão atravessados por questões raciais, pois, como é discutido por Veiga (2019), o sofrimento psíquico dos sujeitos é perpassado por questões políticas. Nesse sentido, o autor (Veiga, 2019) defende a construção de uma psicologia decolonial, que rompa com o viés cientificista que corroborou, historicamente, com a reprodução de estereótipos voltados à normatização de certos grupos sociais.

Segundo Souto (2020), a perspectiva decolonial, enquanto uma lógica de pensamento que problematiza o funcionamento de diversas hierarquias, entre elas, as raciais e as relacionadas ao gênero, também pode ser relevante para pensar a relação entre os impactos do uso das redes sociais na percepção de si no contexto de um país latino-americano, como o Brasil, profundamente marcado por desigualdades sociais.

Dessa maneira, pensar sobre o olhar decolonial faz-se pertinente para problematizar a temática da prevenção das doenças da beleza e da desconstrução dos padrões estéticos hegemônicos femininos, visto que desnaturalizar as representações dos corpos a partir das questões contemporâneas próprias da era digital é fundamental. E, assim, refletir criticamente sobre o potencial educativo das redes sociais, que, enquanto recurso educativo não formal, tem assumido um lugar relevante na vida das pessoas até mesmo em termos de aprendizado, como abordado por Zenha (2018, p.27):

A constante troca discursiva entre os usuários das redes sociais online pode colaborar para o aumento das competências sociais, da interação e da comunicação em rede, proporciona o desenvolvimento do pensamento crítico, a construção de diferentes conhecimentos, a troca contínua de informações e a garantia da autoexpressão aos sujeitos que realizam o papel de protagonista nas redes.

Penso que há a necessidade do diálogo na construção de uma cultura democrática nas escolas que vise a prevenção de discriminações e que atue enquanto propulsora de mudanças sociais (Madureira, Barreto e Paula, 2018; Madureira e Branco, 2012; Obando, 2021), pois é fundamental enxergarmos as redes sociais a partir dessa ótica preventiva. Afinal, elas estão presentes no nosso cotidiano, exercendo um impacto significativo sobre nossas vidas, sendo assim, de suma importância refletirmos sobre as consequências da sua utilização.

É fato que ser um recurso educativo não era o propósito inicial das redes sociais, da mesma forma que ser uma ferramenta de trabalho também não era. Portanto, por serem canais de comunicação e espaços de interação e socialização, é possível pensar no papel delas em termos educativos, já que os conteúdos que ali circulam proporcionam discussões, debates, trocas de informações e conhecimentos, ainda que de uma forma breve e imediata, dependendo do perfil e da interface de cada uma.

Sobre o assunto, faz-se pertinente citar a pesquisa de Vannini Ribeiro (2021), que buscou compreender como as imagens presentes na cultura digital afetam as relações dos/as adolescentes com a sua aparência corporal. O estudo qualitativo foi realizado com cinco estudantes do Ensino Médio, de ambos os gêneros, com idades entre 15 e 17 anos. Ao discutir sobre as potencialidades dos recursos digitais, a autora constatou que há novas formas de sociabilidade e produções culturais nessa relação que emerge entre o contexto social e as novas ferramentas digitais.

Assim como há lançamentos de novos recursos interativos para se manterem em um processo contínuo de atualizações, os discursos e as demandas dos sujeitos/as que utilizam as redes sociais também acabam modificando seu propósito inicial a partir das diferentes intencionalidades de seu uso. Afinal, as redes sociais, enquanto artefatos culturais, estão situadas em um determinado panorama cultural que nos permite utilizá-las a nosso favor no sentido de promover discursos e conteúdos mais saudáveis. Entretanto, esse cenário de

constantes atualizações dos recursos é questionável: até que ponto isso é desejável e saudável em termos de saúde mental?

Por outro lado, é importante o incentivo à difusão de conteúdos que caminhem nessa direção da promoção de saúde. O instituto “Vita Alere” vem atuando com esse intuito. Apesar de seu surgimento ter sido em prol da prevenção e “posvenção” do suicídio, em parceria com outras instituições, no começo do ano de 2022, o instituto “Vita Alere” decidiu levantar a bandeira da importância da utilização saudável das redes sociais. Através da hashtag “a internet que a gente faz”⁵, tem proporcionado diversas ações que trazem o tema à tona, na tentativa de problematizar a temática do bem-estar online e incentivar o uso não prejudicial das redes.

Além disso, Rossi (2017) também faz uma análise relevante sobre o uso dessas novas mídias: podem atuar no incentivo do reconhecimento da própria existência por meio da visibilidade proporcionada por elas, visto que, por muito tempo, as mulheres eram colocadas em uma posição de invisibilidade. São iniciativas como essas que mostram o potencial educativo do uso das redes sociais na direção de evitar o mal-estar ocasionado pelas doenças da beleza entre mulheres jovens.

⁵ Conteúdo disponível no site: <https://www.ainternetqueagentefaz.com.br/>

3. Aparências Corporais Femininas e Sofrimento Psíquico

Ao analisar os processos de construção das identidades de gênero na nossa sociedade, Zanello (2018) discute como a vida das mulheres é organizada a partir do “dispositivo amoroso” e do “dispositivo materno”, uma vez que elas acabam, frequentemente, direcionando suas condutas, sentimentos e pensamentos para corresponder as opiniões e desejos dos homens. A autora utiliza a expressão metafórica “prateleira do amor” para explicar a lógica cultural subjacente às relações entre homens e mulheres, bem como os critérios utilizados pelos homens no processo de escolha e avaliação das mulheres com as quais se relacionam em termos afetivo-sexuais.

Tal lógica cultural, perpassada pelo sexismo, demonstra que as que mais têm chance de serem escolhidas são as que estão mais próximas dos padrões de beleza vigentes: brancas, jovens e magras. Quanto mais distante, menor a chance. Como visto anteriormente, a cor da pele, assim como a orientação sexual das mulheres também afetam diretamente esse processo de escolha. A gordura corporal também é um critério que coloca as mulheres em “desvantagem” e pode ser motivo de bullying, exclusão e estigmatização (Novaes & Vilhena, 2003; Ribeiro, 2021).

A consequência de não ser escolhida é, muitas vezes, a solidão, motivo de muito julgamento social, pois existe uma crença no imaginário coletivo de que a mulher bem-sucedida é aquela que se encontra em um relacionamento afetivo e tem planos de criar uma família: gestar, ser mãe e atender os critérios da feminilidade. Segundo o imaginário social, esses aspectos só são validados dentro de um relacionamento heterossexual, que orienta as condutas e papéis sociais através da divisão binária de gênero que normatiza como devemos agir, ilustrando as conexões entre sexismo e homofobia (Madureira & Branco, 2012).

Quanto mais próxima deste padrão corporal e ideal de beleza (jovem, branco e magro) a mulher estiver, maior será sua chance de ser validada socialmente, visto que as “representações hegemônicas de gênero”, como afirma Sabat (2001), corroboram para a reprodução e manutenção dos estereótipos de gênero, reforçando e reafirmando o seguinte pensamento: quanto mais se investir na manutenção do padrão estético, maiores as chances de ser considerada bela e desejável. Por esse motivo, muitas mulheres não medem esforços para se sentirem belas e satisfeitas com os próprios corpos.

Como é apontado por Novaes (2005), ser considerada “feia” é motivo para ser excluída socialmente e, para muitas mulheres, a aparência corporal tem um papel essencial na constituição da sua autoestima, já que a opinião externa sobre o seu corpo é extremamente valorizada. Mais do que isso: por meio dos cuidados corporais, as pessoas criam mecanismos para lidar com os julgamentos morais, uma vez que o olhar dos outros está diretamente ligado à imagem depreciativa que muitas mulheres constroem sobre si mesmas (Novaes, 2005; Novaes & Vilhena, 2003).

Por essa razão, ao discutirmos a temática do sofrimento psíquico ligado a beleza é preciso associar a autoestima e autoimagem, visto que os padrões de comportamento são orientados, muitas vezes, pela lógica de consumo que representa o corpo ideal como uma necessidade para o alcance do prazer e da felicidade pessoal, além da busca por longevidade, fazendo muitas mulheres recorrerem a cirurgias plásticas estéticas para atingir tais objetivos (Maia, 2011). A jovialidade eterna é uma questão interessante para ser refletida, pois além de “representar” maior vitalidade e atratividade sexual, aparenta também “sucesso e felicidade”.

No ano de 2018, conforme os dados apresentados pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica – SBCP⁶, 60,3% dessas cirurgias eram referentes a demandas estéticas. Dos procedimentos não cirúrgicos, os três mais realizados foram 1) toxina botulínica, 2)

⁶ Disponível em <http://www2.cirurgiaplastica.org.br/pesquisas/#>

preenchimento e 3) peeling. Curiosamente, são procedimentos muito procurados pelas mulheres para algum tipo de transformação no rosto, que muito provavelmente foram influenciadas pelo “*Instagram Face*” (rosto de *Instagram*, em português).

De acordo com Cintra (2021), esse rosto é caracterizado por um novo referencial estético inspirado no rosto das *Kardashians*⁷ que exige a submissão a procedimentos estéticos, uso de cosméticos, utilização de filtros faciais nas redes sociais e até mesmo uma performance facial em *selfies*, que acaba revelando uma mudança nítida na face provocada propositalmente. Vivemos em uma era da imagem cuja a artificialidade tornou-se naturalizada no cotidiano.

O que foi discutido anteriormente pode ser compreendido como desdobramentos da medicalização da beleza, cujo tema é abordado por diferentes perspectivas por algumas autoras na contemporaneidade, como Bittencourt (2013), Cintra (2021), Novaes (2005; 2011), Vannini Ribeiro (2016, 2021), Sousa (2021) e Vieira (2019). Tal prática, muitas vezes, é velada por uma narrativa em prol da saúde, quando, na verdade, acaba por estimular que as mulheres se submetam a procedimentos invasivos, dolorosos e caros que podem levar à morte por intercorrências e/ou pela falta de segurança e ética por parte de alguns/mas profissionais, que acabam tirando proveito da situação de vulnerabilidade em que certas mulheres se encontram ao procurarem tais serviços.

As redes sociais têm contribuído, cada vez mais, para a difusão dos padrões estéticos hegemônicos, sendo responsáveis por reforçar através da exposição dos corpos, a idealização de uma determinada aparência corporal feminina por meio de imagens. Berger (1980) destaca que as imagens “corporizam um modo de ver” (p.14), pautado pelas nossas concepções

⁷ São celebridades estadunidenses que ficaram mundialmente conhecidas a partir do reality show sobre suas vidas, “*Keeping Up With The Kardashians*”. São 5 irmãs e sua mãe que compartilham com o público seu estilo de vida luxuoso. Também são muito conhecidas por conta das modificações realizadas em termos de aparência física. Com a chegada das redes sociais, a família ganhou mais visibilidade, tendo seus perfis acompanhados por milhões de internautas.

acerca do mundo. A arte de tradição ocidental contribuiu para construir uma “pedagogia visual” sobre os corpos femininos, os quais passaram a ser expostos no intuito de servir a contemplação masculina, retratando as mulheres, frequentemente, em uma posição de submissão e passividade que contribui para a perpetuação de valores machistas (Berger, 1980; Loponte, 2002).

Ou ainda, como afirma Sabat (2001), é possível dizer que as estratégias publicitárias se utilizam de um conhecimento que já é compartilhado socialmente através de crenças e valores que são familiares para nós, construídos dentro de um universo de significados culturais que nos coloca enquanto “produto” que precisa constantemente de cuidados (Maia, 2011). Nesse sentido, as mulheres são um dos públicos mais afetados com a indústria da beleza, pois além de serem utilizadas para vender desejos, são expostas para: (1) representar como devem aparentar (ou seja, o modelo de corpo a ser obtido); e (2) o que os homens devem desejar (preferência baseada no tipo de corpo veiculado) (Maia, 2011).

