

TRANSTORNO DISMÓRFICO CORPORAL: O EFEITO DAS REDES SOCIAIS NA DISTORÇÃO DE IMAGEM EM MULHERES ADOLESCENTES

Jennifer Kelly da Costa Magalhães¹
Ana Paula da Silva Pereira de Oliveira²
Andreia Matos da Silva³
Wanderley Rodrigues Souto⁴
Quemili de Cássia de Sousa⁵

RESUMO: Nas últimas décadas, a crescente valorização da estética corporal e da aparência física tem influenciado diretamente a forma como indivíduos, especialmente adolescentes, percebem seus próprios corpos. Dentro desse contexto, destaca-se o Transtorno Dismórfico Corporal (TDC), uma condição psiquiátrica caracterizada pela preocupação obsessiva com defeitos imaginários ou insignificantes na aparência. Diante disso, a questão norteadora do presente artigo foi: De que maneira o uso intensivo das redes sociais pode impactar a construção da autoimagem em mulheres adolescentes, contribuindo para o desenvolvimento de distorções perceptivas relacionadas ao próprio corpo e favorecendo o surgimento de transtornos como o Transtorno Dismórfico Corporal? Assim sendo, o presente artigo teve como objetivo geral compreender de que forma o uso intensivo das redes sociais influencia a construção da autoimagem em mulheres adolescentes, apontando sua relação com o desenvolvimento de distorções perceptivas corporais e a possível associação com o Transtorno Dismórfico Corporal. O tipo de pesquisa realizada foi uma revisão de literatura, onde foram pesquisados livros, dissertações e artigos científicos selecionados através de busca nas seguintes bases de dados: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), MEDLINE e Google Acadêmico. Concluiu-se que o uso intensivo de redes sociais, especialmente aquelas voltadas para o compartilhamento de imagens, como o Instagram, tem um impacto significativo na forma como adolescentes do sexo feminino constroem sua autoimagem.

3609

Palavras-chave: Mulheres Adolescentes. Redes Sociais. Distorção de Imagem. Autoimagem e Transtornos Dismórfico Corporal.

I INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a crescente valorização da estética corporal e da aparência física tem influenciado diretamente a forma como indivíduos, especialmente adolescentes, percebem seus próprios corpos. Dentro desse contexto, destaca-se o Transtorno Dismórfico Corporal

¹Acadêmica do curso de Psicologia da Faculdade Mauá – GO.

²Especialista em Psicopedagogia e Neuropsicopedagogia, atua como professora alfabetizadora no Ensino de Brasília-DF e docente no Instituto de Ensino e Pesquisa do Planalto Central.

³Doutora em Gerontologia pela Faculdade Católica de Brasília. Coordenadora e Professora de graduação no curso de Nutrição na Faculdade Mauá-GO.

⁴Profissional de Educação Física, atuando como professor na Faculdade Mauá-GO e na SEDF.

⁵Orientadora Docente do curso de Psicologia da Faculdade Mauá – GO.

(TDC), uma condição psiquiátrica caracterizada pela preocupação obsessiva com defeitos imaginários ou insignificantes na aparência. Essa preocupação, muitas vezes acompanhada de comportamentos repetitivos como o espelhamento excessivo, busca por procedimentos estéticos e evitação de situações sociais, compromete significativamente a qualidade de vida e a saúde mental dos indivíduos afetados. As mulheres adolescentes, por estarem em uma fase de intensas mudanças físicas e emocionais, constituem um grupo particularmente vulnerável ao desenvolvimento desse transtorno (Feingold, 2016).

Com o advento e popularização das redes sociais, a exposição constante a padrões estéticos irreais tem intensificado a insatisfação corporal. Esse cenário favorece comparações sociais constantes e a internalização de padrões estéticos distorcidos, impactando negativamente a autoimagem de milhares de jovens. Estudos recentes indicam uma correlação preocupante entre o uso excessivo dessas plataformas e o aumento dos casos de TDC entre adolescentes do sexo feminino, que passam a desenvolver uma percepção distorcida e crítica de seus corpos (Rodrigues, 2017).

