

Influência das redes sociais na autopercepção corporal dos acadêmicos de enfermagem

Influence of social networks on the body self-perception of nursing academics

Influencia de las redes sociales en la autopercepción corporal de académicos de enfermería

Keila Guindani Becker^{1,a}

keila.becker@edu.unipar.br | <https://orcid.org/0000-0002-4173-6378>

Jolana Cristina Cavalheiri^{1,b}

jolana@prof.unipar.br | <https://orcid.org/0000-0002-9549-8985>

¹ Universidade Paranaense, Unidade de Francisco Beltrão. Francisco Beltrão, PR, Brasil.

^a Graduação em Enfermagem pela Universidade Paranaense.

^b Mestrado em Ciências Aplicadas à Saúde pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná.

RESUMO

Buscou-se identificar o perfil dos estudantes e relacionar consumo das redes sociais à autopercepção corporal. Trata-se de uma pesquisa descritiva, explicativa, de campo, quantitativa, realizada com 219 acadêmicos de enfermagem em uma universidade privada, através da aplicação de questionário. Aplicou-se teste qui-quadrado para associação entre as variáveis (p -valor $< 0,05$). 83,1% dos acadêmicos apresentaram distorção de imagem, dos quais 58,5% superestimam o corpo; 74% acreditam que as redes sociais influenciam na percepção corporal, sendo o Instagram a rede social mais utilizada (89,5%). Observou-se associação entre os mais jovens ($p 0,004$) e solteiros ($0,003$) com a insatisfação corporal. Ainda, ser mulher ($p 0,003$) e seguir *influencers* ($p 0,003$; $p 0,001$) interfere no desejo de mudar o corpo e os hábitos. Os solteiros ($p 0,004$) demonstraram insegurança nas relações afetivas relacionadas à autoimagem. Denota-se a importância de desmistificar padrões de beleza impostos pela sociedade e de se fortalecer a autoestima dos jovens.

Palavras-chave: Redes sociais; Imagem corporal; Aluno; Insatisfação corporal; Enfermagem.

ABSTRACT

We sought to identify the students' profile and relate social media consumption to body self-perception. This is a descriptive, explanatory, field, quantitative research carried out with 219 nursing students at a private university, using a questionnaire. The chi-square test was applied for association between variables (p -value < 0.05). 83.1% of students had image distortion, of which 58.5% overestimate their body; 74% believe that social networks influence body perception, with Instagram being the most used social network (89.5%). An association was observed between younger people ($p 0.004$) and single people (0.003) with body dissatisfaction. Also, being a woman ($p 0.003$) and following influencers ($p 0.003$; $p 0.001$) interferes with the desire to change one's body and habits. Singles ($p 0.004$) demonstrated insecurity in emotional relationships related to self-image. The importance of demystifying the beauty standards imposed by society and strengthening young people's self-esteem is highlighted.

Keywords: Social media; Body image; Student; Body dissatisfaction; Nursing.

RESUMEN

Se buscó identificar el perfil de los estudiantes y relacionar el consumo de redes sociales con autopercepción corporal. Investigación cuantitativa, descriptiva, explicativa, de campo, realizada con 219 estudiantes de enfermería de una universidad privada, mediante uso de cuestionario. Se aplicó la prueba de chi-cuadrado para asociación entre variables ($p < 0,05$). 83,1% de los estudiantes presentó distorsión de imagen; 58,5% sobreestima su cuerpo; 74% cree que redes sociales influyen en la percepción corporal, siendo Instagram la más utilizada (89,5%). Se observó asociación entre personas más jóvenes ($p 0,004$) y solteras ($0,003$) con la insatisfacción corporal, ser mujer ($p 0,003$) y seguir influencers ($p 0,003$; $p 0,001$) interfiere con el deseo de cambiar el cuerpo y los hábitos. Solteros ($p 0,004$) demostraron inseguridad en las relaciones emocionales relacionadas con autoimagen. Se destaca la importancia de desmitificar los estándares de belleza impuestos por la sociedad y fortalecer la autoestima de los jóvenes.

Palabras clave: Redes sociales; Imagen corporal; Alumno; Insatisfacción corporal; Enfermería

INFORMAÇÕES DO ARTIGO

Contribuição dos autores:

Concepção ou desenho do estudo: Keila Guindani Becker.

Coleta de dados: Keila Guindani Becker e Jolana Cristina Cavalheiri.

Análise de dados: Keila Guindani Becker e Jolana Cristina Cavalheiri.

Interpretação dos dados: Keila Guindani Becker e Jolana Cristina Cavalheiri.

Todos os autores são responsáveis pela redação e revisão crítica do conteúdo intelectual do texto, pela versão final publicada e por todos os aspectos legais e científicos relacionados à exatidão e à integridade do estudo.

Declaração de conflito de interesses: não há.

Fontes de financiamento: não houve.

Considerações éticas: trabalho avaliado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da Universidade Paranaense (Unipar), sendo aprovado sobre o número de CAAE 69105123.8.0000.0109 no dia 6 de junho de 2023.

Agradecimentos/Contribuições adicionais: não há.

Histórico do artigo: submetido: 22 jan. 2024 | aceito: 10 jun. 2024 | publicado: 19 dez. 2024.

Apresentação anterior: não houve.

Licença CC BY-NC atribuição não comercial. Com essa licença é permitido acessar, baixar (*download*), copiar, imprimir, compartilhar, reutilizar e distribuir os artigos, desde que para uso não comercial e com a citação da fonte, conferindo os devidos créditos de autoria e menção à Reciis. Nesses casos, nenhuma permissão é necessária por parte dos autores ou dos editores.

INTRODUÇÃO

A autopercepção corporal pode ser definida pela forma como a pessoa vê o seu próprio corpo e se sente em relação às características dele, como formato, tamanho e contorno. Dentro dessa autopercepção há duas dimensões: a perceptiva, que diz respeito à autopercepção das características físicas do corpo; e a atitudinal, que se refere aos componentes afetivos, cognitivos, comportamentais e de satisfação, incluindo os sentimentos, as crenças, as ações e a apreciação do próprio corpo. Essa dimensão sofre influência de diversos fatores intrínsecos e extrínsecos, como sexo, idade, percepção de familiares, cultura e mídia, sendo que a imagem corporal não é estática e pode mudar de acordo com experiências vividas, mídia e sociedade (Duarte; Chinen; Fujimori, 2021).

Nos dias de hoje, é imposto um padrão de vida que contribui para a diminuição da prática de atividade física e o incentivo de hábitos alimentares irregulares, entretanto, simultaneamente, há padrões de beleza que exigem um corpo perfeito e magro. Esses padrões afetam principalmente as mulheres, que os colocam como meta e, quando falham, ficam insatisfeitas com sua imagem corporal. No caso dos homens, eles desejam ter um corpo mais musculoso e forte (Rech; Araújo; Vanat, 2010).

Houve um aumento dos transtornos mentais, principalmente entre os jovens. Entre os distúrbios de maior incidência estão os comportamentais, os emocionais e os hipercinéticos. Destaca-se que as atitudes alimentares desordenadas têm aumentado de forma rápida, afetando em sua maioria jovens do sexo feminino, que, devido a algum sofrimento e uma preocupação excessiva em relação à alimentação e ao peso, apresentam alteração no comportamento alimentar, nos pensamentos e nas emoções (Aparicio-Martinez *et al.*, 2019).

