

O IMPACTO DO USO DE MEDICAMENTOS EMAGRECEDORES NA AUTOESTIMA DE ADOLESCENTES: UMA ANÁLISE À LUZ DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

THE IMPACT OF WEIGHT-LOSS MEDICATIONS ON ADOLESCENTS' SELF-ESTEEM: AN ANALYSIS FROM A COGNITIVE-BEHAVIORAL PERSPECTIVE

EL IMPACTO DEL USO DE MEDICAMENTOS PARA ADELGAZAR EN LA AUTOESTIMA DE ADOLESCENTES: UN ANÁLISIS DESDE LA TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL

Carla Gleice Batista da Rocha¹
Rayane Arcanjo da Camara²

RESUMO: Este artigo teve como objetivo analisar os impactos dos padrões estéticos contemporâneos e das estratégias de modificação corporal na autoestima de adolescentes, considerando a influência de fatores psicológicos e socioculturais em um período crítico do desenvolvimento. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada a partir de artigos científicos publicados nos últimos anos em bases nacionais e internacionais, contemplando estudos sobre autoestima, imagem corporal, adolescência e intervenções baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental. Os resultados indicam que a internalização de padrões corporais idealizados está associada ao desenvolvimento de crenças disfuncionais relacionadas ao valor pessoal e à autoimagem, contribuindo para níveis elevados de insatisfação corporal. Observou-se ainda que o uso de estratégias externas de controle do peso, especialmente quando realizado sem indicação clínica adequada e sem acompanhamento psicológico, tende a reforçar tais crenças, sem promover mudanças cognitivas duradouras. Conclui-se que intervenções psicológicas, especialmente baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental, são fundamentais para promover a reestruturação cognitiva, o fortalecimento da autoestima e o desenvolvimento de uma relação mais saudável com o corpo.

Palavras-chave: Autoestima. Adolescentes. Imagem corporal.

ABSTRACT: of contemporary aesthetic standards and body modification strategies on adolescents' self-esteem, considering the influence of psychological and sociocultural factors during a critical developmental period. This is a narrative literature review based on scientific articles published in recent years in national and international databases, including studies on self-esteem, body image, adolescence, and Cognitive Behavioral Therapy interventions. The results indicate that the internalization of idealized body standards is associated with the development of dysfunctional beliefs related to self-worth and self-image, contributing to high levels of body dissatisfaction. It was also observed that the use of external weight control strategies, especially when carried out without proper clinical indication and without psychological support, tends to reinforce these beliefs without promoting lasting cognitive changes. It is concluded that psychological interventions, particularly those based on Cognitive Behavioral Therapy, are essential to promote cognitive restructuring, strengthen self-esteem, and foster a healthier relationship with the body.

Keywords: Self-esteem. Adolescents. Body image.

¹ CRP 05/59944. Psicóloga pós-graduada em ABA e Transtorno do espectro autista: inclusão escolar e social. Pós-graduada em neuropsicologia na infância. Formada na Universidade Estácio de Sá.

² CRP 05/83717. Psicóloga pós-graduada em ABA, TCC e pós-graduada em Neurociências e Comportamento. Formada pela Universidade Augusto Motta – UNISUAM. psicologarayanearcujo@gmail.com

RESUMEN: Este estudio tuvo como objetivo analizar los impactos de los estándares estéticos contemporáneos y las estrategias de modificación corporal en la autoestima de los adolescentes, considerando la influencia de factores psicológicos y socioculturales en un período crítico del desarrollo. Se trata de una revisión narrativa de la literatura basada en artículos científicos publicados en los últimos años en bases de datos nacionales e internacionales, incluyendo estudios sobre autoestima, imagen corporal, adolescencia e intervenciones en Terapia Cognitivo-Conductual. Los resultados indican que la internalización de estándares corporales idealizados está asociada con el desarrollo de creencias disfuncionales relacionadas con el valor personal y la autoimagen, contribuyendo a altos niveles de insatisfacción corporal. También se observó que el uso de estrategias externas de control del peso, especialmente cuando se realiza sin indicación clínica adecuada y sin acompañamiento psicológico, tiende a reforzar dichas creencias sin promover cambios cognitivos duraderos. Se concluye que las intervenciones psicológicas, especialmente aquellas basadas en la Terapia Cognitivo-Conductual, son fundamentales para promover la reestructuración cognitiva, fortalecer la autoestima y desarrollar una relación más saludable con el cuerpo.

Palabras clave: Autoestima. Adolescentes. Imagen corporal.

INTRODUÇÃO

Observa-se, nos últimos anos, um aumento no uso de medicamentos para controle de peso entre adolescentes (LEE JM, et al., 2024). Embora tais intervenções possuam indicações clínicas específicas, sua utilização tem se expandido para além desses contextos, sendo frequentemente associada à busca por padrões corporais idealizados (STICE E, et al., 2017).

Sob a perspectiva psicológica, esse fenômeno ganha relevância ao considerar que a adolescência constitui um período crítico para a formação da identidade e da autoestima (WHO, 2020). Nesse sentido, a adoção de estratégias externas de modificação corporal pode estar associada à internalização de crenças disfuncionais relacionadas ao valor pessoal e à autoimagem, especialmente quando utilizada como forma de adequação a padrões sociais (CASH TF, 2012; NEUMARK-SZTAINER D, et al., 2018).

De acordo com os pressupostos da Terapia Cognitivo-Comportamental, os indivíduos interpretam a realidade a partir de esquemas cognitivos previamente construídos, os quais influenciam pensamentos automáticos e comportamentos (BECK AT, 1979; BECK JS, 2013). Nesse contexto, adolescentes podem desenvolver crenças centrais como “só serei aceito se tiver determinado corpo”, o que impacta diretamente sua autoestima e sua relação com a própria imagem corporal.