Como foi apresentado por alguns/mas autores/as da atualidade como Berger (1980), Maia (2011), Loponte (2002) e Zanello (2018), a aparência corporal feminina é idealizada a partir de critérios e características que agradem o público masculino, que é, tradicionalmente, o avaliador físico e moral das mulheres. Assim, é compreensível o fato de que as mulheres estão constantemente em busca de procedimentos estéticos, assim como produtos e/ou técnicas de embelezamento que as permitam se aproximar dos padrões hegemônicos que as coloquem na posição de desejabilidade em relação ao olhar masculino.

Pensando ainda sobre como os homens têm o poder de influenciar a opinião e a crença de muitas mulheres sobre si mesmas, o estudo de Heilborn (1999) focaliza questões importantes sobre os impactos disso na vida das mulheres. Em diversos relatos obtidos nas entrevistas com as participantes, foi possível observar que há uma preocupação relacionada ao prazer proporcionado ao parceiro, demonstrando que a satisfação sexual do homem é mais

importante do que a sua própria, cujo assunto nem foi tão abordado por elas. Isso demonstra o quanto o olhar dos homens ainda é considerado estruturante para a identidade de muitas mulheres na atualidade (Maia, 2011; Novaes, 2005; Zanello, 2018). Em que medida a saúde mental da mulher enquanto um “ser para o outro” é afetada?

Um exemplo que ilustra como as mulheres sofrem os efeitos de interferências alheias é a intervenção médica conhecida como “ponto do marido”, a qual consiste em “apertar” a região da vagina que supostamente ficou “larga” após o parto via vaginal e não terá a mesma “capacidade” de proporcionar prazer para o parceiro. Importante destacar que a prática, muitas vezes, ocorre sem o consentimento da mulher, caracterizando violência obstétrica⁸.

Há ainda a cirurgia íntima, que apesar de poder ser indicada em vários casos que atrapalham a funcionalidade, tem ganhado cada vez mais adeptas com o objetivo estético de “harmonizar” a área, dando a sensação de que há algo de errado que precisa ser reparado. A insatisfação com o próprio corpo nesses casos é reforçada pela indústria pornográfica, uma das grandes responsáveis pela misoginia no campo da sexualidade (Obando, 2021).

No Brasil, a questão de tornar-se desejada é intensificada pelos estereótipos associados à mulher curvilínea, esbelta e bronzeada, retratada pela figura da “mulata”⁹ nas festividades do carnaval (González, 2020). A sensualidade e o erotismo estão diretamente vinculados a uma imagem do povo brasileiro e, em especial, a uma imagem feminina, que foi construída desde a época da colonização do país (González, 2020; Madureira, 2010).

Internacionalmente conhecidas como um símbolo sexual, as mulheres brasileiras são

⁸ A prática em questão pode ser melhor compreendida na reportagem “Ponto do marido: prática é considerada violência obstétrica”. Disponível em: <http://www.bloggraodegente.com.br/gravidez/ponto-do-marido/>

⁹ Cabe fazer uma rápida menção a etimologia do termo, tendo em vista que sua origem remete ao passado escravocrata e indica uma referência pejorativa. “Mula” é a expressão que caracteriza o cruzamento entre o jumento-égua ou cavalo-jumento. Disponível em: <https://revistagalileu.globo.com/Sociedade/noticia/2020/08/7-palavras-preconceituosas-ou-racistas-que-voce-deveria-parar-de-usar.html#:~:text=Muitas%20pessoas%20ainda%20usam%20esse,da%20%C3%A9gua%20com%20o%20jumento%E2%80%9D.>

associadas ao seu corpo antes de qualquer outro atributo ou característica. Dessa forma, é possível compreender um dos motivos pelos quais as brasileiras, frequentemente, se importam tanto com a aparência física, uma vez que há uma expectativa, construída historicamente, de como devem aparentar.

Há fatores biológicos que contribuem para o surgimento das doenças da beleza, como questões genéticas e hormonais, assim como também há os fatores socioculturais (Ribeiro, 2016) que, conforme a discussão apresentada até então, tem grande impacto nos processos subjetivos e na construção das identidades dos sujeitos. O uso das redes sociais online tem demonstrado impactos significativos nas relações que estabelecemos com os/as outros/as e com nós mesmos/as, nos afetando em termos psicossociais, como discuti na seção teórica anterior.

Assim como, muitas vezes, naturalizamos a erotização do corpo feminino, também achamos “normal” não falarmos sobre determinados temas como a sexualidade feminina e a educação sexual, por exemplo. A falta de diálogo sobre tais temáticas é uma estratégia para manter uma determinada estrutura hierárquica nas relações de gênero, pois contribui para a falta de conhecimento sobre o assunto, sobre o próprio corpo e favorece situações de violência sexual (Obando, 2021).

Nesse sentido, penso que o tabu que permeia a temática das doenças da beleza se assemelha ao cenário discutido por Obando (2021) em sua Dissertação de Mestrado, pois a falta de debate sobre a questão permite que as mulheres continuem vulneráveis, sem saber como identificar e lidar com as circunstâncias negativas em que se encontram, estando mais suscetíveis ao adoecimento relacionado à insatisfação com o próprio corpo. Ter conhecimento sobre o tema lhes permite ter uma maior percepção sobre si, fazer escolhas conscientes e até mesmo buscar ajuda de profissionais e da rede de apoio quando for o caso.

E não só o conhecimento sobre o tema como também o autoconhecimento é importante como uma ferramenta preventiva das doenças da beleza (Ribeiro, 2016). Entretanto, não são todas as mulheres que terão a oportunidade de conseguir agir a tempo, antes do adoecimento. Por isso a importância da veiculação de conteúdos que propaguem a proteção da saúde mental e bem-estar nas redes sociais online para atuar na prevenção desses casos ao invés da remediação. Nesse sentido, pensarmos nas redes sociais em termos educativos é válido para conferir destaque a dimensão preventiva da educação.

A reportagem¹⁰ intitulada “Saúde mental e redes sociais: mulheres encontram apoio no Instagram”, trata a relação entre saúde mental das mulheres e redes sociais e mostra como algumas internautas que tem transtornos psicológicos tem buscado apoio nas redes, especialmente durante o período inicial da pandemia, momento em que o uso dos aplicativos passou a ser uma ferramenta que oportunizava o encontro com outras pessoas. Dentre as ações que as mulheres citaram como positivas, está a utilização de *hashtags*¹¹ que incentivem a valorização da diferença e seguir perfis de mulheres com as quais se identificam (em termos de aparência e interesses).

Por outro lado, a reportagem também salienta que não é possível comparar a utilização de tal recurso para substituir as orientações de profissionais e problematiza até que ponto o uso não pode ser prejudicial, pois há casos que não substituem as orientações de profissionais da saúde, como psicólogos e psiquiatras. Portanto, cabe a nós provocarmos mudanças sobre as exigências referentes aos padrões corporais femininos. É preciso transformar a maneira como as mulheres são representadas, no intuito de construir relações mais respeitadas consigo mesmas através do autocuidado, do autoconhecimento e de escolhas conscientes que não coloquem sua saúde em risco.

¹⁰ Disponível em: <https://olhardigital.com.br/2021/07/30/internet-e-redes-sociais/saude-mental-e-redes-sociais-mulheres-encontram-apoio-no-instagram/>

¹¹ Como exemplos podem ser citadas as *hashtags* “movimento corpo livre” e “body positive”.

4. Metodologia

A pesquisa foi realizada a partir de uma metodologia qualitativa, na direção da construção de análises aprofundadas acerca dos significados culturais atribuídos às temáticas investigadas a partir das informações construídas nas entrevistas realizadas. A pesquisa qualitativa é caracterizada por privilegiar a natureza complexa e dinâmica dos fenômenos focalizados, além de priorizar o vínculo estabelecido entre o/a pesquisador/a e os/as participantes, bem como explorar os significados atribuídos pelos/as participantes à temática analisada (Goldenberg, 2004; Gomes, 2016; Madureira & Branco, 2001).

Segundo Minayo (2016a), esse tipo de pesquisa focaliza o universo de significados sobre o assunto escolhido e requer, na investigação, um olhar mais aprofundado sobre o fenômeno, pois é preciso a imersão por parte do/a pesquisador/a na rede de significados relativos à temática focalizada. Por esses motivos, a pesquisa realizada foi alicerçada em uma metodologia qualitativa, uma vez que tem como um dos objetivos analisar, de forma aprofundada, como os conteúdos que circulam nas redes sociais podem atuar enquanto fatores de prevenção das doenças da beleza e na desconstrução dos padrões estéticos relacionados às aparências corporais femininas.

Além disso, este estudo demandou um olhar mais detalhado e acurado sobre os estereótipos de gênero, sobre questões relativas aos pertencimentos étnico-raciais das mulheres e sobre os processos de sofrimento psíquico desencadeados a partir do uso das redes sociais. Nesse sentido, a pesquisa qualitativa oportunizou uma análise crítica mais aprofundada sobre a problemática proposta, permitindo que a pesquisadora a tenha explorado a partir das vivências e experiências compartilhadas pelas entrevistadas. Afinal, o intuito de um estudo com viés qualitativo é compreender um certo fenômeno a partir das crenças e visões de mundo trazidas pelos/as próprios/as participantes (Goldenberg, 2004).

4.1 Participantes

Para realização das entrevistas foram convidadas 6 participantes, mulheres jovens, usuárias de redes sociais, com idades entre 19 e 29 anos e de diferentes pertencimentos étnico-raciais. A escolha das mesmas ocorreu via rede interpessoal da pesquisadora. As tabelas 1 e 2, apresentadas a seguir, contemplam os dados sociodemográficos e informações importantes sobre o perfil das participantes:

Tabela 1. *Idade, Profissão e Pertencimento Étnico-racial das Entrevistadas*

| Participante | Idade | Profissão | Pertencimento étnico-racial |
|--------------|---------|--|-----------------------------|
| G | 22 anos | Professora de Educação Física | Parda |
| S | 19 anos | Estudante Universitária (curso: computação) | Amarela |
| E | 29 anos | Advogada | Branca |
| N | 21 anos | Estudante Universitária (curso: biblioteconomia) | Branca |
| L | 28 anos | Analista de Crédito e Investimento | Preta |
| A | 27 anos | Estudante Universitária (curso: medicina) | Indígena |

Tabela 2. *Redes Sociais Utilizadas, Tempo de Uso e Média de Tempo Diária das Entrevistadas*

| Participante | Redes Sociais Utilizadas | Há quantos anos utiliza as redes sociais | Média diária de utilização das redes sociais |
|--------------|--|--|--|
| G | Whatsapp, Instagram, Twitter, YouTube, Facebook | 10 anos | 4h |
| S | WhatsApp, Instagram, Twitter, YouTube, Discord, Telegram | 7 anos | 8h |
| E | WhatsApp, Instagram, Twitter, YouTube, Telegram | 14 anos | 10h |
| N | WhatsApp e YouTube | 13 anos | 1,5h |
| L | WhatsApp, Instagram, Twitter, TikTok | 12 anos | 6,5h |
| A | WhatsApp, Instagram, Twitter, YouTube. | 6 anos | 7h |

4.2 Materiais e Instrumentos

Foram utilizados os seguintes materiais: um computador, celular (como gravador de áudio) e uma plataforma que possibilitou a realização das entrevistas de forma virtual, no caso, foi utilizado o *Google Meet*. Foi disponibilizado previamente para as participantes o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (Anexo A) para obter a autorização das mesmas. O instrumento utilizado foi o roteiro de entrevista (Anexo B), contendo questões específicas para obter informações sociodemográficas sobre as participantes e as questões norteadoras abertas para a realização das entrevistas semiestruturadas.