O presente artigo se justifica pela urgência de compreender os múltiplos aspectos que envolvem a construção da autoimagem na adolescência em um contexto marcado pela presença massiva das redes sociais e pela imposição de padrões estéticos irreais. Ao investigar a influência do Instagram na percepção corporal de mulheres adolescentes, busca-se não apenas ampliar o entendimento sobre os fatores que favorecem o surgimento de transtornos como o Transtorno Dismórfico Corporal, mas também contribuir para a formulação de estratégias de intervenção que promovam o bem-estar psicológico. Além disso, o estudo pretende incentivar a educação midiática crítica e fomentar a valorização da diversidade corporal como forma de fortalecer a autoestima e prevenir o adoecimento psíquico entre jovens em desenvolvimento.

3610

A pesquisa torna-se ainda de extrema relevância para sociedade ao lançar luz sobre os impactos psicológicos e comportamentais decorrentes do uso excessivo das redes sociais, especialmente em um público tão vulnerável quanto o de mulheres adolescentes. Ao abordar as consequências da exposição contínua a padrões estéticos irreais e suas implicações na saúde mental, este estudo contribui para o debate sobre os desafios contemporâneos da juventude frente às mídias digitais. Além disso, oferece subsídios importantes para a formulação de políticas públicas, práticas pedagógicas e intervenções clínicas voltadas à promoção de uma cultura de aceitação corporal, fortalecimento da autoestima e prevenção de transtornos relacionados à imagem. Dessa forma, o artigo não apenas avança no campo científico, como

também se alinha às demandas sociais urgentes por uma convivência digital mais saudável, ética e consciente

Assim, o presente artigo teve como objetivo geral compreender de que forma o uso intensivo das redes sociais influencia a construção da autoimagem em mulheres adolescentes, apontando sua relação com o desenvolvimento de distorções perceptivas corporais e a possível associação com o Transtorno Dismórfico Corporal. E como objetivos específicos (1) conhecer os fatores presentes nas redes sociais que promovem a comparação social e reforçam padrões estéticos irreais entre adolescentes do sexo feminino; (2) apontar possíveis sinais e sintomas do Transtorno Dismórfico Corporal associados ao consumo exagerado de imagens e conteúdos nas redes sociais e (3) listar estratégias preventivas e educativas para promover uma relação mais saudável com a autoimagem no ambiente digital.

Este artigo caracteriza-se como uma pesquisa do tipo revisão de literatura, cujo objetivo é reunir, analisar e sintetizar publicações científicas relevantes que abordam a relação entre o uso intensivo das redes sociais e a construção da autoimagem em mulheres adolescentes, com foco especial no Transtorno Dismórfico Corporal (TDC). A revisão de literatura permite mapear o estado atual do conhecimento sobre como plataformas digitais, como o Instagram, influenciam a percepção corporal, contribuindo para o desenvolvimento de distorções perceptivas e transtornos relacionados à imagem. Santos e Pimenta (2017) destacam que a revisão de literatura é uma metodologia fundamental para sistematizar informações científicas, identificar lacunas e direcionar futuras pesquisas.

A coleta de dados foi realizada por meio da busca em livros, dissertações, teses e, sobretudo, artigos científicos indexados nas bases: Scientific Electronic Library Online (*SciELO*), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), MEDLINE e Google Acadêmico.

A busca foi delimitada ao período de 2015 a 2025, visando contemplar produções recentes e relevantes. Foram incluídas publicações nos idiomas português e inglês. Os descritores utilizados seguiram os termos controlados pelos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Mulheres Adolescentes”, “Redes Sociais”, “Distorção de Imagem”, “Autoimagem” e “Transtornos Dismórfico Corporal”. O uso de descritores padronizados e a aplicação de operadores booleanos (AND, OR) são recomendados para garantir a precisão e a relevância dos resultados em revisões.

Foram adotados como critérios de inclusão artigos originais, disponíveis gratuitamente, que abordassem diretamente o tema central da pesquisa. Também foram considerados livros e publicações científicas relacionadas à Psicologia Clínica, especialmente aqueles que tratam do Transtorno Dismórfico Corporal. Além disso, foram incluídos estudos que investigassem a relação entre o uso de redes sociais e a incidência ou prevalência do Transtorno Dismórfico Corporal, visando compreender os impactos dessas plataformas digitais na saúde mental de mulheres adolescentes.