Sampson *et al.* (2020) demonstram que as mídias sociais afetam negativamente a imagem corporal dos indivíduos, sendo constatado que após a exposição ao Facebook, surge insatisfação corporal relacionada especialmente à função fotográfica do aplicativo. Ademais, estudo realizado com estudantes do curso de enfermagem de uma universidade pública da cidade de São Paulo demonstrou que 89,2% estavam insatisfeitos com a imagem corporal, sendo que mais de 90% relataram influência das redes sociais na autopercepção corporal (Duarte; Chinen; Fujimori, 2021). Em uma universidade de Ponta Grossa, estado do Paraná, 61,2% dos alunos estavam insatisfeitos com o corpo (Rech; Araújo; Vanat, 2010).

Tendo em vista que os padrões de beleza impostos pela sociedade midiática têm levado ao aumento da insatisfação corporal entre os jovens, ocasionando distúrbios alimentares e doenças mentais, o presente estudo tem a seguinte pergunta norteadora: “De que forma o uso de redes sociais influencia na autopercepção corporal de acadêmicos de enfermagem?”. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi identificar a autopercepção corporal dos acadêmicos e relacionar o consumo das redes sociais e o perfil dos estudantes à percepção de imagem.

MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa descritiva, explicativa, de campo, com caráter quantitativo. O estudo foi realizado em um município do Sudoeste do Paraná com população de 96.666 habitantes, de acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2022), e que se caracteriza por ter diversas instituições educacionais de nível superior.

O local de pesquisa foi uma universidade privada que oferece mais de vinte cursos de graduação e pós-graduação. A universidade oferta diversos cursos na área da saúde, entre os quais o de enfermagem, no período noturno, com duração de cinco anos. Dessa forma, os participantes do estudo foram acadêmicos de enfermagem. A amostragem foi não probabilística, por conveniência, totalizando 219 alunos.

Para a seleção dos participantes, utilizaram-se como critérios de inclusão: os estudantes estarem matriculados no curso, do primeiro ao quinto ano, estarem presentes no dia da coleta e entregarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado. No caso de acadêmicos menores de idade foi solicitada a assinatura dos pais ou responsáveis. Foram excluídos da pesquisa questionários incompletos, os que não tiveram o termo assinado e as gestantes, por não ser indicada a aplicação da Escala de Silhuetas para Adultos (ESA).

A coleta de dados foi realizada de julho e agosto de 2023, em sala de aula. Inicialmente, foi solicitada a autorização da instituição, da coordenação do curso e também professor ministrante da disciplina. Foi realizada uma explicação acerca dos objetivos da pesquisa e do TCLE, e foi solicitado aos interessados o preenchimento dos questionários na presença do pesquisador. Aos alunos menores de idade, foram entregues os instrumentos de pesquisa, com preenchimento na sala de aula, e os termos para autorização de participação no estudo mediante a assinatura dos pais ou responsáveis, sendo excluídos da pesquisa aqueles que não devolveram os documentos assinados pelos responsáveis posteriormente.

Para a coleta de dados foi utilizado um questionário formulado pelas pesquisadoras, conforme as literaturas nacional e internacional, composto de 39 questões referentes ao perfil sociodemográfico e aos hábitos de vida dos acadêmicos (sexo, idade, período do curso, estado civil, prática de exercícios físicos, consumo de alimentos e água, peso e altura), além de questões para identificar a satisfação corporal e o uso das redes sociais, como:

- “Você acompanha o conteúdo de algum *influencer* digital?”;
- “Como você se sente em relação a si, ao visualizar fotos postadas por outras pessoas/*influencers*?”;
- “Isso faz você querer mudar algo em si?”;
- “As mudanças que deseja em seu corpo condizem com a sua genética?”;
- “Já fez alguma dieta (para ganho ou perda de peso) por querer se parecer com os influenciadores/famosos que segue?”;
- “Já foi influenciado(a) a mudar sua rotina e hábitos por causa de alguma publicação que viu?”;
- “Você já deixou de postar alguma foto por não se sentir bem consigo?”;
- “Tem alguma parte de si com a qual você se sinta incomodado?”;
- “Gostaria de mudar algo em sua aparência?”;
- “Você acha que o conteúdo que consome nas redes sociais pode influenciar sua autoestima?”;
- “Como você diria que está sua autoestima nos últimos dias?”;
- “Você já se sentiu mal com sua aparência a ponto de chorar?”;
- “Já se sentiu incomodado(a) com comentários que fizeram em relação à sua aparência (mesmo que não tenham sido negativos)?”;
- “Sua família ou seus amigos/conhecidos já deram opiniões e/ou fizeram críticas relacionadas à sua aparência que fizeram você se sentir mal?”;
- “Você tem feito algo para tentar mudar sua aparência?”;
- “Você já se sentiu inferior a outras pessoas por não se achar bonito(a) o suficiente?”;
- “Você acha que a sua aparência interfere nas suas relações amigáveis e/ou amorosas?”;
- “A preocupação com a forma do seu corpo já fez você sentir que deveria fazer exercício físico?”;
- “Já se sentiu desconfortável com o seu rosto ou corpo quando estava na companhia de outras pessoas?”;

- “Por se sentir mal consigo já deixou de tirar alguma foto com as pessoas que ama ou em um lugar que estava para não se expor?”;
- “A comparação com outras pessoas do mesmo sexo nas redes sociais já fez você se sentir inseguro(a) nas relações afetivas?”

Também foi utilizado como instrumento a ESA, adaptada para o Brasil por Kakeshita e colaboradores (2009), sendo definida pela diferença de pontuação entre a silhueta percebida e a desejada pelo indivíduo. Os valores iguais a zero indicam satisfação corporal, enquanto os que diferem de zero indicam insatisfação do indivíduo. Valores positivos demonstram insatisfação por estar acima do peso e valores negativos demonstram insatisfação por estar abaixo do peso desejado. Esse questionário encontra-se em domínio público e pode ser aplicado por qualquer profissional de saúde (Albuquerque, 2021).

Primeiramente, os dados foram tabulados no programa Excel e analisados no *software* estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 25.0. Os dados foram apresentados em frequência descritiva e relativa. Além disso, foi aplicado o teste qui-quadrado com os seguintes questionamentos dicotomizados (sim/não; satisfeito/insatisfeito), além das variáveis de perfil sociodemográfico:

- “Como você se sente em relação a si ao visualizar fotos postadas por outras pessoas/*influencers*?”;
- “Você quer mudar algo em si?”;
- “Já foi influenciado(a) a mudar sua rotina e seus hábitos por causa de alguma publicação que viu?”;
- “Você acha que o conteúdo que consome nas redes sociais pode influenciar sua autoestima?”;
- “A comparação com outras pessoas do mesmo sexo nas redes sociais já fez você se sentir inseguro(a) nas relações afetivas?”

Aceitou-se o intervalo de confiança de 95% (p-valor <0,005) para associação entre as variáveis.