4.3 Procedimentos de Construção de Informações

O projeto foi submetido e aprovado (conforme consta no Anexo C) pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília (CEP CEUB) por envolver a participação de pessoas. Tendo em vista o contexto da pandemia de Covid-19, a pesquisa de campo aconteceu virtualmente, a fim de preservar a saúde da pesquisadora e das participantes

diante do contexto que estamos vivenciando na atualidade. Desse modo, a realização das entrevistas ocorreu no formato on-line, de maneira remota. Após as participantes aceitarem realizar as entrevistas e expressarem sua concordância, o TCLE foi disponibilizado virtualmente. As entrevistas ocorreram individualmente, em dias e horários combinados com a pesquisadora, de acordo com a disponibilidade de ambas.

Como discutido por Goldenberg (2004), a entrevista, além de permitir a construção de uma relação de confiança entre pesquisador/a e entrevistado/a, tem a vantagem de permitir que um tema seja abordado com maior profundidade e, ao mesmo tempo, de maneira direcionada. Além disso, é interessante pontuar que as perguntas abertas permitem uma maior flexibilidade para que as entrevistadas discorram sobre as questões, embora as questões previamente construídas já indiquem o recorte temático.

Para Minayo (2016b), o trabalho de campo é o momento em que o/a pesquisador/a pode colocar seus pressupostos teóricos à prova, uma vez que a realidade empírica permite que entremos em contato com as crenças e opiniões das pessoas acerca das questões que estamos investigando, tendo como uma das condições estarmos atentos/as aos nossos julgamentos pessoais. Nesse sentido, a relativização assume um lugar importante na pesquisa social, pois a entrevista, enquanto uma das técnicas de pesquisa mais importantes no âmbito das metodologias qualitativas, deve privilegiar o saber dos/as participantes, tornando-se um desafio para o/a investigador/a no momento da sua realização (Minayo, 2016b).

4.4 Procedimentos de Análise

Com a conclusão das entrevistas, o próximo passo foi me ater aos conteúdos que surgiram durante esse processo. Foram realizadas as transcrições dos áudios e selecionadas as informações mais relevantes, para, em seguida, serem construídas as categorias analíticas temáticas. O método de análise utilizado foi o método de análise de conteúdo em sua vertente

temática, que tem como objetivo compreender, para além do que está explícito, os conteúdos investigados a partir de temas relevantes (Gomes, 2016).

Essa etapa da pesquisa é fundamental, visto que, é nesse momento que o embasamento teórico é retomado e organizado, fundamentando assim, a análise das informações construídas no decorrer das entrevistas. Goldenberg (2004) pontua que ao analisar essas informações, é importante se atentar aos “não ditos” dos/as participantes, pois existe um sentido implícito em não adentrar em determinado assunto, sendo importante trazer essa problematização para a análise, além de ser o momento de resgatar os objetivos da pesquisa e comparar os resultados encontrados.

Gomes (2016) também destaca a importância dessa etapa da pesquisa, afinal, é através da análise e da interpretação das informações obtidas na pesquisa de campo que podemos avançar na compreensão da temática investigada e tecer argumentos consistentes para contribuir com o desenvolvimento da discussão teórica acerca da temática em questão. Assim, foi realizada a categorização de temas relevantes juntamente com a professora orientadora, buscando contemplar os objetivos da pesquisa e os conteúdos que emergiram nas entrevistas realizadas.

A construção das categorias analíticas foi orientada pelos objetivos da pesquisa, que além de ajudarem a manter o recorte temático, nortearam o olhar da pesquisadora durante a realização das entrevistas e, posteriormente, na articulação entre o teórico e o empírico na discussão dos resultados. De forma específica, foram criadas as seguintes categorias: 1) Padrões estéticos hegemônicos, representatividade e diversidade étnico-racial; 2) Redes Sociais e sofrimento psíquico vivenciado pelas mulheres; e 3) As redes sociais enquanto recursos educativos: promovendo a saúde mental.

5. Resultados e Discussão

Nesta seção, serão apresentados e discutidos os resultados mais significativos da pesquisa, a partir das categorias analíticas temáticas construídas e mencionadas anteriormente.

5.1 Padrões Estéticos Hegemônicos, Representatividade e Diversidade Étnico-Racial

Ao realizar a busca de participantes para a realização das entrevistas, o pertencimento étnico-racial foi estabelecido como um critério importante na escolha das mesmas, tendo em vista os objetivos da pesquisa e da pertinência de mulheres com perfis diversos para a análise da temática proposta. Cabe aqui pensarmos nesse entrelaçamento de vivências através do conceito de interseccionalidade discutido por Souto (2020).

Apesar de todas serem mulheres, a relação de cada uma com seu próprio corpo acontece de maneiras distintas, já que suas trajetórias de vida são atravessadas por diferentes vínculos de pertencimentos identitários, sendo as questões de raça e etnia, uma parte significativa dessa vivência. Além disso, é de suma importância partir do pressuposto que os processos identitários são processuais, relacionais e não consensuais como apontado por autores/as como Bizerril e Madureira (2021) e Woodward (2000).

Das seis mulheres que entrevistei, duas se denominaram brancas, uma preta, uma parda, uma amarela e uma indígena. Um fato me chamou a atenção: quando as questionava sobre qual era seu pertencimento étnico-racial, pude perceber que seus comportamentos e suas falas tornavam-se mais cautelosos. Uma das participantes, G., se desculpou, alegando não estudar muito sobre o assunto e uma das jovens que se autodeclarou branca mencionou nunca ter vivenciado racismo.

Duas delas compartilharam episódios de exclusão, preconceito e discriminação. Por isso, é interessante pensarmos nos significados implícitos na forma como as participantes reagiram diante de tal pergunta. É possível interpretar que as reações descritas podem estar relacionadas ao fato de que questões referentes ao pertencimento étnico-racial estão sendo mais exploradas, debatidas e discutidas socialmente pelos/as jovens atualmente. E, de forma geral, nota-se que a temática do racismo tem sido mais explicitada e problematizada nos últimos anos.

O engajamento de jovens em determinadas pautas na internet tem sido mais perceptível. Zenha (2018) enxerga os/as consumidores/as das redes sociais enquanto protagonistas, afirmando que, cada vez mais, estes/estas assumem uma postura participativa e ativa nesse ambiente do ciberespaço. Como relatado por G., na sua opinião, as redes sociais tem possibilitado uma maior visibilidade de assuntos e acontecimentos diversos.

Não só a velocidade na troca de informações/conteúdos, como o compartilhamento de opiniões, permite o acesso a novos olhares sobre os eventos sociais, que antigamente, levavam um tempo maior para chegarem ao alcance de grande parte da população. Isso ilustra a dinamicidade dos processos culturais e como eles impactam nossos processos afetivos (Bizerril & Madureira, 2021; Valsiner, 2012). O que reforça a necessidade de falarmos sobre o assunto para romper com discursos e práticas racistas que por muito tempo foram naturalizadas.

Outra informação que chama a atenção, está relacionada à prevalência de um determinado padrão corporal feminino nas redes sociais, pois apesar de todas as jovens concordarem que não existe um corpo ideal, a maioria mencionou a vigência de um padrão estético e corporal hegemônico. G descreveu esse padrão da seguinte forma: “*Uma Barbie definida. (...) Branca, do olho azul, cabelo liso, nariz perfeito, boca grande, diferente da*

Barbie que tem uma boca mais fininha. Cílios grandes também! (...) e o dente branco! Branquíssimo!”¹²

Os dentes fazem menção a um procedimento estético muito procurado nos dias atuais, denominado de “lente de contato dental”, que visa “harmonizar” o sorriso e clarear os dentes. A procura também tem sido grande pelas técnicas de rinoplastia, a cirurgia plástica do nariz e botox nos lábios. É possível perceber, no trecho apresentado anteriormente, a influência dos padrões estéticos hegemônicos eurocêtricos por conta das características como a cor da pele e dos olhos, bem como os traços mencionados na questão da busca por um nariz “perfeito”, ou seja, um nariz mais fino, característica corporal associada à branquitude.

Como é discutido por González (2020), os valores estéticos eurocêtricos, que além de racistas também são machistas, contribuíram fortemente para a desvalorização e inferiorização da beleza negra. As sociedades latino-americanas foram construídas com base na estratificação racial, que deu origem a sociedades segregacionistas, pautadas nas relações de poder que coloca as pessoas brancas em uma posição de superioridade em relação a outros grupos (González, 2020; Madureira et. al., 2021).

Berger (1980) e Loponte (2002) ao analisarem as representações dos corpos femininos nas artes visuais na tradição ocidental, concluem que essa idealização do corpo das mulheres através das imagens foi regulada a partir de critérios e características que agradem o público masculino. Trazendo à tona, portanto, a existência de uma cultura enraizada em valores sexistas, pautados na hierarquia entre homens e mulheres.

Isso evidencia o quanto as representações visuais, artísticas e não artísticas, são influenciadas pela forma como as sociedades se organizam e tem a capacidade de influenciar

¹² As bonecas “*barbies*” ganharam novas versões nos últimos anos, deixando para trás o estereótipo antigo da boneca branca, magra e de olho azul. Essa ação é muito significativa em termos de representatividade, pois a maior gama de diversidade e pluralidade de padrões corporais impacta diretamente na percepção das crianças que utilizam o brinquedo.

nossos desejos (Santaella, 2012), reforçando, muitas vezes, práticas discriminatórias. No caso em específico, não só o sexismo, como também o racismo, pois o padrão de beleza feminino valorizado e disseminado foi pautado nas características físicas associadas à branquitude: “um lugar social no interior de uma sociedade hierarquicamente organizada a partir das raças” (Oliveira & Resende, 2020, p. 154).

Cabe destacar que o cabelo também foi um elemento mencionado em três das entrevistas realizadas. Para muitas mulheres, a aparência do cabelo tem um papel de grande influência na autoestima. As participantes L. e E. passaram pela transição capilar, um processo que tem por objetivo eliminar os efeitos da utilização de técnicas e produtos para alisar os fios, devolvendo a saúde capilar e a curvatura original do cabelo. L. tem cabelo crespo e se submeteu ao processo duas vezes, conforme relata:

“Primeiro foi no ensino médio. É... lá no segundo ano. (...) comecei a usar trança... acho que foi isso. (...) Deixei o cabelo crescer, mas aí eu cortei o cabelo e aí fui pra faculdade. Aí comecei a não me enxergar. Era uma cidade pequena, as pessoas comentavam muito e aí eu comecei a usar aplique. E aí o aplique era mais liso, menos cacheado que o meu cabelo. Aí eu comecei a alisar o meu cabelo pra combinar com o aplique. Quando eu vi, o meu cabelo já tava todo alisado de novo”.

Como discutido por Gomes (2002), as meninas negras são submetidas desde cedo a diversas técnicas e procedimentos para “domar” os fios. Essas práticas estão diretamente associadas ao medo do julgamento alheio, o “Outro ameaçador”, que é potencializado por vivermos em uma sociedade imagética (Novaes, 2011) e da vivência da violência, que é aqui corporificada pelo racismo.

Embora N. não seja negra, também não tem um cabelo liso e, por esse motivo, conta que nunca se identificou com as sugestões de cortes de cabelo feminino disponíveis nas redes sociais quando a mesma os procurava para se inspirar. Diferente de alguns anos atrás, hoje é possível perceber um movimento de valorização dos cabelos naturais cacheados e crespos. Atualmente, há uma maior quantidade de produtos disponíveis no mercado, além de salões de beleza especializados no cuidado com esses tipos de cabelo.