Foram excluídos da análise os artigos duplicados, os que se mostraram irrelevantes para o foco do estudo e aqueles que não abordavam diretamente a temática proposta. Também foram descartados trabalhos científicos que não se enquadrassem na abordagem da Psicologia Clínica. Essa seleção rigorosa seguiu recomendações metodológicas específicas, visando assegurar a fidedignidade e a consistência dos resultados da revisão.

A escolha pela revisão de literatura justifica-se por sua capacidade de reunir e analisar criticamente evidências já publicadas, proporcionando uma compreensão ampla e fundamentada sobre fenômenos complexos e multidimensionais, como o impacto das redes sociais na saúde mental de mulheres adolescentes. No contexto do Transtorno Dismórfico Corporal, essa metodologia é especialmente útil para explorar as diversas influências que a exposição constante a padrões estéticos irreais exerce sobre a distorção da autoimagem, contribuindo para o desenvolvimento de transtornos relacionados à percepção corporal. 3612

2 DESENVOLVIMENTO

A construção da autoimagem durante a adolescência é um processo complexo, permeado por mudanças biológicas, psicológicas e sociais que influenciam a formação da identidade e a percepção do próprio corpo. Essa fase é marcada por intensas transformações físicas e emocionais, momento em que o adolescente busca consolidar sua autoestima e posicionamento no meio social, tornando a imagem corporal um aspecto central para seu bem-estar emocional (Miller *et al.*, 2019).

Nas últimas décadas, as redes sociais revolucionaram a interação social, especialmente entre jovens, ao criarem espaços virtuais de constante exposição e comparação. Plataformas como o Instagram enfatizam a valorização da aparência por meio da divulgação de imagens, muitas vezes editadas e idealizadas, que estabelecem padrões de beleza difíceis ou impossíveis de serem alcançados. A exposição contínua a esses padrões pode intensificar processos de

comparação social, aumentando a insatisfação corporal e impactando negativamente a autoestima dos adolescentes (Verzea; Cornelia; Popescu, 2021).

O Transtorno Dismórfico Corporal (TDC) caracteriza-se pela preocupação excessiva e persistente com defeitos percebidos na aparência física, frequentemente mínimos ou inexistentes, causando sofrimento psicológico significativo e comprometendo a qualidade de vida. Estudos recentes apontam uma associação entre o uso intensivo das redes sociais e o aumento da incidência do TDC em mulheres adolescentes, resultado da internalização dos ideais estéticos difundidos digitalmente e da busca obsessiva pela perfeição corporal (Holland; Tiggemann, 2016).

Diante desse cenário, a fundamentação teórica ressalta a importância de estratégias educativas e preventivas que fomentem o desenvolvimento do senso crítico em relação aos conteúdos consumidos nas mídias digitais. A educação midiática, aliada ao fortalecimento da autoestima e à promoção da diversidade corporal, é apontada como um recurso eficaz para reduzir os impactos adversos das redes sociais na saúde mental dos jovens (Perloff, 2018).

Portanto, compreender os mecanismos pelos quais as redes sociais influenciam a construção da autoimagem e sua relação com o desenvolvimento do Transtorno Dismórfico Corporal é fundamental para o desenvolvimento de intervenções que promovam o bem-estar psicológico das adolescentes, incentivando uma relação mais saudável, crítica e realista com o próprio corpo.

3613

2.1 Fundamentação teórica

Autoimagem na Adolescência: Redes Sociais e os Padrões Estéticos Impossíveis

A adolescência é um período crucial para a formação da autoimagem, uma construção complexa que envolve a percepção, avaliação e sentimento em relação ao próprio corpo. Durante essa fase, marcada por intensas transformações físicas e psicológicas, o jovem torna-se particularmente vulnerável às influências externas, especialmente no que tange à aparência corporal. Miller *et al.* (2019) destaca que nas últimas décadas o impacto das redes sociais tem se destacado como um dos principais fatores que moldam a percepção da autoimagem entre adolescentes. Segundo Fardoux *et al.* (2022), plataformas como Instagram, TikTok e Snapchat incentivam a exposição constante a imagens idealizadas e frequentemente editadas, que estabelecem padrões estéticos muitas vezes inalcançáveis.