Este estudo segue as recomendações da resolução 466/2012, que dispõe de Pesquisa com Seres Humanos do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

RESULTADOS

Dos participantes do estudo, 81,7% tinham idade entre 18 e 25 anos, 80,4% eram de raça branca/amarela, 88,1% eram do sexo feminino e 85,4% eram solteiros, conforme Tabela 1.

Tabela 1 – Características sociodemográficas e hábitos de vida de acadêmicos de enfermagem no Sudoeste do Paraná (2023)

Variável	N.	(%)
Idade		
Menor de 18 anos	1	0,5
18 a 25 anos	179	81,7
Mais de 25 anos	39	17,8
Raça		
Branca/amarela	176	80,4
Negra/parda	43	19,6
Sexo		
Feminino	193	88,1
Masculino	26	11,9
Estado civil		
Solteiro	187	85,4
Casado/amasiado	32	14,6
Período do curso		
1º ao 4º período	110	50,2
3º ao 4º ano	80	36,5
5ª ano	29	13,3
Faixa de IMC*		
Baixo peso	14	6,4
Eutrófico	127	58,0
Sobrepeso	53	24,2
Obesidade I	19	8,6
Obesidade II	5	2,3
Obesidade III	1	0,5
Vínculo empregatício		
Sim	172	78,5
Não	47	21,5
Renda familiar		
Até 1 salário mínimo	9	4,1
Entre 1 e 3 salários mínimos	121	55,3
Mais de 3 salários mínimos	89	40,6
Você pratica atividade física regularmente?		
Sim	78	35,6
Não	141	64,4
Se sim, com que frequência?		
Até 3 vezes por semana	49	22,4
Mais de 4 vezes por semana	29	13,2
Consumo alimentar e hídrico		
Você costuma comer verduras, legumes e frutas com frequência? Sim	171	78,1
Você costuma comer frituras e alimentos industrializados com frequência? Sim	158	72,1
Você toma a quantidade correta de água diariamente? Sim	109	49,8

* IMC: Índice de Massa Corporal

Fonte: Elaborada pelas autoras.

Como resultado detectou-se que a rede social mais utilizada foi o Instagram, com 89,5%, tendo consumo de 3 a 6 horas por dia para 48,4% dos acadêmicos, no qual os assuntos mais consumidos foram comédia, com 54,3%, e área profissional, com 44,7%, como demonstrado na Tabela 2.

Tabela 2 – Perfil de consumo de rede social, assuntos consumidos durante a utilização de rede social por acadêmicos de enfermagem no Sudoeste do Paraná (2023)

Variável	N.	(%)
Quais redes sociais você mais utiliza?		
Facebook	49	22,4
Instagram	196	89,5
TikTok	82	37,4
WhatsApp	32	14,6
Orkut	0	0
X	7	3,2
YouTube	3	1,4
Telegram	1	0,5
Kway	1	0,5
Stem	1	0,5
Discord	1	0,5
Quanto tempo você passa olhando as redes sociais por dia?		
Até 3 horas	88	40,2
De 3 a 6 horas	106	48,4
Mais de 6 horas	25	11,4
Qual conteúdo você mais consome?		
Beleza	86	39,3
Área profissional	98	44,7
Comédia	119	54,3
Maternidade	1	0,5
Entretenimento	1	0,5
Futebol	6	2,7
Informações gerais	3	1,4
Música	2	0,9
Séries	1	0,5
Culinária	6	2,7
Jogos	1	0,5
Nutrição	1	0,5
Agropecuária	1	0,5
Política	2	0,9
Artesanato	1	0,5
Religião	3	1,4
Motivacional	1	0,5
Animais fofinhos	1	0,5
Desenvolvimento infantil	1	0,5
Crescimento pessoal	1	0,5
Você acompanha o conteúdo de algum <i>influencer</i> digital?		
Sim	145	66,2
Não	74	33,8

Variável	N.	(%)
Como você se sente em relação a si ao visualizar fotos postadas por outras pessoas/influencers?		
Satisfeito	104	47,5
Insatisfeito	115	52,5
Visualizar fotos faz você querer mudar algo em si?		
Sim	151	68,9
Não	68	31,1
As mudanças que deseja em seu corpo condizem com seu padrão genético?		
Sim	123	56,2
Não	96	43,8
Já fez alguma dieta (para ganho ou perda de peso) por querer se parecer com os influenciadores/famosos que segue?		
Sim	77	35,2
Não	142	64,8
Já foi influenciado(a) a mudar sua rotina e seus hábitos a partir de alguma publicação que viu?		
Sim	153	69,9
Não	66	30,1

Fonte: Elaborada pelas autoras.

A Tabela 3 evidencia os sentimentos dos acadêmicos e a percepção corporal deles: 83,6% já deixaram de postar alguma foto por não se sentirem bem consigo mesmos, 86,8% aludiram ao fato de se sentirem incomodados com alguma parte do corpo e 74% mencionam que a rede social influencia na autoestima.

Tabela 3 – Sentimentos e autopercepção corporal dos acadêmicos de enfermagem no Sudoeste do Paraná frente ao consumo de redes sociais (2023)

Variável	N.	%
Você já deixou de postar alguma foto por não se sentir bem consigo?		
Sim	183	83,6
Não	36	16,4
Tem alguma parte de si com a qual você se sente incomodado(a)?		
Sim	190	86,8
Não	29	13,2
Gostaria de mudar algo em sua aparência?		
Sim	196	89,5
Não	23	10,5
Você acha que o conteúdo que consome nas redes sociais pode influenciar sua autoestima?		
Sim	162	74,0
Não	57	26,0
Como você diria que está sua autoestima nos últimos dias?		
Boa/alta	123	56,2
Baixa/ruim	96	43,8
Você já se sentiu mal com sua aparência a ponto de chorar?		
Sim	111	50,7
Não	108	49,3
Já se sentiu incomodado(a) com comentários que fizeram em relação à sua aparência? (mesmo que o comentário não tenha sido negativo)		
Sim	188	85,8
Não	31	14,2

Variável	N.	%
Sua família ou amigos/conhecidos já deram opiniões e/ou fizeram críticas relacionadas à sua aparência que fizeram você se sentir mal?		
Sim	163	74,4
Não	56	25,6
Você tem feito algo para tentar mudar sua aparência?		
Sim	136	62,1
Não	83	37,9
Você já se sentiu inferior a outras pessoas por não se achar bonito(a) o suficiente?		
Sim, quase sempre	63	28,8
Sim, algumas vezes	109	49,8
Não	47	21,4
Você acha que a sua aparência interfere nas suas relações amigáveis e/ou amorosas?		
Sim	84	38,4
Não	135	61,6
A preocupação com a forma do seu corpo fez você sentir que deveria fazer exercício físico?		
Sim	188	85,8
Não	31	14,2
Já se sentiu desconfortável com o seu rosto ou corpo, quando estava na companhia de outras pessoas?		
Sim	164	74,9
Não	55	25,1
Por se sentir mal consigo já deixou de tirar alguma foto com as pessoas que ama ou em um lugar que estava para não se expor?		
Sim	109	49,8
Não	110	50,2
A comparação com outras pessoas do mesmo sexo nas redes sociais já fez você se sentir inseguro(a) nas relações afetivas?		
Sim	133	60,7
Não	86	39,3

Fonte: Elaborada pelas autoras.