O curta metragem “Hair Love”¹³ é um exemplo de conteúdo audiovisual que representa essa valorização, pois veicula uma mensagem fundamental nos tempos atuais, demonstrando que as diferenças não devem ser motivo de ofensa, exclusão ou violência. Por outro lado, os principais resultados da pesquisa de Oliveira e Resende (2020) identificaram que apesar de haver, nas pessoas brancas, uma maior percepção de privilégios associado a branquitude nos dias atuais, o mesmo ainda é influenciado por crenças que alicerçam o racismo.

Além disso, as autoras verificaram que as mulheres negras ainda são representadas a partir de determinados estereótipos que foram construídos historicamente e que reforçam práticas e discursos racistas. A pesquisa buscou investigar percepções sobre branquitude em alunos/as brancos/as e foi feita através de questionários abertos e grupo focal com estudantes de graduação da UFBA.

É importante destacar que o reconhecimento e a valorização das diferenças nas questões relacionadas à aparência corporal feminina são urgentes e necessários, tendo em vista que o fenótipo associado à branquitude, de origem europeia, como é discutido por Almeida (2014), tem gerado pressões estéticas para muitas mulheres que não possuem tais características corporais. Estas não se sentem pertencentes aos grupos socialmente

¹³ Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=kNw8V_Fkw28&t=2s. O desenho animado retrata uma criança negra que deseja fazer um penteado em seu cabelo e pede ajuda ao pai. O conteúdo questiona a crença, culturalmente enraizada, de que o cabelo crespo deve ser domado e alisado (ideais que tentam “branquear” a imagem das mulheres negras).

valorizados quando se comparam a um corpo com características associadas à branquitude que foi, por muitos anos, disseminado através das artes visuais ocidentais e continua sendo na contemporaneidade, através da moda, do cinema, das revistas, dos programas televisivos, e hoje em dia, das redes sociais.

Sobre o assunto, L., preta, que também produz conteúdos para as redes sociais, problematiza sobre o quão é difícil ser valorizada no meio digital por conta de sua cor:

“Se eu fosse branca, eu teria muito mais oportunidades, eu teria muito mais visibilidade, com certeza... isso é óbvio! Dá pra ver nas estatísticas. (...) eu sou preta. Eu não ganho dinheiro com aquilo, as empresas não (...) me procuram, as empresas não me acham... Ou elas me contratam como cota, então, tipo assim, acaba que eu não tenho a mesma oportunidade... a mesma grana também.... (...) Tem várias pretas aí postando conteúdos maravilhosos, mas elas são muito retintas. Elas são bem menos procuradas do que negras de peles mais claras. Que são mais comerciais... que são mais brancas!”

Além do relato de L., que mostra a falta de representatividade nas redes sociais, a participante S., que se autodeclarou amarela, também não conseguiu citar exemplos de perfis de mulheres pelos quais se sentia representada. Falávamos sobre o assunto quando ela própria percebeu que o fato de não conseguir se lembrar poderia significar a falta de representatividade. Fato curioso, pois, anteriormente, S. havia dito que se sentia representada nas redes sociais. Esse exemplo ressalta um elemento importante da entrevista, enquanto estratégia metodológica: é um espaço dialógico que é co-construído pelo/a pesquisador/a e participante, sendo, portanto algo que se constitui a partir da emergência de ideias e reflexões suscitadas (Madureira e Branco, 2001).

A participante A., ao contrário das outras 5 mulheres, foi a única participante que logo de início, afirmou não se sentir representada: *“Eu sinto falta de mulheres indígenas, mulheres fortes, mulheres em novelas, mulheres nas passarelas, mulheres indígenas, assim como eu (...) sem o estereótipo, sabe?”* Assim como as mulheres negras, as indígenas, amarelas, as que possuem deficiência e todas as que não se “enquadram” nos padrões estéticos hegemônicos sofrem com os efeitos da estigmatização.

Esse é um aspecto importante no processo de rotulação dos sujeitos, pois como analisado por Le Breton (2007) e Madureira et. al. (2021), as diferenças corporais por se vincularem à problemática do racismo, ou seja, as marcas no corpo associadas a negritude, como o cabelo afro ou o uso de acessórios que remetem a religiões e/ou crenças de matrizes africanas ou indígenas, são um critério que reforçam a discriminação. Acontecem a partir de um processo classificatório de traços e características corporais e que perpetuam a lógica de exclusão através das fronteiras simbólicas rígidas, como é discutido por Madureira & Branco (2012).

Portanto, concordo com a afirmação das autoras Oliveira e Resende (2020), Ribeiro (2019) e Souza e Assis (2019) ao dizerem que não é suficiente ser contra o racismo. Em uma sociedade como a nossa, que por muitos séculos cultivou (e ainda cultiva) valores e crenças racistas, é necessário ser antirracista. Ou seja, é preciso que as pessoas brancas reconheçam os privilégios associados ao seu pertencimento étnico-racial e ajam de forma a contribuir com a superação das desigualdades de oportunidades. Dessa forma, outras parcelas da população podem se apropriar de espaços que também são seus por direito e usufruir de experiências sociais que são destinadas apenas a um grupo, como por exemplo, no contexto acadêmico, no qual pessoas negras estiveram excluídas por muitos anos.

Assim, cabe pontuar que analisar os significados explícitos e implícitos nas narrativas das mulheres jovens que entrevistei me instigou a articular a discussão com o conceito de

interseccionalidade. Segundo Souto (2020), a interseccionalidade é um conceito que propõe a análise de um fenômeno social a partir da interseção de diversos vínculos de pertencimentos identitários como raça e gênero, levando em conta as especificidades vivenciadas por grupos minoritários.

E ainda sobre a temática da valorização de grupos que, geralmente, são subalternizados, considero válido mencionar a discussão desenvolvida por González (2020) sobre a categoria de “amefricanidade”, na direção de pensarmos novas formas de análise e de enxergar a partir de uma ótica diferente o mundo em que vivemos. Como foi identificado na fala das participantes, apesar de haver, atualmente, uma maior pluralidade e representatividade de conteúdos e perfis de mulheres em termos étnico-raciais, o cenário ainda deixa a desejar. De forma mais específica, o conceito “amefricanidade” é utilizado para propor um sistema de referência que valoriza o resgate cultural da ancestralidade dos povos originários da América e da África.

Tal visão ultrapassa limites territoriais e geográficos e torna-se um modelo de referência que visa romper com representações estereotipadas, estigmatizadas e mitificadas dessas populações (González, 2020). O que ainda está presente no imaginário social, como foi mencionado no trecho do relato de A., a participante indígena. Essa proposta de uma ideologia antirracista também está alinhada com o que é discutido por Veiga (2019), sobre a importância de descolonizarmos o nosso olhar e nosso modo de agir para construirmos relações interpessoais e intrapessoais mais saudáveis.

Portanto, como mencionei no início dessa categoria analítica temática, as vivências de cada participante são tecidas a partir de vários marcadores sociais, como o gênero e o pertencimento étnico-racial, o qual procurei analisar de forma mais específica nessa subseção, visto que a representatividade, ou a falta dela, ainda se mostra como um fator

importante no processo de identificação das mulheres e na forma como lidam com sua aparência corporal dentro e fora das redes sociais online.

5.2 Redes Sociais e Sofrimento Psíquico Vivenciado pelas Mulheres

Nos relatos das mulheres entrevistadas, uma temática muito presente em suas falas foi a questão do sofrimento psíquico experienciado por essas jovens. Todas elas citaram episódios de insatisfação com sua imagem corporal em menor ou maior intensidade. Apesar desse fator, por si só, não ser determinante para ocasionar um sofrimento psíquico intenso, tal indicador chama atenção por apontar um cenário evidente: as mulheres estão mais expostas aos processos de adoecimento ocasionados pela busca incessante em se adequar a um padrão de beleza. Isso tem acontecido, pois o corpo assumiu um lugar de valor na contemporaneidade, tornando-se “a própria vestimenta”, assim como um bem simbólico que indica status e poder (Andrade & Bosi, 2003; Novaes, 2005; Oliveira & Hutz, 2010, Silva, 2017).

A participante N., de 21 anos, deixou de usar determinadas redes sociais como o *Instagram* e *Twitter* como estratégia para cuidar da saúde mental e conta que em alguns momentos de sua vida desejou mudar sua aparência física, cogitando colocar silicone e fazer botox, chegando a questionar se havia algo que ela poderia fazer para “melhorar”. Fica evidente na sua fala que há uma preocupação por não estar dentro de um determinado padrão estético, uma desqualificação de si mesma, uma lógica de pensamento fundada em critérios baseados na opinião de outras pessoas que a faz enxergar seu corpo como defeituoso.

S., a participante mais nova, de 19 anos, afirma que acreditava que ao fazerem 18 anos, a busca pela cirurgia do silicone era obrigatória para as meninas, de tanto que a prática é naturalizada na nossa sociedade. Participante A. revela que não tem uma boa autoestima e que já acompanhou perfis que pregavam o emagrecimento e sugeriam dietas, reconhecendo

que ambos atuavam como gatilho, pois tinham o efeito contrário, já que ela compensava suas emoções na alimentação.

Além disso, A. também realiza acompanhamento psicológico e faz uso de medicação por conta do diagnóstico de depressão, que dentre outros fatores, está ligado ao fato de ser indígena e não se sentir pertencente nos espaços de convívio social aqui em Brasília, como a universidade. Apesar de não ser um sofrimento ocasionado pelo uso das redes, o exemplo é significativo, tendo em vista que a falta de representatividade, como demonstrado na categoria analítica anterior, é uma questão que influencia, diretamente ou indiretamente a saúde dessas mulheres.

Os relatos anteriores demonstram como são significativos os impactos da disseminação de um corpo ideal na vida dessas jovens, sendo necessário refletirmos sobre as consequências de um imaginário social que não aprecia a pluralidade dos corpos femininos e de um consumo não consciente referente às questões que envolvem beleza e aparência corporal. Esse cenário é preocupante, visto que as jovens são as mais afetadas com os transtornos alimentares (Oliveira & Hutz, 2010), um dos transtornos mais comuns referentes às doenças da beleza. Sobre o assunto, L. contou que:

“Eu lembro que eu passava horas na academia, quando eu comia, eu vomitava, quando eu comia algo errado, eu me culpava e isso virava um ciclo. Eu passava o dia inteiro contando caloria! (...) Mas com certeza foi por pressão social, assim. Eu já me via como preta, e porra, já era a menina mais feia da sala, sabe, por ser preta... (...) Eu era a pessoa mais pobre, morava no lugar mais longe, então... preta, pobre... não, e ainda ter que ser gorda?”

O trecho anterior faz menção à bulimia nervosa, um tipo de transtorno alimentar vivenciado pela participante. De acordo com dados noticiados pela Sociedade Paranaense de Psiquiatria¹⁴, mais de 70 milhões de pessoas no mundo são afetadas por algum tipo de transtorno alimentar, sendo que a cada dez, apenas uma delas recebe o tratamento adequado. Diante de todos os motivos que levam as mulheres a se preocuparem com sua aparência, o medo de engordar, conforme revela o relato de L., é um dos mais comuns. Por essa razão, é fundamental pensarmos sobre as representações ligadas aos corpos gordos nos dias atuais.

Diversas autoras como Andrade e Bosi (2003), Novaes (2005), Oliveira e Hutz (2010) e Silva (2017) discutem sobre como a gordura é vista de uma forma pejorativa. Portanto, é compreensível que as falas das mulheres tenham evidenciado, na maioria delas, de forma implícita, o medo de engordar, já que essa associação é difundida culturalmente. G., educadora física, observa que até as mulheres que são consideradas magras e praticam musculação na tentativa de ganharem massa muscular, ao se pesarem e perceberem que estão com determinado peso diferente do esperado, ficam com receio de “engordar demais”.