De acordo com Holland e Tiggemann (2016), o contato frequente com esses padrões estéticos impossíveis tem sido associado a um aumento significativo da insatisfação corporal, especialmente entre mulheres adolescentes, que tendem a internalizar esses ideais como parâmetros para autoavaliação. Em contribuição com este artigo, Wright e Brown (2019) apontam que essa insatisfação pode evoluir para preocupações obsessivas com a aparência, resultando em consequências psicológicas negativas, como baixa autoestima, ansiedade e, em casos mais graves, o desenvolvimento de transtornos como o Transtorno Dismórfico Corporal (TDC).

Corroborando com os autores supracitados acima, Fardoux *et al.*; (2022) acrescentam que uma das consequências mais preocupantes dessa dinâmica é o aumento dos casos de Transtorno Dismórfico Corporal (TDC), uma condição psiquiátrica caracterizada pela preocupação obsessiva com defeitos físicos mínimos ou inexistentes, que provoca sofrimento intenso e prejuízos funcionais significativos. Pesquisas recentes indicam que o uso excessivo das redes sociais, com sua constante exposição a imagens idealizadas, pode funcionar como gatilho ou fator de manutenção do TDC, especialmente em mulheres adolescentes que buscam incessantemente uma aparência “ideal” promovida nas plataformas digitais.

Esse cenário propicia um processo constante de comparação social, especialmente para 3614 mulheres adolescentes, que tendem a ser mais vulneráveis à internalização desses padrões estéticos. Holland e Tiggemann (2016) discorrem que a exposição frequente a corpos considerados “perfeitos” pode desencadear insatisfação corporal, sentimentos de inadequação e pressão para se adequar a esses ideais, que muitas vezes desconsideram a diversidade e as características naturais dos corpos humanos. Estudo de Verzea, Cornelia e Popescu (2021) mostra que essa insatisfação está correlacionada com o aumento de sintomas ansiosos, depressivos e comportamentos alimentares inadequados entre jovens.

Assim, a compreensão da influência das redes sociais na construção da autoimagem durante a adolescência é essencial para o desenvolvimento de estratégias preventivas e interventivas que promovam a saúde mental dos jovens. A combinação de políticas públicas, práticas educacionais e intervenções clínicas pode contribuir para minimizar os efeitos adversos da exposição digital e fomentar uma relação mais saudável, realista e inclusiva com o corpo.

Transtorno Dismórfico Corporal: Características e Relações com o Ambiente Virtual

O Transtorno Dismórfico Corporal (TDC) é um transtorno psicológico caracterizado por uma preocupação obsessiva com defeitos percebidos na aparência física, os quais muitas vezes são mínimos ou inexistentes aos olhos dos outros. O estudo selecionado de Veale e Bewley (2015) discorre que essa condição está incluída no espectro dos transtornos obsessivo-compulsivo e está associada a níveis elevados de sofrimento psíquico, prejuízo social, isolamento, comportamentos compulsivos de verificação e, em casos extremos, ideias suicidas. O indivíduo com TDC tende a dedicar horas do dia à observação, comparação ou tentativa de esconder a parte do corpo que considera defeituosa, prejudicando significativamente sua qualidade de vida e funcionalidade.

Nos últimos anos, Fardoux *et al.*; (2022) têm apontado uma correlação crescente entre o aumento dos casos de TDC e o uso intensivo das redes sociais digitais, sobretudo aquelas baseadas em imagens, como Instagram, TikTok e Snapchat. Essas plataformas promovem, de forma sistemática, padrões de beleza idealizados, altamente editados e muitas vezes irreais, por meio de filtros, aplicativos de retoque e algoritmos que privilegiam determinados corpos, rostos e estilos de vida. Mingoia *et al.*; (2017) destacam que a exposição frequente e prolongada a esses conteúdos leva muitos adolescentes e jovens adultos a desenvolverem um senso distorcido da realidade, intensificando o processo de comparação social e a insatisfação com o próprio corpo.