Ao relacionar os questionamentos realizados às variáveis sociodemográficas, observou-se que o sexo feminino, o estado civil e o consumo de páginas de *influencers* foram associados à insatisfação corporal e à mudança da imagem corporal, conforme Tabela 4.

Tabela 4 – Associação entre insatisfação corporal e mudança da imagem às variáveis sociodemográficas de acadêmicos de enfermagem no Sudoeste do Paraná (2023)

Variável	Questionamento		p-valor
	Como você se sente em relação a si ao visualizar fotos postadas por outras pessoas/influencers?		
Idade	Satisfeito(a) consigo	Insatisfeito(a) consigo	0,004
Menor de 18 anos	0	1	
18 a 25 anos	79	100	
Mais de 25 anos	25	14	
Estado civil			0,003
Solteiro/viúvo	84	103	
Casado/amasiado	20	12	
	Você quer mudar algo em si?		
Sexo	Sim	Não	0,003
Feminino	137	56	
Masculino	14	12	
Consumo de páginas de influencers	Sim	Não	0,003
Sim	107	38	
Não	44	30	
	Já foi influenciado(a) a mudar sua rotina e seus hábitos a partir de alguma publicação que viu?		
Sexo	Sim	Não	0,001
Feminino	140	53	
Masculino	13	13	
	Você acha que, o conteúdo que consome nas redes sociais pode influenciar sua autoestima?		
Sexo	Sim	Não	0,001
Feminino	148	45	
Masculino	14	12	
Consumo de páginas de influencers	Sim	Não	0,002
Sim	114	31	
Não	48	26	
	A comparação com outras pessoas do mesmo sexo nas redes sociais já fez você se sentir inseguro(a) nas relações afetivas?		
	Sim	Não	0,004
Estado civil			
Solteiro/viúvo	119	68	
Casado/amasiado	14	18	

Fonte: Elaborada pelas autoras.

A Tabela 5 evidencia a autopercepção distorcida a partir do uso da ESA, que mostra que 58,5% dos acadêmicos buscam diminuir o peso corporal, conforme tabela a seguir.

Tabela 5 – Autopercepção distorcida da imagem corporal conforme ESA de acadêmicos de enfermagem do Sudoeste do Paraná (2023)

Autopercepção distorcida	N.	%
Não	37	16,9
Sim – deseja diminuir o tamanho corporal	128	58,5
Sim – deseja aumentar o tamanho corporal	54	24,6

Fonte: Elaborada pelas autoras.

DISCUSSÃO

O desejo por um corpo ideal afeta, de forma negativa, a percepção de imagem dos indivíduos, principalmente daqueles que se encontram em situação de sobrepeso e obesidade, podendo alterar o comportamento e a qualidade de vida do sujeito (Mota *et al.*, 2020). A imagem corporal sofre grande influência da família, dos amigos e da mídia (Lira *et al.*, 2017). As redes sociais favorecem o surgimento de sentimentos de inadequação mediante a comparação social.

Neste estudo, obteve-se a prevalência de acadêmicas do sexo feminino, com idade de 18 a 25 anos e brancas. Da mesma forma que uma pesquisa desenvolvida em um centro universitário com fins lucrativos do estado da Bahia, na qual se obteve a presença de 50% de acadêmicos de 21 a 30 anos de idade, sendo 95,5% do sexo feminino (Aleluia *et al.*, 2023). Igualmente, outro estudo desenvolvido na Universidade Federal do Rio de Janeiro obteve uma média de idade de 23 anos, com 82,9% de mulheres e 49,7% de pele branca (Chehab *et al.*, 2023), assemelhando-se ao presente estudo. A presença do sexo feminino no curso de enfermagem é destacada, devido ao fato de a profissão ser considerada uma atividade essencialmente realizada por mulheres. Entretanto, nos últimos anos, verificou-se um incremento do sexo masculino nos cursos de formação de enfermeiros e técnicos de enfermagem.

Observou-se, também, a presença de alunos solteiros e com renda familiar de 1 a 3 salários mínimos, dados semelhantes à pesquisa realizada em uma universidade pública de Fortaleza, na qual 94% eram solteiros com renda familiar média de R\$2.000,00 (Silva, C. *et al.*, 2023). Do mesmo modo, em estudo realizado em universidade estadual de Roraima, 72,7% eram solteiros (Pinto; Barros; Marinho, 2023).

No presente estudo, a maioria dos participantes relatou ter vínculo empregatício, dado que destoa das referidas pesquisas em que, respectivamente, 90,5% e 72,7% dos participantes não exerciam nenhum tipo de atividade remunerada (Silva, C. *et al.*, 2023; Pinto; Barros; Marinho, 2023). Ainda em estudo realizado na Espanha, com alunos de uma instituição pública, 76,9% dos participantes não tinham vínculo empregatício (Ramón-Arбуés *et al.*, 2023). O dado encontrado neste estudo pode ser relacionado ao fato de que o estudo foi realizado em uma universidade particular, em que a renda familiar dos participantes é limitada. Assim, esses alunos exercem atividades remuneradas no período diurno, a fim de cobrir os custos da graduação, ou parte deles, e conciliam o trabalho com as aulas, que ocorrem no período noturno.

Em relação ao estado nutricional, houve maior prevalência de alunos eutróficos (58%), porém, o índice encontrado de alunos em situação de sobrepeso ou obesidade foi de 35,6%, em consonância com estudo realizado com acadêmicos de enfermagem do Rio Grande do Sul, em que 50,6% dos participantes apresentavam IMC dentro da normalidade, e o restante, em sua maioria, encontrava-se em situação de sobrepeso ou obesidade (Camargo *et al.*, 2021). Esta pesquisa assemelha-se ainda, ao estudo realizado em uma universidade pública de Pernambuco em que 62,2% dos participantes eram eutróficos e 20,7% tinham sobrepeso (Silva, A. *et al.*, 2023).

Apenas 35,6% dos acadêmicos relataram praticar atividades físicas, destoando de estudo realizado em uma universidade do Sul de Minas Gerais, na qual 63,0% dos alunos eram fisicamente ativos (Dias Júnior *et al.*, 2023). Dado preocupante, visto que o estilo de vida sedentário traz diversos prejuízos a médio e longo

prazos, pois está associado à presença de sintomas depressivos e de ansiedade e a uma maior chance de desenvolvimento de doenças crônicas, além de ser um dos principais fatores contribuintes para sobrepeso e obesidade, podendo, dessa forma, gerar maiores níveis de insatisfação corporal.

No que se refere à ingestão hídrica, 49,8% referiram consumir a quantidade correta de água diariamente. Do mesmo modo, de acordo com pesquisa realizada na Univates, 48,2% dos acadêmicos ingerem diariamente em torno de 1 a 2 litros de água (Guth; Adami, 2023). Quanto à alimentação, a maioria dos alunos consome frituras e alimentos industrializados aproximadamente na mesma frequência, em que consome verduras, frutas e legumes. Em contrapartida, estudo realizado em universidade pública de Pernambuco identificou que 77,8% dos acadêmicos possuíam uma alimentação rica em gorduras (Costa; Petribú; Santos, 2023). Ademais, os dados referentes à alimentação encontrados no presente estudo, assemelham-se à pesquisa realizada com estudantes de uma universidade de ciências da saúde de Belo Horizonte, que buscou identificar as alterações na alimentação e na atividade física causadas pelo período de pandemia. Observou-se que, durante a pandemia, houve um aumento no consumo de frutas, verduras e legumes pelos estudantes; no entanto, simultaneamente, houve um aumento no consumo de alimentos congelados e ultraprocessados (Fernandes; Campolina; Souza, 2023).