Tal fala revela um pensamento muito comum no imaginário social, de que a gordura é sinônimo de falta de saúde. Na verdade, essa relação extrapola uma suposta preocupação com a saúde, pois como demonstra Silva (2017), a hostilidade diante do corpo gordo é multifatorial e foi construída historicamente, através de um discurso que contempla desde a medicina e a religião até a arte e a moda, reforçando a crença de que a obesidade é negativa e associada à feiúra (Novaes, 2005). Essa conjectura tem sido potencializada nos dias atuais por conta da disseminação do pensamento lipofóbico, aquele que não admite a gordura.

Foram citadas em algumas das entrevistas mulheres famosas que possuem perfis muito visualizados nas redes sociais e são consideradas “influenciadoras digitais”. Algumas

¹⁴ Retirado da reportagem “2 de Junho é o dia mundial da conscientização dos transtornos alimentares”, Disponível em: https://psiquiatria-pr.org.br/news-appsiq_det.php?blog=7883.

foram mencionadas por terem o “corpo ideal”, sendo que algumas delas assumem publicamente ter passado por cirurgias estéticas como a “lipo lad”, uma nova modalidade de lipoaspiração que deixa o corpo com a aparência mais definida. Outras mulheres foram mencionadas por terem uma rotina de exercícios diários intensa e não mostrarem a vida real, o que foi intensamente criticado pelas entrevistadas.

A atividade física intensa demonstrou insatisfação entre as jovens entrevistadas por ser uma realidade que é muito distante da realidade delas, visto que além de não conseguirem acompanhar o mesmo ritmo de exercícios, não possuem a mesma disponibilidade de tempo e de recursos materiais para manter esses hábitos. A comparação é algo recorrente entre os/as usuários/as das redes sociais online, que através de vídeos, imagens e comentários, questionam seu estilo de vida, pensamentos, gostos e opiniões com a de outras pessoas.

Sobre isso, todas as participantes afirmaram que se comparam ou já se compararam a outras mulheres presentes nas redes sociais. Quando questionadas sobre o que sentiam ao realizarem o ato, citaram sentimentos como “frustração”, “tristeza” e “inferioridade”. Os parâmetros nessas comparações não são justos, pois nunca haverá igualdade, ainda que haja semelhança. Essa atitude alimenta as insatisfações ligadas à autoimagem, abrindo portas para o consumo de produtos e serviços associados à indústria da beleza, pois de acordo com Ribeiro (2016) e Zanello (2018), há um interesse econômico velado, que lucra, lamentavelmente, com o sofrimento das mulheres.

A participante A. pontua a questão da rivalidade feminina, dizendo concordar com uma afirmação que havia escutado: “*a mulher não se arrumava pro homem ver ela e tal, era pra outra mulher*”. A frase condiz com a discussão desenvolvida por Zanello (2018), a qual utiliza a expressão “prateleira do amor” para explicar a lógica cultural por trás da escolha, por parte dos homens, da mulher mais desejável e atraente em termos afetivos e sexuais. Isto

significa que a mulher é considerada mais desejável na medida em que se aproxima dos padrões estéticos hegemônicos.

Se partimos dessa direção e assumirmos que as mulheres são vistas como um “produto” a ser escolhido, é pertinente afirmarmos que ainda se faz presente nas práticas e discursos culturais a lógica de objetificação da mulher, a qual foi mencionada pela participante S. e é discutido por vários/as autores/as na contemporaneidade (Berger, 1980; Loponte, 2002; Obando, 2021; Ribeiro, 2016; Rossi, 2017; Sousa, 2021; Vieira, 2019; Zanelo, 2018). O curioso é que apesar dos homens serem os “juízes”, as maiores avaliadoras, muitas vezes, são as próprias mulheres, como destaca L., ao dizer que sempre ouviu de sua mãe comentários sobre seu corpo.

Segundo Andrade e Bosi (2003), esse padrão de beleza hegemônico e vigente que é veiculado pela mídia, culmina no que as autoras denominam “insatisfação crônica”, pois quanto mais cedo as meninas entram em contato com ele, mais cedo começam a ser afetadas negativamente. L. demonstra em sua fala a preocupação com a nova geração de crianças e adolescentes, pois ao observar o comportamento das primas mais novas, percebe que as mesmas não conseguem realizar postagens na internet sem a utilização de filtros faciais.

Historicamente, as sociedades sempre utilizaram artifícios para alterar ou modificar as expressões faciais, por meio de máscaras, pinturas ou maquiagens, por exemplo Cintra (2021). O retrato começou a ganhar espaço na pintura e séculos depois, na captação de imagens por meio das fotografias. Atualmente, se popularizou ainda mais com o surgimento das *selfies*. Entretanto, os rostos expostos nas redes sociais, em grande parte das vezes, aparecem intencionalmente modificados por meio de maquiagens e da utilização de aplicativos, como o *Facetune*, e de filtros, que tem como objetivo “retocar as imagens”.

Além disso, os rostos de personalidades famosas, as quais tem grande visibilidade no meio digital e que são conhecidas pelo famoso “carão”, foram submetidos a procedimentos

estéticos, como a realização de procedimentos estéticos cirúrgicos. Ou seja, independente da utilização ou não de filtros faciais, “são rostos que já nascem produzidos como máscaras, a serviço da indústria cultural e do consumo” (Cintra, 2021, p.25).

A partir do que foi abordado, foi possível identificar que o sofrimento psíquico vivenciado pelas mulheres é real, estando diretamente relacionado ao seu uso das redes sociais e as questões de aparência física. Por outro lado, foi interessante ver que há, no discurso dessas jovens, a presença de narrativas de aceitação de si mesmas, apontando para novas possibilidades nas relações com seus próprios corpos. Além da busca por saúde e bem-estar, as participantes afirmaram priorizar outros atributos que não os ligados ao corpo.

A participante S. disse dar mais valor à forma como trata as outras pessoas e como escuta a opinião dos/as outros/as, pois no seu ponto de vista, estas seriam habilidades importantes para serem cultivadas. A participante E. disse que não gosta de deixar de fazer algo por conta de preocupações com sua aparência, alegando que não abre mão de usar biquíni ou um short curto, por exemplo. As participantes G. e N. citaram o conforto e as experiências sociais, principalmente ligadas à alimentação, com amigos/as e familiares como sendo indispensáveis.

Diante do que as jovens trouxeram, é possível pensar que apesar do corpo na contemporaneidade adquirir um status de bem de consumo ao longo dos anos, como foi discutido anteriormente, percebe-se aos poucos, a manifestação de um pensamento diferente. A participante L. relata: *“eu me sirvo mais como inspiração do que ficar olhando muito pra outra pessoa.”* A lógica cultural da felicidade atrelada ao corpo perfeito (Novaes, 2005) vem sendo aos poucos questionada em prol da valorização de si, pois para muitas mulheres o investimento estético não significa a mesma coisa para todas e o olhar do/a outro/a não é algo que faça sentido (Ribeiro, 2016).

5.3. As Redes Sociais enquanto Recursos Educativos: Promovendo a Saúde Mental

Como foi discutido até aqui, sabe-se que as redes sociais têm ocupado um espaço importante nas formas de organização social na contemporaneidade (Andrade & Bosi, 2003; Rossi, 2017; Vieira, 2019; Zenha, 2018). Os processos culturais têm sido diretamente afetados pela emergência desse novo formato de interação via virtual, que conseqüentemente, tem ocasionado inúmeros efeitos nos processos identitários e nos diferentes vínculos de pertencimento dos sujeitos. Por esse motivo, de acordo com o objetivo da presente pesquisa, foi fundamental saber de que forma as redes sociais influenciam a vida dessas mulheres e explorar suas opiniões sobre o os impactos de seu uso.

Em relação a quantidade de anos aproximada, a menor foi 6. A participante E., 29 anos, citou a quantidade mais alta, e faz uso das redes há um tempo quase que equivalente à metade da sua vida. O *WhatsApp* e *YouTube* foram as duas únicas redes mencionadas por todas elas, sendo que o *Discord* e o *TikTok*, são utilizadas por apenas duas das participantes. A informação que mais chama atenção é que, em média de uso diário, mais da metade das participantes afirmaram passar mais de 5h nas redes, podendo chegar a 10h, o que demonstra a grande presença das tecnologias digitais no mundo ocidental atual.

Uma informação curiosa é que o *Facebook* também foi citado algumas vezes, apesar das jovens assumirem que não entram mais na rede. Como o *WhatsApp* é hoje um grande canal de comunicação online, as pessoas têm feito bastante uso dessa ferramenta, fazendo parte, inclusive, de suas vidas profissionais e acadêmicas, como mencionado pelas participantes N., E., e L. Assim como o *WhatsApp*, as outras redes também podem ser facilmente acessadas, sendo muito comum permanecerem continuamente logadas nos *smartphones*.

Dentre as redes preferidas entre as jovens, estão o *Instagram* e o *Twitter*. Em parte, foi condizente com o dado do Ranking apresentado no Site “Resultados Digitais”¹⁵, que ao trazer as 10 redes sociais mais utilizadas no Brasil em 2022, aponta: *WhatsApp* em primeiro lugar, com 165 milhões de usuários/as e em seguida, *YouTube* e *Instagram*, com 138 e 122 milhões, respectivamente. O *Twitter* apareceu na lista em penúltimo lugar, com 7,6 milhões de usuários/as, pois não é tão desfrutada por pessoas de gerações mais velhas.

A reportagem aponta ainda, um aumento significativo nos hábitos digitais mundiais com a pandemia da Covid-19, pois o consumo de informações nesse período cresceu. O cenário pandêmico foi um tema que surgiu nas narrativas de algumas das entrevistadas, reafirmando tal fato e trazendo questões interessantes para serem problematizadas aqui. Sobre o assunto, S., a participante mais nova, comenta:

“Por conta dessa pandemia, a gente se torna cada vez mais dependente das redes sociais. E aí é muito esquisito pensar em viver sem as redes sociais. E não com elas... de tão acostumada que eu já tô. Então, acho que já faz parte da minha vida, sim.”

Já N. foi a única entrevistada que afirmou utilizar apenas duas redes sociais, justificando ter escolhido sair das outras com o intuito de preservar a sua saúde mental, pois percebeu que o excesso de informações no período da pandemia a estava prejudicando, uma vez que se sentia frequentemente ansiosa. Ambos relatos, anteriormente apresentados, são muito pertinentes para pensarmos sobre os impactos do uso constante e frequente das redes sociais online.

¹⁵ “Ranking: as redes sociais mais usadas no Brasil e no mundo em 2022, com insights e materiais”. Disponível em: <https://resultadosdigitais.com.br/marketing/redes-sociais-mais-usadas-no-brasil/>.

O fato de estarmos continuamente conectados/as faz com que a preocupação do uso excessivo das redes seja uma problemática real. Apesar disso, é preciso assumir, como já defendi anteriormente, que tais ferramentas fazem parte da geração de “nativos/as digitais” (Ribeiro, 2021). E, em termos educacionais, levar isso em consideração é mais proveitoso e eficaz para a promoção de saúde, pois como afirmam Madureira e Branco (2015), o desenvolvimento da autonomia dos sujeitos nos processos educativos é essencial. O acesso a informação e ao conhecimento favorecem a tomada de decisões mais conscientes.