3615

O artigo selecionado de Holland e Tiggemann (2016) aponta que adolescentes do sexo feminino representam o grupo mais vulnerável nesse contexto, pois estão em uma fase de intensa construção da identidade e da autoimagem. Estudos recentes revelam que a internalização de padrões estéticos promovidos pelas mídias sociais está diretamente relacionada ao aumento dos sintomas do TDC, como vergonha corporal, busca por cirurgias estéticas e comportamentos compulsivos de autoaperfeiçoamento. Além disso, Marengo *et al.* (2022) elencam que o feedback social imediato, por meio de curtidas, comentários e compartilhamentos, reforça o valor atribuído à aparência, criando um ciclo de validação externa que pode agravar a percepção negativa sobre o próprio corpo.

Segundo Perloff (2018) outro aspecto preocupante é a influência dos chamados “influenciadores digitais” na disseminação de imagens e discursos sobre o corpo perfeito. Muitos desses perfis promovem padrões estéticos excludentes, rotinas exaustivas de beleza e intervenções corporais, sem contextualização crítica ou base científica, impactando significativamente a saúde mental de seus seguidores mais jovens. Quando a comparação se

torna constante e a insatisfação se aprofunda, o ambiente virtual deixa de ser um espaço de socialização para se tornar um gatilho de sofrimento psíquico.

Dante desse panorama, Tiggemann, Anderberg e Brown (2020) ressaltam que se torna urgente reconhecer os efeitos deletérios do ambiente virtual sobre a saúde mental e a imagem corporal dos usuários, sobretudo os mais jovens. É essencial que sejam desenvolvidas estratégias de educação digital, com foco no letramento midiático, bem como intervenções clínicas e psicossociais voltadas à identificação precoce dos sinais do TDC. O fortalecimento da autoestima, a promoção da diversidade corporal e o estímulo a um uso consciente e crítico das redes sociais são caminhos possíveis para a prevenção e o enfrentamento do transtorno.

Prevenção e Educação para a Construção de uma Autoimagem Saudável

A construção de uma autoimagem saudável durante a adolescência é um processo essencial para o desenvolvimento da identidade, da autoestima e do bem-estar psicológico. Em um contexto social marcado pela valorização exacerbada da aparência física e pela constante exposição a padrões estéticos idealizados, especialmente nas redes sociais, Marengo *et al.* (2020) ressaltam que se torna fundamental investir em ações de prevenção e educação que promovam o fortalecimento da imagem corporal positiva.

3616

Dante desse cenário, Fardoux *et al.* (2022) destacam que a prevenção deve ir além da simples conscientização sobre os riscos do uso da mídia digital. É necessário adotar abordagens educativas interdisciplinares que desenvolvam habilidades críticas em relação ao conteúdo consumido online, incentivem a reflexão sobre os padrões de beleza impostos socialmente e promovam o respeito à diversidade corporal. A educação midiática, por exemplo, tem se mostrado uma ferramenta eficaz para ajudar adolescentes a reconhecerem estratégias de manipulação de imagem, como o uso de filtros, edições e ângulos planejados, reduzindo assim os efeitos nocivos da comparação social.

Entretanto, Perloff (2018) ressalta que nem todos os efeitos das redes sociais sobre a autoimagem são negativos. Essas plataformas também oferecem espaços para o movimento de valorização da diversidade corporal e a promoção de discursos positivos sobre o corpo real e saudável, o que pode fortalecer a autoestima e promover uma imagem corporal mais equilibrada. Em concordância com o autor supracitado, Verzea, Cornelia e Popescu (2021) acrescentam que a educação midiática desempenha papel fundamental nesse processo, pois capacita os jovens a

desenvolverem senso crítico em relação ao conteúdo consumido, identificando estratégias de manipulação e construindo resistências às pressões dos padrões estéticos impostos.

Além disso, Tiggemann, Anderberg e Brown (2020) apontam que programas escolares voltados à promoção da saúde mental e do bem-estar emocional têm se destacado como importantes mecanismos de prevenção. Esses programas devem incluir temas como autoestima, aceitação corporal, empatia, e o desenvolvimento de uma imagem corporal baseada em aspectos funcionais e não apenas estéticos. A participação de profissionais de saúde mental, educadores, familiares e a própria comunidade escolar é essencial nesse processo, criando redes de apoio que acolham os adolescentes em suas vivências e dificuldades.