É importante salientar que a presente pesquisa foi realizada no período pós-pandemia de covid-19, evidenciando que, além de impactos na saúde mental, a pandemia influenciou os padrões alimentares dos indivíduos, em sua maioria, de forma negativa, contribuindo para a compulsão alimentar – o que favorece o ganho de peso e, conseqüentemente, aumenta a insatisfação corporal do indivíduo (Fernandes; Campolina; Souza, 2023). Além disso, estudo realizado com universitários evidenciou que o peso e o IMC dos participantes tiveram um aumento significativo, após o período de isolamento, quando comparados com o período pré-pandemia. Observou-se também a associação entre compulsão moderada e sobrepeso (Guth; Adami, 2023).

O presente estudo constatou que a rede social mais utilizada pelos alunos é o Instagram (89,5%), seguida do TikTok (37,4%) e do Facebook (22,4%). Já noutra pesquisa realizada em São Paulo com acadêmicos da área da saúde, 94,1% dos participantes relataram utilizar o Instagram e 92,6% utilizavam também o Facebook (Santos; Fernandes; Masquio, 2023). Dados semelhantes foram encontrados em estudo realizado por Jiotsa *et al.* (2021) em que 93% dos participantes relataram fazer uso do Facebook e 92,8%, do Instagram.

No que se refere ao tempo nas redes sociais, a maioria dos participantes declarou ficar de 3 a 6 horas diárias. Da mesma maneira, um estudo desenvolvido na Espanha obteve uma média de 5,8 horas diárias de tela (Ramón-Arбуés *et al.*, 2023). Ainda, em estudo feito com jovens em Santa Catarina, 42% dos participantes utilizavam as redes sociais por mais de 3 horas por dia (Seitenfus *et al.*, 2023).

De acordo com dados do Vigitel (Brasil, 2023), a frequência de brasileiros adultos que despendem mais de 3 horas diárias utilizando as telas é de 25,9%, chegando a 52,6% entre os adultos de 18 a 24 anos. O tempo prolongado em frente às telas pode contribuir para a diminuição da prática de atividades físicas. Desse modo, sugestiona-se que o maior tempo de tela, mesmo que indiretamente, favorece o ganho de peso, além de ser prejudicial para a saúde mental, levando ao uso problemático das redes sociais.

Quando questionados sobre qual conteúdo eles mais consomem nas redes sociais, a maioria relatou comédia, seguido de conteúdos relacionados à área profissional e à beleza, destoando de estudo realizado em uma faculdade do Rio Grande do Norte, no qual os participantes apresentaram maior interesse por conteúdos de estética, seguido de notícias gerais (Costa; Petribú; Santos, 2023).

Estudo realizado por Seitenfus *et al.* (2023) em Santa Catarina identificou que, apesar de 75,4% dos participantes relatarem fazer uso das redes sociais para lazer, o acesso estava relacionado, majoritariamente, aos cuidados com o corpo e a aparência, e que os conteúdos de beleza são mais consumidos por indivíduos

satisfeitos com a autoimagem, enquanto os conteúdos *fitness* e de atividade física eram mais acessados por indivíduos insatisfeitos. Tal dado associa-se com o fato de muitos jovens utilizarem as redes sociais como fonte de informação sobre alimentação e atividades físicas para mudanças corporais.

No que se refere à influência das mídias sociais sobre a alimentação e os hábitos de vida, 69,9% relataram já terem sofrido influência da mídia, porém 64,8% nunca realizaram dieta. Dado semelhante foi encontrado em estudo realizado por Santos, Fernandes e Masquio (2023), em São Paulo, no qual 58,6% dos participantes afirmaram sofrer influência das redes sociais sobre a alimentação e 57,6% informaram não realizar dietas.

Contrapondo-se a um estudo que buscou identificar quais são os impactos causados por influenciadores sobre a autopercepção e alimentação de adolescentes, 51,6% dos participantes indicaram buscar orientação nutricional com influenciadores digitais e 54,9% frequentemente consumiam alimentos ou bebidas que emagreciam por indicação dos conteúdos que consumiam. Ainda, 53,3% relataram que, após ouvir um *influencer* falar de seu corpo, se sentiam preocupados e desejavam realizar dieta (Soares *et al.*, 2023).

A maioria dos participantes do estudo relatou o desejo de mudar algo em si, demonstrando insatisfação corporal, da mesma forma, que estudo conduzido com universitários, o qual mostrou que 62% dos participantes tinham algum grau de insatisfação corporal e desejo de mudança corporal, além disso, os jovens que acessavam mais de uma rede social possuíam maior chance de insatisfação (Santos; Fernandes; Masquio, 2023).

A maioria dos acadêmicos afirmou que as redes sociais influenciam sua autoestima, dado semelhante a um estudo realizado por Duarte, Chinen e Fujimori (2021) com acadêmicos de enfermagem, em que 91,4% dos participantes referiram influência dos meios de comunicação na autopercepção e satisfação corporal. Num estudo com jovens em Santa Catarina, observou-se associação da prática de exercícios físicos e a realização de dietas com o acesso às mídias sociais. A intenção de realizar alguma intervenção cirúrgica e fazer dietas também está relacionada ao acesso de conteúdos de influenciadores digitais (Seitenfus *et al.*, 2023). Outrossim, no estudo de Santos, Fernandes e Masquio (2023), 85,2% dos participantes afirmaram sofrer influência das redes sociais na autopercepção corporal.

O Instagram é uma plataforma que soma mais de um bilhão de usuários ativos, em sua maioria jovens, e tem como foco o compartilhamento de fotos, permitindo a edição de imagens. O fato de os usuários poderem “aperfeiçoar” as imagens, através de filtros, e de visualizarem fotos de outras pessoas também editadas pode ser preocupante para a imagem corporal, visto que tendem a postar somente o que consideram com maior potencial de atratividade.

Os indivíduos se envolvem no processo de vigilância social, examinando minuciosamente o conteúdo postado por outros e avaliando criticamente suas postagens do ponto de vista externo. O uso do Instagram está relacionado a distúrbios de percepção corporal, como a insatisfação corporal, o desejo de magreza, a auto-objetificação, a vigilância corporal e o desejo de intervenções estéticas (Engeln *et al.*, 2020; Tiggemann; Anderberg, 2020).

Em estudo conduzido com mulheres entre 18 e 28 anos, mais da metade das participantes relatou utilizar frequentemente o Instagram para navegar pelos *looks* através das fotos ou dos *stories* e evidenciou que utilizar essa rede para olhar ou comentar a aparência de outras pessoas relaciona-se à comparação ascendente com influenciadores das mídias sociais. Destaca-se também que o uso desses perfis de influenciadores para uma orientação de ideais de beleza tem efeitos prejudiciais (Pedalino; Camerini, 2022). Desse modo, as mídias sociais podem ser consideradas um dos principais fatores de influência sobre a autoimagem corporal, e, quando não são utilizadas com cautela e discernimento, podem ser prejudiciais à saúde do indivíduo. A insatisfação corporal leva à busca por dietas, práticas de emagrecimento, automedicação e intervenções cirúrgicas. Essa insatisfação também traz sentimentos de tristeza, inferioridade e culpa, podendo levar

ao isolamento social e, conseqüentemente, desencadear ou aumentar níveis de ansiedade, depressão e desordens alimentares.