Valorizar a autonomia se demonstra como um caminho facilitador de espaços dialógicos e da construção de estratégias de uso que promovam o bem-estar de seus/suas usuários/as. Podendo atuar também na prevenção do adoecimento e sofrimento psíquico dos sujeitos. Portanto, é válido que essa atitude de estimular a autonomia por meio da educação, seja difundida aos/as profissionais de saúde e também da educação, que atuam diretamente com a parte mais nova da população. Apesar da pesquisa em questão focalizar as mulheres jovens, em termos de prevenção, é útil contemplar e alcançar um público mais novo no intuito de traçar propostas pedagógicas para informar e capacitar jovens autônomos/as na relação consigo mesmos/as.

Para isso, é preciso haver discussões, debates e produções acadêmicas que apontem para a importância do desenvolvimento desses processos educativos. Mas não somente, pois é fundamental que o diálogo contemple outros espaços e alcance as outras parcelas da população, afinal, a comunidade científica é formada por uma minoria da população. Assim, pensando de que forma a psicologia pode contribuir com a construção desse cenário de prevenção e promoção de saúde é interessante recorrermos, novamente, ao Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005).

O qual afirma, ainda em sua apresentação, que tal documento não é fixo e imutável, sendo, portanto, parte do compromisso social dos/as profissionais, rever crenças e valores que

estão naturalizados. Nesse sentido, é relevante ressaltar que o estudo dos processos educativos em contextos não formais (Madureira, 2013) como as redes sociais, fazem parte do campo de interesse e atuação da Psicologia.

Como relatado pelas participantes, as tecnologias digitais têm tido outras finalidades além do entretenimento e da diversão, surgindo como uma alternativa viável para a busca de informações e de aprendizado. G. e L. citaram que seguir perfis de determinadas mulheres serviam como fonte de inspiração, tendo em vista que as incentivaram a ter hábitos mais saudáveis. Já A. e S., por exemplo, as utilizam para estudar e procurar conteúdos relacionados aos seus cursos. E, com a necessidade de distanciamento social durante a pandemia, as ferramentas online passaram a ser amplamente utilizadas na vida acadêmica e profissional das pessoas. Portanto, considero oportuno apontar rapidamente a questão dos “algoritmos”, que além de ter sido citado por algumas das jovens, é um elemento pertinente para analisarmos a lógica implícita na circulação de conteúdos online.

Os algoritmos são ferramentas que auxiliam na compreensão e análise dos comportamentos dos/as consumidores/as, e nas redes sociais, possuem essa mesma função. Mas são também influenciados pelas ações de compartilhamento, visualizações e curtidas. Portanto, conteúdos que possuem números mais altos nessas ações, são mais facilmente “entregues” aos/as usuários/as. Os que tem menores números, tem menos visibilidade, e conseqüentemente, menos acesso a maior parte dos/as consumidores/as. Por isso é preciso haver demanda para que haja mais circulação desses conteúdos.

Apesar das mulheres entrevistadas concordarem que as redes sociais podem ser utilizadas enquanto recurso educativo, a maior parte delas enfatizou que é preciso se atentar para a maneira que você as usa, pois esse é um fator que, segundo elas, pode ser um facilitador para prejudicar ou beneficiar a pessoa em termos de saúde psíquica. Esse pensamento pode ser identificado na fala de A.: *“depende muito do que você consome (...)”*

que às vezes rola isso, eu sei que tem gente que fica olhando muito o Instagram, fica desejando aquela vida e se comparando, aí não é saudável”.

Para as mulheres, o público mais afetado com as aparências corporais ideais, e que mais sofre com o adoecimento psíquico (Zanello, Fiuza & Costa, 2015) em um cenário que busque ações de prevenção às doenças da beleza, o conhecimento revela-se como um instrumento de emancipação importantíssimo. Portanto, é de fundamental importância o incentivo a perfis nas redes sociais que problematizem a questão do bem-estar digital bem como os que propagam a valorização das diferenças e das pluralidades corporais femininas.

Pois, segundo a opinião das jovens entrevistadas, o fato de existirem esses conteúdos, por si só, não é suficiente para tornar os/as usuários/as conscientes. É preciso haver, em conjunto, uma postura ativa dos/as usuários/as em buscarem por esses conteúdos para que os algoritmos “entendam” que aquele é um conteúdo demandado por um número maior de pessoas.

É necessário difundirmos valores que tenham o intuito de romper essas barreiras do preconceito. Caso contrário, corre-se o risco de continuarmos vivendo em uma sociedade que permite comportamentos intolerantes e silencia opressões através da “eficácia excludente”, que é caracterizada pela naturalização de atitudes que reforçam preconceitos e pela falta de discussão sobre os mesmos (Madureira & Branco, 2015). Por esse motivo, é necessário explorarmos outras finalidades das tecnologias digitais, uma vez que as interações virtuais têm influência considerável nas nossas práticas do cotidiano.

Esse passo é fundamental para instigar transformações na forma como as mulheres são vistas e representadas no imaginário coletivo. Afinal, os conteúdos e as interações que estão presentes nas redes sociais online são reflexo de como a nossa “sociedade imagética” (Novaes, 2011) vem se organizando em termos afetivos, cognitivos e sociais e vice-versa. Por isso, acredito que a “alfabetização visual” proposta por Santaella (2012) pode ser útil nesse caminho,

tendo em vista que a autora nos convida a desenvolvermos uma leitura crítica sobre o que nos é apresentado em termos imagéticos.

Nessa direção, é possível afirmar que há, por meio das redes sociais, um potencial transformador que atua nas crenças e valores disseminados culturalmente sobre a naturalização dos corpos femininos, que foram historicamente regulados através de “pedagogias visuais” que nos objetificavam (Loponte, 2002). A disseminação de informações e conhecimentos que visem desconstruir essas noções são importantes ferramentas para contribuir com o processo de autoconhecimento dessas mulheres, pois como discutido por Ribeiro (2016), este é um elemento primordial na prevenção das doenças da beleza.

Considerações Finais

A presente pesquisa teve como objetivo geral analisar de que maneira os conteúdos que circulam nas redes sociais podem atuar enquanto fatores de prevenção do sofrimento psíquico e na desconstrução dos padrões estéticos relacionados à aparência corporal de jovens usuárias. A partir das percepções das seis mulheres jovens entrevistadas, foi possível identificar que é possível pensar nas redes sociais enquanto recurso educativo na prevenção de doenças da beleza e na desconstrução de padrões estéticos hegemônicos femininos.

Embora os resultados mais significativos do estudo tenham apontado para as potencialidades do uso das tecnologias digitais, ficou evidente que os malefícios ocasionados pelo uso excessivo de tais redes foi a temática mais enfatizada pelas participantes. Tal informação reforça a necessidade de dar continuidade na investigação do tema focalizado na presente Monografia, indicando, portanto, a relevância da realização de novas pesquisas.

Portanto, é preciso incentivar uma atitude ativa e, ao mesmo tempo, uma capacidade de reflexão crítica das usuárias, para que utilizem as tecnologias digitais ao seu favor. Por outro lado, essa mudança também precisa acontecer em outras esferas da sociedade, pois a desconstrução dos padrões estéticos hegemônicos precisa ser pleiteada coletivamente. Então, essa é uma barreira que ainda precisa ser rompida, pois apesar de termos avançado culturalmente em termos de conquistas e direitos das mulheres, nossos corpos ainda permanecem sendo alvo de julgamentos, críticas e de práticas violentas.

Diante desse cenário, em que a relação das mulheres consigo mesmas é constantemente minada por discursos biomédicos, sexistas e preconceituosos que fomentam a autocrítica e a autopunição, é mais do que urgente investirmos em práticas que instigam a autonomia e o conhecimento, desde a infância. Afinal, não se trata de mero “otimismo” acreditar que as redes sociais podem ter esse potencial. É uma condição realista que precisa

ser assumida, pois negar a influência e impacto do uso das redes na saúde mental das mulheres é continuar contribuindo para a permanência de discursos e práticas excludentes.

Apesar da conquista de espaço nos meios midiáticos significar um avanço importante em termos de representatividade, ainda há um longo caminho a ser percorrido na construção de uma sociedade democrática e no enfrentamento de relações desiguais e opressoras. É importante contribuir com a construção de contextos favoráveis para o empoderamento das mulheres nesse sentido, pois acredito fortemente que nossa autoestima e felicidade não devem ser definidas por nossas aparências corporais, muito menos serem motivo de sofrimento e adoecimento.

Por isso, a psicologia deve assumir o compromisso ético e social de agir na direção da construção de uma sociedade que valorize a existência das diferenças e da pluralidade em diversos sentidos. Tais temáticas precisam ser estudadas e discutidas na formação em psicologia, assim como devem estar presentes nas intervenções realizadas pelos/as psicólogos/as, contribuindo para a promoção de saúde das mulheres.

Cabe destacar que as áreas da psicologia da saúde e da psicologia escolar são importantes aliadas para a análise dos impactos dos contextos educativos formais e informais na vida dos sujeitos. As escolas devem investir no debate sobre o tema em questão e em práticas educativas com crianças, adolescentes e a comunidade escolar de forma geral, no intuito de incentivar reflexões críticas, sempre na direção da promoção da saúde e do bem-estar das pessoas.

A pesquisa apontou motivos pelos quais percebe-se a importância do incentivo e da continuidade de pesquisas que explorem outras facetas acerca da problemática aqui proposta, como o protagonismo das mulheres nas redes sociais e a relação com seus processos psíquicos. Os conhecimentos não são finitos, logo, é imprescindível fazermos análises e reflexões críticas a partir do estranhamento da sociedade em que vivemos, para contribuirmos

com o desenvolvimento de relações mais saudáveis, no convívio conosco e com os/as outros/as.

Referências Bibliográficas

- Adichie, C. N. (2015). *Sejamos todos feministas*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Almeida, T. M. C. (2014). Corpo feminino e violência de gênero: fenômeno persistente e atualizado em escala mundial. *Sociedade e Estado*. 19 (2), 329-340.
- Andrade, A. & Bosi, M. L. M. (2003). Mídia e Subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. *Revista Nutrição*. 16(1), 117-125.
- Aprobato, V. (2018). Corpo digital e bem estar na rede social Instagram – um estudo sobre as subjetividades e afetos na atualidade. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*. 38 (95), 157-164.
- Associação Paranaense de Psiquiatria. “Dia 2 de Junho é o dia Mundial da Conscientização dos Transtornos Alimentares”. Disponível em: https://psiquiatria-pr.org.br/news-appsiq_det.php?blog=7883, Acesso em 02/06/2022.
- Barbosa, M. R., Matos, P. M., & Costa, M. E. (2011). Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. *Psicologia & Sociedade*, 23(1), 24-34.
- Berger, J. (1980) *Modos de ver*. São Paulo: Martin Fontes [capítulos 2 e 3].
- Bittencourt, L. J. (2013). *Padrões de Beleza e Transtornos do Comportamento Alimentar em Mulheres Negras de Salvador/ Bahia*. Universidade Federal da Bahia – UFBA. (Tese de Doutorado) Retirado de: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/13187>
- Bizerril, J. & Madureira, A. F. A. (2021). Psicologia & Cultura: uma Introdução ao Debate. Em A. F. A. Madureira & J. Bizerril (Orgs.), *Psicologia & Cultura: Teoria, Pesquisa e Prática Profissional* (pp. 9-19). São Paulo: Cortez.
- Carrea, F. (2012). Instagram no facebook: uma reflexão sobre ethos, consumo e construção de subjetividade em sites de redes sociais. *Revista Interamericana de Comunicação Midiática*. (11) 22. 148-165.