Outro ponto relevante destacado no estudo de Rodgers *et al.* (2019) é o papel da família na construção de uma autoimagem saudável. O apoio emocional, o diálogo aberto sobre as pressões sociais e a valorização de qualidades além da aparência são fatores protetores reconhecidos na literatura científica. Pais que demonstram atitudes positivas em relação ao próprio corpo tendem a influenciar positivamente a percepção corporal dos filhos, reduzindo a incidência de comportamentos de comparação e insatisfação.

Por fim, Fardoux *et al.* (2022) destacam que é fundamental que as redes sociais também assumam responsabilidade na promoção de conteúdos positivos e inclusivos. Campanhas que valorizam corpos reais, depoimentos sobre autoestima e experiências autênticas de jovens podem contribuir para transformar essas plataformas em espaços mais saudáveis. Algumas iniciativas já demonstram resultados promissores, ao promover a representatividade de diferentes tipos de corpos, tons de pele, gêneros e condições físicas.

Portanto, a construção de uma autoimagem saudável na adolescência depende de um esforço conjunto entre educação, família, profissionais de saúde, políticas públicas e das próprias mídias sociais. Promover o senso crítico, o acolhimento emocional e o respeito à diversidade são estratégias fundamentais para enfrentar os efeitos negativos da cultura da imagem e contribuir para o desenvolvimento pleno dos adolescentes.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As reflexões desenvolvidas ao longo deste estudo possibilitaram uma compreensão aprofundada e crítica acerca das implicações do uso intensivo das redes sociais, com destaque para plataformas centradas na exposição visual, como o Instagram, sobre o processo de construção da autoimagem em mulheres adolescentes. Evidenciou-se que, nesse contexto, as

mídias digitais não atuam apenas como ferramentas de socialização, mas exercem influência direta na percepção corporal e na formação identitária de jovens em um período de alta vulnerabilidade emocional e psicológica. A constante comparação com padrões estéticos artificialmente construídos, amplificados por filtros e edições, emerge como um fator de risco relevante para o desenvolvimento de distorções da autoimagem, abrindo espaço para manifestações clínicas mais graves, como o Transtorno Dismórfico Corporal.

Nesse contexto, o objetivo geral da pesquisa foi alcançado, ao evidenciar que a constante comparação com padrões estéticos idealizados e irreais, promovidos nas mídias digitais, contribui significativamente para o desenvolvimento de distorções perceptivas corporais, as quais podem estar diretamente relacionadas ao surgimento do Transtorno Dismórfico Corporal (TDC).

Os objetivos específicos também foram atendidos, permitindo conhecer os principais fatores presentes nas redes sociais que favorecem a comparação social e internalização de padrões de beleza inalcançáveis. Foram discutidos os sinais e sintomas mais comuns do TDC, assim como estratégias preventivas e educativas que podem ser aplicadas em contextos escolares, familiares e digitais, com vistas à promoção de uma relação mais saudável com a autoimagem.

3618

A resposta à problemática proposta foi evidenciada por meio de uma revisão de literatura atual e consistente. A pesquisa demonstrou que há uma relação direta entre o tempo de exposição a conteúdos idealizados e o aumento da insatisfação corporal, especialmente em adolescentes do sexo feminino, fase em que a identidade e a autoaceitação ainda estão em formação.

Assim sendo, concluiu-se que o uso intensivo de redes sociais, especialmente aquelas voltadas para o compartilhamento de imagens, como o Instagram, tem um impacto significativo na forma como adolescentes do sexo feminino constroem sua autoimagem. A exposição contínua a padrões estéticos irreais e a prática recorrente de comparação social contribuem para o aumento da insatisfação corporal, podendo favorecer o desenvolvimento de distorções perceptivas relacionadas ao próprio corpo. Esse cenário torna-se ainda mais preocupante quando associado ao risco de surgimento de quadros como o Transtorno Dismórfico Corporal, que afeta diretamente o bem-estar psicológico, a autoestima e a qualidade de vida dessas jovens.

Diante desse cenário, evidencia-se com ainda mais clareza a urgência de implementar estratégias preventivas e educativas que transcendam a simples orientação comportamental,

promovendo a formação de uma consciência crítica acerca dos conteúdos midiáticos consumidos diariamente por adolescentes. Tais estratégias devem fomentar o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, fortalecer a autoestima e valorizar a diversidade corporal como expressão legítima da individualidade humana.