Neste estudo, a maioria dos estudantes relatou que já se sentiu inferior a outras pessoas por não se achar bonito o suficiente, além de se sentir desconfortável com a autoimagem na companhia de outras pessoas. Um estudo semelhante, realizado com universitários de uma faculdade do Espírito Santo, mostrou que 60% dos entrevistados relataram já ter deixado de sair com amigos ou familiares por se sentirem inseguros com seu corpo, e quase metade afirmou comparar seu corpo com o de algum famoso ou mesmo de seus pares (Mantovaneli *et al.*, 2023). Estudo realizado na Universidade de Deli evidenciou que os estudantes mais propensos a preocupações com a autoimagem e insatisfação corporal, os que comparavam ou desejavam ter seu corpo como o de um famoso, eram aqueles com sobrepeso ou obesidade (Kapoor, 2022).

No presente estudo evidenciou-se que os comentários, mesmo que positivos, e as críticas de familiares e colegas em relação ao corpo têm efeito negativo na vida dos acadêmicos, no qual 85,8% e 74,4%, respectivamente, relataram sentir-se incomodados.

Segundo o modelo de influência tripartite de insatisfação corporal e distúrbio alimentar, a percepção corporal do jovem sofre influência de três fatores principais: pais, colegas e mídia. Os primeiros têm grande impacto sobre a imagem corporal das mulheres, através de comentários relacionados ao peso ou à aparência do jovem. A partir da adolescência, os colegas se tornam contribuintes para as preocupações com a autoimagem, e nesse momento os jovens aprendem que tipo de imagem corporal é mais popular e atraente, buscando obter aprovação dos outros. Quanto à mídia, a frequente exposição de figuras de mulheres com corpos proporcionalmente atraentes e perfeitos pode desencadear preocupações com a autoimagem (Pedalino; Camerini, 2022).

Em estudo com universitários, observou-se que sofriam pressão de familiares, amigos e meios de comunicação para mudar a aparência e parecer mais magros. Uma pesquisa de Burke *et al.* (2021) com mulheres jovens adultas evidenciou que as imposições dos colegas e da mídia estão associadas à internalização de um ideal de magreza, enquanto a família pode ser relacionada à insatisfação corporal.

No que se refere às relações amigáveis e amorosas, 61,6% consideraram que a aparência não interfere nas mesmas, porém 60,7% relataram que a comparação com outras pessoas do mesmo sexo gera insegurança nas relações afetivas. Em estudo desenvolvido com adolescentes que sofriam de acne e dermatite atópica, evidenciou que as preocupações graves com a autoimagem levaram a altos níveis de sofrimento psicológico e que há associação entre problemas de pele e fatores psicossociais, como baixo rendimento escolar, dificuldade em socializar e ausência de relações amorosas (Rieder *et al.*, 2023).

Uma pesquisa feita por Gonçalves *et al.* (2020) que buscava associar a insatisfação corporal e os sintomas de transtornos alimentares ao ambiente familiar e às relações amorosas identificou que jovens que cresceram em uma família que os invalidava apresentavam maior insatisfação corporal e mais chances de desenvolver transtornos alimentares, além de terem dificuldade para estabelecer relações próximas, como forma de se proteger do medo de serem abandonados. Desse modo, percebe-se que a família e os comentários dos pais, desde a infância, exercem um papel crucial na formação de identidade corporal e de aceitação do próprio corpo.

A exposição às imagens idealizadas da mídia pode agravar comorbidades psicológicas já existentes e aumentar a insatisfação corporal, além de estimular o desejo de realizar procedimentos estéticos. Um estudo demonstra que as preocupações mais comuns em relação à aparência são: não ser suficientemente atraente ou magro, a insatisfação com o rosto e o formato do corpo (Rieder *et al.*, 2023).

Observou-se nesta pesquisa que os acadêmicos menores de 25 anos apresentaram insatisfação com a autoimagem (p-valor 0,004) ao visualizar as fotos de pessoas e *influencers* nas redes sociais. Presume-se que isso ocorra pelo fato de ainda estarem passando por mudanças corporais e hormonais e de necessitarem

de mais atenção e validação de seus colegas. As mulheres mais jovens têm sua autoestima dependente da aprovação dos outros, apresentando menor autoestima e índices mais altos de insatisfação corporal. No entanto, conforme envelhecem, tendem a vincular menos a aparência física à autoestima.

No presente trabalho, evidenciou-se que as mulheres se apresentaram mais insatisfeitas com a imagem corporal e que desejam mudar seus hábitos ou mesmo realizar procedimentos estéticos (p-valor 0,003). A maioria delas acompanha o conteúdo de *influencers* (p-valor 0,003), o que pode estar relacionado ao fato de as mulheres sofrerem mais pressões relacionadas à aparência por parte das redes sociais, dos familiares e dos amigos. Um estudo mostra que a maioria das mulheres se sente insatisfeita com o corpo, geralmente por desejar ter um corpo menor. Além disso, sugere-se que as mulheres brancas sofrem pressões da mídia quanto à aparência de forma significativa e são mais propensas a aderir aos ideais de magreza (Burke *et al.*, 2021).

Estudos desenvolvidos mundialmente demonstram que a maioria das mulheres é influenciada pelas redes sociais a mudar seu corpo e seus hábitos de vida (p-valor 0,001) (Kapoor, 2022; Mantovaneli *et al.*, 2023). Destaca-se ainda que o principal uso dos meios de comunicação pelos jovens se dá para a busca de informações sobre estilos de vida, o que faz com que adotem dietas, mudanças de hábito e procedimentos estéticos realizados por influenciadores digitais.

Constata-se também que o conteúdo consumido nas redes sociais influencia na autoestima dos participantes, principalmente das mulheres (p-valor 0,003), o que pode se relacionar à internalização de ideais de magreza e às preocupações com a autoimagem, pois tende a gerar mais comparações e insatisfação corporal e menor autoestima. No presente trabalho, obteve-se a informação de que as pessoas solteiras apresentam pior insatisfação (p-valor 0,003) na autoimagem e se sentem mais inseguras (p-valor 0,004), sugestionando-se que os jovens solteiros têm uma rede de apoio menos estruturada, quando comparados aos casados, levando-os a apresentar sentimento de frustração, medo e insatisfação.

Evidenciou-se que 83,1% dos acadêmicos apresentam distorção da autopercepção corporal, sendo que 58,5% desejam diminuir o tamanho corporal. Dado parecido foi encontrado em estudo com estudantes da área da saúde, em que a maioria apresentou distorção de autoimagem e superestimava o tamanho de seu corpo (Silva, C. *et al.*, 2023). Esses dados assemelham-se aos de um estudo realizado com adolescentes que concluiu que 70,5% dos participantes estavam insatisfeitos com o corpo, e, desses, 50% desejavam ter um corpo menor do que o atual (Ribeiro *et al.*, 2022).