- Cintra, C. (2021). *O Instagram está padronizando os rostos?* Barueri: Estação das Letras e Cores. [Colaboradora: Santaella, L.]
- Conselho Federal de Psicologia. (2005). *Código de Ética Profissional do Psicólogo*.
- Conselho Federal de Psicologia (2002). – Resolução nº 18/2002.
- Goldenberg, M. (2004). *A arte de pesquisar - Como fazer pesquisa qualitativa em Ciências Sociais*. Rio de Janeiro: Record.
- Gomes, R. (2016) Análise e interpretação de dados de pesquisa qualitativa. Em M. C. S. Minayo (Org.), *Pesquisa social: teoria, método e criatividade* (pp.72-95). Petrópolis – RJ: Vozes.
- Gomes, N. L. (2002). Trajetórias escolares, corpo negro e cabelo crespo: reprodução de estereótipos ou ressignificação cultural? *Revista Brasileira de Educação* 21, 40-51.
Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbedu/n21/n21a03.pdf>
- González, L. (2020). *Por um feminismo afro-latino-americano*. F. Rios & M. Lima (Orgs.). Rio de Janeiro: Zahar.
- Hall, S. (2006). *A identidade cultural na pós-modernidade*. Rio de Janeiro: DP&A [capítulo 1].
- Heilborn, M. L. (1999). Construção de si, gênero e sexualidade, Em Heilborn, M. L. (Org.) *Sexualidade: o olhar das ciências sociais*. (pp. 40-59). Rio de Janeiro: Zahar.
- Holanda, J. (2020). *A Construção das Identidades Masculinas: O Olhar de Alunos do Ensino Médio*. (Dissertação de Mestrado) Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.
- Le Breton, D. (2007). *A sociologia do corpo*. Petrópolis – RJ: Vozes.
- Lira, A., Ganen, A., Lodi, A. & Alvarenga, M. (2017). Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 66(3), 164-171. Rio de Janeiro.

- Loponte, L. G. (2002) Sexualidades, artes visuais e poder: pedagogias visuais do feminino. *Estudos Feministas*, 10 (2), 283-300.
- Lorde, A. (2019). Para começo de conversa: alguns apontamentos sobre as barreiras entre as mulheres e o amor. Em *Irmã outsider: ensaios e conferências* (trad. Stephanie Borges) (pp.57-66). Belo Horizonte: Autêntica.
- Louro, G. (2000) Pedagogias da sexualidade. Em Louro, G. (Org.) *O corpo educado: pedagogias da sexualidade*. (pp. 07-34) Belo Horizonte: Autêntica.
- Madureira, A. F. A. (2016). Diálogos entre a Psicologia e as Artes Visuais: as Imagens enquanto Artefatos Culturais. Em J. L. Freitas & E. P. Flores (Orgs.), *Artes e Psicologia: fundamentos e práticas* (pp.57-82) Curitiba: Juruá.
- Madureira, A. F. A. (2010). Gênero, sexualidade e processos identitários na sociedade brasileira: tradição e modernidade em conflito. Em A. L. Galinkin & C. Santos (Orgs.), *Gênero e Psicologia Social: interfaces* (pp. 31-63). Brasília: Tecnopolik.
- Madureira, A. F. A. (2013). Psicologia Escolar na contemporaneidade: construindo “pontes” entre a pesquisa e a intervenção. In E. Tunes (Org.), *O fio tenso que une a Psicologia à Educação* (pp.55-73). Brasília: UniCEUB.
- Madureira, A. F. A. (2018). Social Identities, Gender, and Self: Cultural Canalization in Imagery Societies. In A. Rosa & J. Valsiner (Eds.), *The Cambridge Handbook of Sociocultural Psychology* (pp. 597-614). Cambridge – UK: Cambridge University Press.
- Madureira, A. F. A., Barreto, A. L. C & Paula, L. D. (2018). Educação, Política e Compromisso Social: desconstruindo o mito da neutralidade pedagógica. Em: E. Tunes (Org.). *Desafios da Educação para a Psicologia*. (pp. 137-153). Curitiba: CRV.
- Madureira, A. F. A.; Barreto, A. L. C. S.; Silva, M. R. G. & Bastianello, M. A. (2021). Pertencimento Étnico-Racial e Racismo no Brasil: Processos Identitários, Diversidade e Preconceito na Perspectiva da Psicologia Cultural. Em A. F. A. Madureira & J. Bizerril

- (Orgs.), *Psicologia & Cultura: Teoria, Pesquisa e Prática Profissional* (pp. 238-270). São Paulo: Cortez.
- Madureira, A. F. A & Branco, A. U. (2001). A pesquisa qualitativa em psicologia do desenvolvimento: questões epistemológicas e implicações metodológicas. *Temas em Psicologia*, 9 (1), 63-75.
- Madureira, A. F. A & Branco, A. U. (2012). As raízes histórico-culturais e afetivas do preconceito e a construção de uma cultura democrática na escola. Em A. U. Branco & M. C. S. L. Oliveira (Orgs.) *Diversidade e cultura da paz na escola: contribuições da perspectiva sociocultural* (pp.125-155). Porto Alegre: Mediação.
- Madureira, A. F. A. & Branco, A. U. (2005). Construindo com o outro: uma perspectiva sociocultural construtivista do desenvolvimento humano. Em M. A. Dessen & A. L. Costa Júnior (Orgs.), *A ciência do desenvolvimento humano: tendências atuais e perspectivas futuras* (pp. 90-109). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Madureira, A. F. A & Branco, A. U. (2015). Gênero, sexualidade e diversidade na escola a partir da perspectiva de professores/as. *Temas em Psicologia (Ribeirão Preto)*, 23(3), 577-591.
- Minayo, M. C. S. (2016a). O desafio da pesquisa social. Em M.C.S. Minayo (Org.), *Pesquisa Social: teoria, método e criatividade* (pp.9-28) Petrópolis – RJ: Vozes.
- Minayo, M. C. S. (2016b). Trabalho de campo: contexto de observação, interação e descoberta. Em M.C.S. Minayo (Org.), *Pesquisa Social: teoria, método e criatividade* (pp.56-71) Petrópolis – RJ: Vozes.
- Neto, P. P. & Caponi, S. N. C. (2007). A medicalização da beleza. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*. 11(23), 569-584.
- Novaes, J. (2011). Beleza e feiúra: corpo feminino e regulação social. Em M. Del Priore & M. Amantino (Orgs.), *História do Corpo no Brasil* (pp. 477-506). São Paulo: Unesp.

- Novaes, J. V. (2005). *Ser mulher, ser feia, ser excluída*. (versão online). Disponível em:
<http://www.psicologia.com.pt/artigos/textos/A0237.pdf>
- Novaes, J. V. & Vilhena, J. (2003). De cinderela a moura torta: sobre a relação mulher, beleza e feiúra. *Interações*. III (15), 9-36.
- Obando, J. (2021). *Educação Sexual: O Papel da Escola na Prevenção da Violência Sexual contra as Mulheres*. (Dissertação de Mestrado) Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.
- Oliveira, L. L. & Hutz, C. S. (2010). Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. *Psicologia em Estudo*. 15(3), 575-582.
- Oliveira, D. & Resende, V. M. (2020). Branquitude, discurso e representação de mulheres negras no ambiente acadêmico da UFBA. *Bakhtiniana*. 15(4), 149-171.
- Ribeiro, D (2021). *Cartas para minha avó*. São Paulo: Companhia das Letras. (pp.38-41)
- Ribeiro, D. (2019). *Pequeno manual antirracista*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Ribeiro, D. (2018). *Quem tem medo do feminismo negro?* São Paulo: Companhia das Letras.
[Texto: Para as meninas quilombolas a hashtag não chega]
- Ribeiro, V. M. M. (2016). *A psicologia clínica e a prevenção das doenças da beleza na sociedade brasileira contemporânea* (Trabalho de Conclusão de Curso). Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.
- Ribeiro, V. M. M. (2021). *Os Impactos das Imagens nas Relações dos/as Adolescentes com a sua Aparência Corporal*. (Dissertação de Mestrado) Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.
- Rossi, T. C. (2017). Feminilidade e suas imagens em mídias digitais: questões para pensar gênero e visualidade no século XXI. *Tempo Social*. 29 (1), 235-255.
- Sabat, R. (2001). Pedagogia cultural, gênero e sexualidade. *Estudos Feministas*. 9 (1), 9-21.
Florianópolis.

Santaella, L. (2018). Arte, ciência e educação: diálogos possíveis [entrevista]. *Em Aberto*, 31(103), 207-214. Disponível em: <http://emaberto.inep.gov.br/index.php/emaberto/article/view/3988/pdf>

Santaella, L. (2012). *Leitura de imagens*. São Paulo: Melhoramentos [Introdução].

“Saúde Mental e Redes Sociais: mulheres encontram apoio no Instagram”. Disponível em: <https://olhardigital.com.br/2021/07/30/internet-e-redes-sociais/saude-mental-e-redes-sociais-mulheres-encontram-apoio-no-instagram/> Acesso em: 22/04/2022.

Sawaia, B. (2014). Identidade – Uma ideologia separatista? Em B. B. Sawaia (Org.), *As artimanhas da exclusão: análise psicossocial e ética da desigualdade social* (pp. 121-129). Petrópolis – RJ: Vozes.

Scott, J. (1995). Gênero: uma categoria útil de análise histórica. *Educação & Realidade*, 20(2), 71-99.

Silva, M. O. S. (2017). *Corpo, cultura e obesidade: desenvolvimento de posicionamentos dinâmicos de si em mulheres submetidas à gastroplastia*. (Tese de Doutorado). Universidade de Brasília – UnB.

Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica. Censo 2018. Disponível em: http://www2.cirurgioplastica.org.br/wpcontent/uploads/2019/08/Apresentac%CC%A7a%CC%83o-Censo-2018_V3.pdf, Acesso em 22/04/2022.

Sousa, A. (2021). *Padrões Estéticos Hegemônicos, Mídia, Doenças da Beleza e Psicologia Clínica na Sociedade Brasileira Contemporânea*. (Trabalho de Conclusão de Curso). Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Souto, L. (2020). *Feminilidades e Negritudes nas Telas: Diálogos entre a Psicologia e o Cinema*. (Trabalho de Conclusão de Curso). Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

- Souza, E. O. & Assis, K. R. (2019). O afrofuturismo como dispositivo na construção de uma proposta educativa antirracista. *Entheoria: Cadernos de Letras e Humanas*. 6, 64-74.
- “Transtornos Alimentares crescem entre os jovens” – Disponível em: <https://www.medicina.ufmg.br/transtornos-alimentares-crescem-entre-os-jovens/>, Acesso em 14/04/2021.
- Valsiner, J. (2012). *Fundamentos da Psicologia Cultural: mundos da mente, mundos da vida*. Tradução de Ana Cecília de Sousa Bastos. Porto Alegre: Artmed. [Capítulo 1 – Aproximações à cultura: bases semióticas da psicologia cultural (pp. 21-66)].
- Veiga, L. (2019). Descolonizando a Psicologia: notas para uma psicologia preta. *Fractal: Revista de Psicologia*. (31) – 244-248. Disponível em: https://doi.org/10.22409/1984-0292/v31i_esp/29000
- Vieira, A. G. (2019). *Instagram: Possíveis Influências na Construção dos Padrões Hegemônicos de Beleza Entre Mulheres Jovens*. (Monografia) Retirado de <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/13440>
- Woodward, K. (2000). Identidade e diferença: uma introdução conceitual. Em T. T Silva (Org.), *Identidade e diferença: a perspectiva dos estudos culturais*. (pp.7-72). Petrópolis: Vozes.
- Zanello, V. (2018). *Saúde mental, gênero e dispositivos: cultura e processos de subjetivação*. Curitiba: Appris.
- Zanello, V; Fiuza, G. & Costa, H. (2015). Saúde mental e gênero: facetas gendradas do sofrimento psíquico. *Fractal: Revista de Psicologia*. 17 (3) – 283-246. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1984-0292/1483>
- Zenha, L. (2018). Redes sociais online: o que são as redes sociais e como se organizam? *Caderno de Educação*. 20 (49), 19-42.