No entanto, algumas limitações precisam ser consideradas. Por tratar-se de uma revisão de literatura, a pesquisa se limitou à análise de estudos já publicados, sem a realização de coleta de dados primários. Tais limitações indicam a necessidade de novos estudos empíricos, com enfoque qualitativo e quantitativo, que explorem a realidade local, bem como a experiência subjetiva das adolescentes frente ao uso das redes sociais. Além disso, pesquisas que incluam a escuta ativa das adolescentes, bem como a participação de profissionais da saúde mental e educadores, poderão contribuir significativamente para o desenvolvimento de intervenções mais eficazes e contextualizadas.

Recomenda-se, portanto, a ampliação de investigações futuras que envolvam a participação direta de adolescentes, profissionais da saúde mental, educadores e famílias, para que se desenvolvam intervenções efetivas e políticas públicas que promovam a educação midiática, a valorização da diversidade corporal e o fortalecimento da autoestima juvenil. Somente por meio de um esforço coletivo e interdisciplinar será possível reduzir os impactos negativos da cultura da imagem e construir um ambiente digital mais saudável e inclusivo para as novas gerações.

3619

REFERÊNCIAS

- FARDOUX, L. et al.; GOMES, E. R. F; ZHARA, R, T. Y; ZIANG, W. G. S. Social Media Use and Body Image Disturbance: A Systematic Review of Experimental Studies. *Body Image*, v. 39, p. 103-117, 2022.
- FEINGOLD, A. Social Comparison, Social Media, and Body Image. *Psychology of Popular Media Culture*, v. 5, n. 1, p. 34-43, 2016.
- HOLLAND, G; TIGGEMANN, M. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*, v. 17, p. 100-110, 2016.
- MARENKO, D et al. SOARES, A. X. B; GOMES, A. H. F; BRUNNO, V. H. N. The association between social media use and depressive symptoms in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, v. 308, p. 687-696, 2022.

MILLER, R. A; et al. ROBERT, P. D. A; PERRONI, C. S. W; ALMEIDA, W, A. S. Adolescent identify development and body image concerns in the digital age. *Journal of Youth and Adolescence*, v. 48, n. 2, p. 234–247, 2019.

MINGOIA, J et al.; ZIPORA, A. N. V; SSIANG, W. T. U; NUNES, L. S. P; XAVIER, W. Y. G. The relationship between social networking site use and the internalization of a thin ideal in females: A meta-analytic review. *Frontiers in Psychology*, v. 8, p. 1351, 2017.

PERLOFF, R. M. Social Media Effects on Young Women's Body Image Concerns: Theoretical Perspectives and an agenda for Research. *Sex Roles*, v. 71, p. 363–377, 2018.

RODGERS, R. F. et al; CLEMENTINO, W. T. R; VASQUES, B. M. D; SANTIAGO, R. U. O. Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *New Media & Society*, v. 21, n. 11-12, p. 2580–2597, 2019.

RODRIGUES, A. C. M. Redes sociais e construção da identidade na adolescência. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 8, n. 1, p. 45-56, 2017.

SANTOS, M. M.; PIMENTA, C. A. M. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Revista Científica da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto*, v. 17, n. 1, p. 10–16, 2017.

TIGGEMANN, M; ANDERBERG, I; BROWN, Z. Social media use and adolescent girls' body image concerns: Testing the role of appearance comparison and internalization of appearance ideals. *New Media & Society*, v. 22, n. 1, p. 65–82, 2020.

3620

VEALE, D.; BEWLEY, A. Body dysmorphic disorder. *BMJ (British Medical Journal)*, v. 350, p. h2278, 2015.

VERZEA, C; CORNELIA, M; POPESCU, D. Influence of Social Media on Body Image and Self-Esteem of Young Women. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, v. 8, n. 2, p. 43-56, 2021.

WRIGHT, C. J.; BROWN, K. J. Social Media and Adolescent Mental Health: A Systematic Review. *Journal of Adolescent Health*, v. 65, n. 3, p. 456-465, 2019.