Esses dados levam à suposição de que os padrões atuais impostos pela mídia e pela sociedade focados no corpo magro e atlético têm deixado os jovens insatisfeitos com seu corpo, proporcionando a distorção da percepção corporal, pois mesmo os que se encontram em eutrofia desejam mudar algo. Além disso, as pressões relacionadas à aparência perfeita têm influenciado os jovens na busca por procedimentos estéticos, deixando-os mais inseguros no que tange às relações amorosas e sociais.

Entre as limitações deste estudo, destacam-se o delineamento transversal, que não permite o acompanhamento dos jovens quanto ao desenvolvimento de transtornos alimentares e de autoimagem, bem como a possibilidade de viés de prevaricação, associado ao consumo exacerbado das redes sociais e influência na percepção corporal. Salienta-se a importância do desenvolvimento de estudos posteriores quanto ao tema, uma vez que a crescente utilização da rede social e a vinculação constante de conteúdo sobre imagem corporal vêm fomentando mudanças na sociedade. Salienta-se a necessidade de fortalecimento da saúde mental dos jovens e de criticidade, quanto aos conteúdos que consomem em redes sociais.

CONCLUSÃO

Obteve-se, neste estudo, um número significativo de acadêmicos que apresentam insatisfação corporal, sendo que, em sua maioria, desejavam diminuir o tamanho corporal ou mudar algo no corpo. Relataram insegurança com a autoimagem, quando compararam sua imagem com as fotos postadas em redes sociais, e a necessidade de mudança de hábitos, após a visualização das publicações.

Observou-se que os acadêmicos apresentam o hábito de vigilância social em relação aos *posts* realizados. Assim, demonstram sentimentos de inferioridade e insegurança em relação à sua imagem nos círculos sociais. A rede social mais utilizada foi o Instagram, com grande tempo de tela, sendo que o consumo de páginas de *influencers* é um hábito entre os alunos.

Foi possível relacionar a insatisfação corporal e o desejo de mudanças no corpo e no estilo de vida com menor autoestima e insegurança nas relações afetivas no sexo feminino, em solteiras, com idade de 18 a 25 anos, que consomem conteúdos de *influencers*.

Perante o exposto, denota-se a importância de desmistificar os padrões de beleza impostos pela sociedade, bem como a relevância de se fortalecer a autoestima da população jovem para evitar transtornos de imagem e de saúde mental. Evidenciam-se a necessidade de reflexão quanto ao uso das redes sociais com responsabilidade e a fiscalização de *fake news* associadas aos padrões de beleza e às mudanças de hábitos.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, Liliane da Silva *et al.* Fatores associados à Insatisfação com a imagem corporal em adultos: análise seccional do ELSA-Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 5, p. 1941-1953, maio 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021265.07152019>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/tZJKPZxvzWPMswsDBTJqJ3h/?lang=pt>. Acesso em: 4 jun. 2022.
- ALELUIA, Emilie dos Santos *et al.* Profile of nursing students from a private educational institution in Salvador – Bahia. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista, v. 12, n. 7, p. e0112734858, ago. 2023. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v12i7.34858>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/34858>. Acesso em: 15 abr. 2024.
- APARICIO-MARTINEZ, Pilar *et al.* Social media, thin-ideal, body dissatisfaction and disordered eating attitudes: an exploratory analysis. **International Journal of Environment Research and Public Health**, Basel, v. 16, n. 21, p. 4177, nov. 2019. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph16214177>. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/21/4177>. Acesso em: 21 maio 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Vigitel Brasil 2023: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas em inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/vigitel/vigitel-brasil-2023-vigilancia-de-fatores-de-risco-e-protecao-para-doencas-cronicas-por-inquerito-telefonico/view>. Acesso em: 7 nov. 2023.
- BURKE, Natasha L. *et al.* Does the tripartite influence model of body image and eating pathology function similarly across racial/ethnic groups of White, Black, Latina, and Asian women? **Eating Behaviors**, London, v. 42, p. 101519, ago. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2021.101519>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1471015321000465>. Acesso em: 10 nov. 2023.
- CAMARGO, Joiceléia de Fátima *et al.* Avaliação da atividade física e qualidade de vida da enfermagem. **Revista de Enfermagem da UFPI**, Teresina, v. 10, n. 1, p. 1-7, 2021. DOI: <https://doi.org/10.26694/reufpi.v10i1.879>. Disponível em: <https://periodicos.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/879>. Acesso em: 29 out. 2023.
- CHEHAB, Carolina de Freitas *et al.* Transtornos mentais comuns entre acadêmicos de enfermagem de universidade federal no isolamento social. **Revista Pró-UniversUS**, Vassouras, v. 14, n. 2, p. 30-42, maio-ago. 2023. DOI: <https://doi.org/10.21727/rpu.v14i2.3930>. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/3930>. Acesso em: 29 out. 2023.

COSTA, Maria Clara Ribeiro de Arruda; PETRIBÚ, Marina de Moraes Vasconcelos; SANTOS, Eduila Maria Couto. Qualidade dietética, estado nutricional e desempenho acadêmico em estudantes universitários do interior de Pernambuco. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 1-15, mar. 2023. DOI: <https://doi.org/10.47320/rasbran.2023.1953>. Disponível em: <https://rasbran.com.br/rasbran/article/view/1953>. Acesso em: 2 nov. 2023.

DIAS JÚNIOR, Sérgio Alves *et al.* Qualidade de vida em acadêmicos de enfermagem e de medicina de uma universidade pública. **Arquivos de Ciências da Saúde da Unipar**, v. 27, n. 1, fev. 2023. Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/9150>. Acesso em: 2 nov. 2023.

DUARTE, Luciane Simões; CHINEN, Milena Namie Koba; FUJIMORI, Elizabeth. Distorted self-perception and dissatisfaction with body image among nursing students. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 55, p. e03665, abr. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019042903665>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/PSQXdvK5Chgqbcdr7P65TMG/?lang=en>. Acesso em: 30 maio 2022.

ENGELN, Renee *et al.* Compared to Facebook, Instagram use causes more appearance comparison and lower body satisfaction in college women. **Body Image**, London, v. 34, p. 38-45, set. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.04.007>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1740144519303754?via%3Dihub>. Acesso em: 13 nov. 2023.

FERNANDES, Fernanda Pimenta; CAMPOLINA, Gabriela Arbex; SOUZA, Ana Clara Santana de. Avaliação da mudança de hábitos alimentares e da adesão à prática de atividade física entre os jovens universitários durante a pandemia da covid-19: um estudo transversal, 2022. **Brazilian Journal of Health Review**, São José dos Pinhais, v. 6, n. 5, p. 23215-23234, set. 2023. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv6n5-337>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/63489>. Acesso em: 31 out. 2023.

GONÇALVES, Sónia *et al.* The role of the perception of family environment in relation to body dissatisfaction, disordered eating and difficulties in close relationships. **Eating and Weight Disorders**, Milano, v. 25, p. 205-213, jul. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0551-9>. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-018-0551-9>. Acesso em: 12 nov. 2023.