Anexo A

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE

Redes sociais: possível recurso educativo na prevenção das doenças da beleza e na desconstrução dos padrões estéticos hegemônicos femininos?

Instituição das pesquisadoras: Centro Universitário de Brasília – UniCEUB

Pesquisadora responsável: Profa. Dra. Ana Flávia do Amaral Madureira

Pesquisadora assistente: Camila Cristina Saraiva Castello

Você está sendo convidada a participar do projeto de pesquisa acima citado. O texto abaixo apresenta todas as informações necessárias sobre o que estamos fazendo. A sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não lhe causará prejuízo. O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Antes de decidir se deseja participar (de livre e espontânea vontade) você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida participar, você será solicitada a assiná-lo e receberá uma cópia do mesmo.

Antes de assinar, faça perguntas sobre tudo o que não tiver entendido bem. A equipe deste estudo responderá às suas perguntas a qualquer momento (antes, durante e após o estudo).

Natureza e objetivos do estudo

- O objetivo deste estudo é: analisar de que maneira os conteúdos que circulam nas redes sociais podem atuar enquanto fatores de prevenção das doenças da beleza e na desconstrução dos padrões estéticos relacionados à aparência corporal de jovens usuárias.
- Você está sendo convidada a participar exatamente por corresponder ao perfil de participante delimitado para essa pesquisa.

Procedimentos do estudo

- Sua participação consiste em responder a uma entrevista individuais virtual sobre o tema focalizado na pesquisa.
- O procedimento consiste em uma entrevista individual virtual, que será gravada em áudio, com seu consentimento, para facilitar o posterior trabalho de análise.
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.

Riscos e benefícios

- Este estudo possui baixos riscos que são inerentes ao procedimento de entrevista.
- Medidas preventivas serão tomadas durante a entrevista para minimizar qualquer risco ou incômodo. Por exemplo, será esclarecido que não há respostas certas ou erradas em relação às perguntas que serão apresentadas e que é esperado que a participante responda de acordo com as suas opiniões pessoais.
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento, você não precisa realizá-lo.
- Com sua participação nesta pesquisa você poderá contribuir com a construção de uma compreensão mais aprofundada acerca do tema investigado.

Participação, recusa e direito de se retirar do estudo

- Sua participação é voluntária. Você não terá nenhum prejuízo se não quiser participar.
- Você pode se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com uma das pesquisadoras responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos, não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

Confidencialidade

- Seus dados serão manuseados somente pelas pesquisadoras e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- O material com suas informações (gravação em áudio da entrevista) ficará guardado sob a responsabilidade da pesquisadora assistente, Camila Cristina Saraiva Castello, com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade, e será destruído (apagado) após a pesquisa.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas. Entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada a sua privacidade.

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UniCEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone (61) 3966.1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. Você também poderá entrar em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo.

Eu, _____ RG _____, após receber a explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos nesta pesquisa, concordo voluntariamente em fazer parte deste estudo.

Brasília-DF, _____ de _____ de 2022.

Camila Cristina Saraiva Castello
Celular: (61) 99644-4453, E-mail: camila.castello@sempreceub.com

Ana Flávia do Amaral Madureira
Celular: (61) 99658-7755, E-mail: ana.madureira@ceub.edu.br

Endereço dos(as) responsável(is) pela pesquisa:

Instituição: Centro Universitário de Brasília – UniCEUB
Endereço: SEPN 707/907, Campus do UniCEUB
Bairro: Asa Norte
Cidade: Brasília - DF
CEP: 70790-075
Telefone p/contato: (61) 3966-1200

Anexo B

Roteiro de Entrevista

Dados Sócio demográficos

1. Idade:
2. Profissão:
3. Pertencimento étnico-racial:

Questões norteadoras

1. Você é usuária de quais redes sociais?
2. Há quanto tempo utiliza as redes sociais?
3. Quanto tempo do seu dia, em média, você passa utilizando as redes sociais?
4. Dentre as redes sociais que você utiliza, qual (quais) a que mais gosta? Por quê? E a(s) que menos gosta? Por quê?
5. Que tipo de conteúdo você mais acessa nas redes sociais? Por quê?
6. Quais os perfis de mulheres nas redes sociais que você mais acessa? Por quê?
7. Você utiliza as redes sociais para buscar informações sobre o corpo e a aparência física, ou não? (Se sim, você poderia apresentar alguns exemplos?)
8. Na sua opinião, existe um corpo ideal ou não? (Se sim, como é esse corpo?)
9. Atualmente, você está satisfeita com sua imagem corporal, ou não? Por quê?
10. Você se sente representada pelas imagens de mulheres e/ou conteúdos relacionados à aparência física que acessa nas redes sociais, ou não? Por quê?
11. Você compara ou já comparou sua aparência física a de outras mulheres nas redes sociais, ou não? (Se sim, o que sente ao fazer isso? Se não, por quê?)
12. Na sua opinião, existe diferença entre a maneira como homens e mulheres lidam com o próprio corpo, ou não? Por quê?
13. Você conhece algum perfil nas redes sociais que seja voltado para questões relacionadas ao corpo e aparência corporal? (Se sim, você poderia apresentar alguns exemplos?)
14. Você já procurou conteúdos educativos sobre corpo e/ou aparência social nas redes sociais? (Se sim, você poderia apresentar alguns exemplos?)
15. Na sua opinião, as redes sociais podem ser vistas como ferramentas educacionais? Por quê?
16. Você gostaria de acrescentar algo?

Anexo C

Parecer de Aprovação do Comitê de Ética

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Redes Sociais: Possível Recurso Educativo na Prevenção das Doenças da Beleza e na Desconstrução dos Padrões Estéticos Hegemônicos Femininos?

Pesquisador: Ana Flávia do Amaral Madureira

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 57088322.7.0000.0023

Instituição Proponente: Centro Universitário de Brasília - UNICEUB

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.373.121

Apresentação do Projeto:

As informações elencadas nos campos "Apresentação do Projeto", "Objetivo da Pesquisa" e "Avaliação dos Riscos e Benefícios" foram retiradas do arquivo Informações Básicas da Pesquisa e/ou do Projeto Detalhado.

A pesquisadora defende que o projeto envolve a utilização de uma "metodologia qualitativa de investigação". Há previsão de ter como voluntárias seis participantes mulheres na faixa etária entre 18 e 30 anos, "com diferentes pertencimentos étnico-raciais".

A metodologia sugerida é de uma "investigação qualitativa mediante a realização de entrevistas individuais semiestruturadas virtuais".

Outra atenção especial para o grupo de voluntárias é que elas não fazem parte de populações vulneráveis e que serão selecionadas "via rede interpessoal da pesquisadora e não via instituição".

Outra observação é que será mantido o sigilo em relação à identidade pessoal das participantes.

Objetivo da Pesquisa:

O objetivo é o seguinte: "analisar de que maneira os conteúdos que circulam nas redes sociais

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 5.373.121

podem atuar enquanto fatores de prevenção das doenças da beleza e na desconstrução dos padrões estéticos relacionados à aparência corporal de jovens usuárias".

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

A pesquisadora entende que o projeto apresenta baixos riscos e que são "inerentes ao procedimento de entrevista". A responsável pelo projeto garante que as medidas preventivas durante a entrevista virtual serão tomadas para minimizar qualquer risco ou incômodo. "Por exemplo, será apresentada a orientação de que não existem respostas certas ou respostas erradas e que é esperado que as participantes respondam de acordo com as suas opiniões pessoais. Mesmo assim, caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento às participantes, as mesmas não precisam realizá-lo".

Como benefícios, segundo a pesquisadora, as participantes irão colaborar "com o desenvolvimento de uma compreensão mais aprofundada sobre a temática investigada".

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Está prevista a realização de seis entrevistas individuais a serem realizadas virtualmente.

As perguntas norteadoras (em um total de 16) estão disponibilizadas no projeto detalhado de monografia (anexo B). Os questionamentos são condizentes com os objetivos de pesquisa, em que pesem perguntas com teor mais delicado, no que se refere a um eventual constrangimento, para as participantes como a (9) "Atualmente, você está satisfeita com sua imagem corporal, ou não? Por quê?" e a (11) "11. Você compara ou já comparou sua aparência física a de outras mulheres nas redes sociais, ou não? (Se sim, o que sente ao fazer isso? Se não, por quê?)".

Em relação aos outros documentos apresentados, como o TCLE, há a apresentação para as participantes do caminho e das estratégias da pesquisa.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Foram apresentados os seguintes documentos para o CEP:

- 1) projeto detalhado de monografia;
- 2) Projeto postado na Plataforma BR;
- 3) TCLE com os dados da equipe pesquisadora; e
- 4) Folha de Rosto assinada.

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASILIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 5.373.121

Recomendações:

O CEP-UniCEUB ressalta a necessidade de desenvolvimento da pesquisa, de acordo com o protocolo avaliado e aprovado, bem como, atenção às diretrizes éticas nacionais quanto ao às Resoluções nº 446/12 e nº 510/16 CNS/MS concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto:

A responsabilidade do pesquisador é indelegável e indeclinável e compreende os aspectos éticos e legais, cabendo-lhe:

I - apresentar o protocolo devidamente instruído ao sistema CEP/Conep, aguardando a decisão de aprovação ética, antes de iniciar a pesquisa, conforme definido em resolução específica de tipificação e gradação de risco;

II - desenvolver o projeto conforme delineado;

III - conduzir o processo de Consentimento e de Assentimento Livre e Esclarecido;

IV - apresentar dados solicitados pelo CEP ou pela Conep a qualquer momento; manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda e responsabilidade, por um período mínimo de 5 (cinco) anos após o término da pesquisa;

V - encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto;

VI - elaborar e apresentar os relatórios parciais e final;

VII - apresentar no relatório final que o projeto foi desenvolvido conforme delineado, justificando, quando ocorridas, a sua mudança, interrupção ou a não publicação dos resultados.

Obs.: Ao final da pesquisa enviar Relatório de Finalização da Pesquisa ao CEP. O envio de relatórios deverá ocorrer pela Plataforma Brasil, por meio de notificação.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Em função da documentação apresentada, o projeto traz as condições de aprovação para continuidade do levantamento.

Considerações Finais a critério do CEP:

Protocolo previamente avaliado, com parecer n. 5.372.788/22, tendo sido homologado na 5ª Reunião Ordinária do CEP-UniCEUB do ano, em 08 de abril de 2022.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

| | |
|---|---------------------------------------|
| Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar | |
| Bairro: Setor Universitário | CEP: 70.730-075 |
| UF: DF | Município: BRASÍLIA |
| Telefone: (61)3966-1511 | E-mail: cep.uniceub@uniceub.br |

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 5.373.121

| Tipo Documento | Arquivo | Postagem | Autor | Situação |
|---|---|------------------------|--|----------|
| Informações Básicas do Projeto | PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_1914504.pdf | 22/03/2022 20:50:16 | | Aceito |
| Folha de Rosto | Folha_de_Rosto.pdf | 22/03/2022 20:48:44 | CAMILA CRISTINA SARAIVA | Aceito |
| Projeto Detalhado / Brochura Investigador | Projeto_de_Monografia_CamilaCastello.pdf | 22/03/2022 20:48:07 | CAMILA CRISTINA SARAIVA CASTELLO | Aceito |
| TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência | TCLE.pdf | 19/03/2022 10:13:36 | CAMILA CRISTINA SARAIVA CASTELLO | Aceito |

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

BRASILIA, 27 de Abril de 2022

Assinado por:

**Marília de Queiroz Dias Jacome
(Coordenador(a))**

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF **Município:** BRASILIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br