GUTH, Michele Cristina Arnold; ADAMI, Fernanda Scherer. Comportamento alimentar e estado nutricional de universitários da área da saúde no período da pandemia de covid-19. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 17, n. 107, p. 233-244, maio 2023. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/2231>. Acesso em: 29 out. 2023.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo Brasileiro de 2022**. Rio de Janeiro: IBGE, 2022. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pr/francisco-beltrao/panorama>. Acesso em 24 mar. 2023

JLOTS, Barbara *et al.* Social media use and body image disorders: association between frequency of comparing one's own physical appearance to that of people being followed on social media and body dissatisfaction and drive for thinness. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basel, v. 18, n. 6, p. 2880, mar. 2021. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18062880>. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8001450/>. Acesso em: 29 out. 2023.

KAKESHITA, Idalina Shiraishi *et al.* Construção e Fidedignidade Teste-Reteste de Escalas de Silhuetas Brasileiras para Adultos e Crianças. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 25, n. 2, p. 263-270, abr-jun 2009. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722009000200015>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/VLk9HGLRfGqHkBSsfynBrbzD/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 5 mar. 2023.

KAPOOR, Abhilasha *et al.* Prevalence, patterns, and determinants of body image dissatisfaction among female undergraduate students of University of Delhi. **Journal of Family Medicine and Primary Care**, Mumbai, v. 11, n. 5, p. 2002-2007, maio 2022. DOI: https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1851_21. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35800482/>. Acesso em: 2 nov. 2023.

LIRA, Ariana Galhardi *et al.* Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 66, n. 3, p. 164-171, jul.-set. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-208500000166>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/>. Acesso em: 28 maio 2022.

MANTOVANELI, Dener Matheus *et al.* Caracterização de transtornos alimentares em universitários de uma faculdade do ES. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, Fortaleza, v. 4, n. 3, p. 75-86, ago. 2023. DOI: <https://doi.org/10.51161/integrar/remss/3746>. Disponível em: <https://editoraintegrar.com.br/publish/index.php/remss/article/view/3746>. Acesso em: 29 out. 2023.

MOTA, Vinícius Evangelista Carlos da *et al.* Dissatisfaction with body image and associated factors in adult women. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 33, p. e190185, jun. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1678-9865202033e190185>. Disponível em: <https://www.scielo.br/jrn/a/QzJCPvRvYX8Z43gPJcRTkTh/?lang=en#>. Acesso em: 28 maio 2022.

PEDALINO, Federica; CAMERINI, Anne-Linda. Instagram use and body dissatisfaction: the mediating role of upward social comparison with peers and influencers among young females. **International Journal Environment Research and Public Health**, Basel, v. 19, n. 3, p. 1593, jan. 2022. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph19031543>. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8834897/>. Acesso em: 2 nov. 2023.

PINTO, Vitor Sousa; BARROS, Francisco Railson Bispo de; MARINHO, Marcella Lima. Qualidade de vida dos acadêmicos de enfermagem da Universidade Estadual de Roraima. **Ambiente: Gestão e Desenvolvimento**, v. 27, n. 1, p. 59-62, maio 2023. DOI: <https://doi.org/10.24979/354eez29>. Disponível em: <https://periodicos.uerr.edu.br/index.php/ambiente/article/view/1273>. Acesso em: 2 nov. 2023.

RAMÓN-ARBUÉS, Enrique *et al.* Distrés psicológico en estudiantes de enfermería: relación con tiempo de pantalla, dieta y actividad física. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 31, p. e3959, jan. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6746.3959>. Disponível em: <https://www.scielo.br/jrlae/a/CvqdPQG8gXdYTT7qXHDZRxj/>. Acesso em: 30 out. 2023.

RECH, Cassiano Ricardo; ARAÚJO, Eliane Denise da Silveira; VANAT, Joyce do Rocio. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 285-292, abr.-jun. 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092010000200011>. Disponível em: <https://www.scielo.br/jrbefe/a/Kb8sN8LtPyKhptnM938SQJk/?lang=pt>. Acesso em: 21 maio 2022.

RIBEIRO, Pedro Henrique *et al.* Insatisfação corporal: um estudo entre adolescentes brasileiros. **Brazilian Journal of Development**, São José dos Pinhais, v. 8, n. 2, p. 10779-10786, fev. 2022. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv8n2-154>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/43947>. Acesso em: 13 nov. 2023.

RIEDER, Evan A. *et al.* Dermatology in contemporary times: building awareness of social media's association with adolescent skin disease and mental health. **Journal of Drugs in Dermatology**, New York, v. 22, n. 8, p. 817-825, ago. 2023. DOI: <https://doi.org/10.36849/JDD.7596>. Disponível em: <https://jddonline.com/articles/building-awareness-of-social-media-s1545961623p0817x/>. Acesso em: 13 out. 2023.

SAMPSON, Ariane *et al.* The effect of viewing idealised smile images versus nature images via social media on immediate facial satisfaction in young adults: a randomised controlled trial. **Journal of Orthodontics**, Oxford, v. 47, n. 1, p. 55-64, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1177/1465312519899664>. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1465312519899664>. Acesso em: 4 maio 2022.

SANTOS, Bianca Soares dos; FERNANDES, Nathália Dalla Vecchia; MASQUIO, Deborah Cristina Landi. Redes sociais e insatisfação com a imagem corporal em estudantes da área da saúde. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 47, p. e13742022, set. 2023. DOI: <https://doi.org/10.15343/0104-7809.202347e13742022P>. Disponível em: <https://revistamundodasaude.emnuvens.com.br/mundodasaude/article/view/1374>. Acesso em: 28 out. 2023.

SEITENFUS, Karen Angélica *et al.* Redes sociais virtuais, satisfação corporal e práticas corporais: um estudo com jovens adultos. **Saúde e Pesquisa**, Maringá, v. 16, n. 3, p. e-11192, set. 2023. DOI: <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2023v16n3.e11192>. Disponível em: <https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/11192/7443>. Acesso em: 30 out. 2023.

SILVA, Ana Paula Melo da *et al.* Autoimagem corporal e atitudes negativas sobre a obesidade entre universitários de nutrição, enfermagem e farmácia. **Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança**, João Pessoa, v. 21, n. 2, p. 192-202, ago. 2023. DOI: <https://doi.org/10.17695/rcsne.vol21.n2.p170-181>. Disponível em: <http://revistanovaesperanca.com.br/index.php/revistane/article/view/807/574>. Acesso em: 26 out. 2023.

SILVA, Caroline Bessa da *et al.* Fatores associados à satisfação de acadêmicos com o curso de graduação em enfermagem: um estudo transversal. **Revista Mineira de Enfermagem**, Belo Horizonte, v. 27, ago. 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/remef/article/view/42208>. Acesso em: 2 nov. 2023.

SOARES, Wellington Danilo *et al.* Impacto dos influenciadores digitais na autopercepção e estado nutricional de adolescentes. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 17, n. 107, p. 192-199, maio 2023. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/2223>. Acesso em: 27 out. 2023.

TIGGEMANN, Marika; ANDERBERG, Isabella. Social media is not real: the effect of 'Instagram vs reality' images on women's social comparison and body image. **New Media and Society**, Thousand Oaks, v. 22, n. 12, p. 2183-2199, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1177/146144481988872>. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1461444819888720>. Acesso em: 10 nov. 2023.