Além disso, processos de modelagem social desempenham papel relevante na aprendizagem de padrões comportamentais e na internalização de ideais estéticos, especialmente em contextos de forte exposição midiática (BANDURA A, 1977).

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo analisar os impactos dos padrões estéticos contemporâneos e das estratégias de modificação corporal na autoestima de

adolescentes, à luz da Terapia Cognitivo-Comportamental, considerando a influência das crenças, distorções cognitivas e processos de modelagem comportamental. Busca-se, ainda, compreender como o uso de estratégias externas de controle do peso, especialmente quando realizado sem indicação clínica adequada e sem acompanhamento psicológico, pode se associar à manutenção de padrões disfuncionais de autoavaliação.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão narrativa da literatura, de caráter qualitativo e exploratório, com o objetivo de analisar os impactos dos padrões estéticos contemporâneos e das estratégias de modificação corporal na autoestima de adolescentes, sob a perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental.

A busca dos estudos foi realizada em bases de dados científicas nacionais e internacionais, incluindo SciELO, PubMed e Google Scholar, contemplando publicações disponíveis nos últimos anos. Foram utilizados descritores relacionados ao tema, tais como: “autoestima”, “adolescentes”, “imagem corporal”, “terapia cognitivo-comportamental” e “medicamentos para emagrecimento”, combinados entre si.

Como critérios de inclusão, foram selecionados artigos científicos que abordassem a relação entre autoestima, imagem corporal e adolescência, bem como estudos que contemplassem a influência de fatores socioculturais e processos cognitivos associados à percepção corporal. Também foram incluídas produções teóricas relevantes da Terapia Cognitivo-Comportamental.

Foram excluídos estudos que não apresentassem relação direta com o tema proposto, pesquisas com população exclusivamente adulta e trabalhos que abordassem exclusivamente aspectos fisiológicos do emagrecimento, sem interface com variáveis psicológicas.

A análise dos dados foi realizada de forma descritiva e interpretativa, buscando articular os achados da literatura com os pressupostos teóricos da Terapia Cognitivo-Comportamental, especialmente no que se refere à formação de crenças, distorções cognitivas e processos de modelagem comportamental.

RESULTADOS

Os estudos analisados evidenciam um aumento na utilização de estratégias voltadas ao controle do peso corporal entre adolescentes, especialmente em contextos influenciados por padrões estéticos e sociais. Observa-se que a busca por intervenções voltadas à modificação corporal

ocorre de forma recorrente nesse público, associada à valorização da aparência física e à comparação social.

No que se refere à autoestima, os achados apontam para a presença frequente de insatisfação com a imagem corporal entre adolescentes, sendo essa insatisfação descrita em diferentes estudos como um fator associado à autoavaliação negativa e à percepção reduzida de valor pessoal.

Além disso, foram identificadas distorções cognitivas relacionadas à autoimagem, tais como pensamento dicotômico, catastrofização e leitura mental, descritas nos estudos como recorrentes em indivíduos que apresentam maior insatisfação corporal.

Também se observa a presença de comportamentos de evitação social e de comparação constante, especialmente em ambientes digitais, os quais aparecem nos estudos como elementos associados à manutenção de níveis reduzidos de autoestima.

Os principais estudos analisados foram organizados conforme apresentado na Tabela 1, a qual sintetiza os objetivos, amostras e principais achados da literatura selecionada (Tabela 1).

4

Tabela 1 – Síntese dos estudos sobre imagem corporal, autoestima e influência sociocultural em adolescentes

Autor	Ano	Objetivo	Principais achados
FORTES LS, et al.	2015	Avaliar a insatisfação corporal em adolescentes	Evidenciou alta prevalência de insatisfação corporal associada à baixa autoestima
STICE E, et al.	2017	Identificar fatores de risco para transtornos alimentares	Apontou a influência de padrões estéticos e pressão social na percepção corporal
NEUMARK-SZTAINER D, et al.	2018	Analisar a relação entre imagem corporal e autoestima	Demonstrou associação entre comparação social e níveis reduzidos de autoestima
CASH TF	2012	Investigar a construção da imagem corporal	Destacou a influência de fatores cognitivos e sociais na autoimagem

LEE JM, et al. 2024 Analisar o uso de estratégias de controle de peso em jovens Identificou aumento no uso de intervenções para modificação corporal em adolescentes

Fonte: Elaboração própria (2026).

DISCUSSÃO

Os resultados indicam que o uso de estratégias externas de modificação corporal entre adolescentes está inserido em um contexto mais amplo de vulnerabilidade psicológica, no qual fatores socioculturais exercem influência significativa sobre a construção da autoimagem e da autoestima (WHO, 2020; STICE E, et al., 2017). Esses achados estão em consonância com a literatura, que aponta a forte influência de padrões estéticos na percepção corporal e na formação da autoestima em adolescentes (CASH TF, 2012; NEUMARK-SZTAINER D, et al., 2018). Nesse sentido, observa-se que a internalização de padrões corporais idealizados pode favorecer o desenvolvimento de crenças disfuncionais relacionadas ao valor pessoal, especialmente em indivíduos em fase de consolidação identitária. Conforme descrito na Tabela 2, as distorções cognitivas desempenham papel central na manutenção de níveis reduzidos de autoestima, contribuindo para interpretações rígidas e negativas da própria imagem corporal (BECK JS, 2013).

5

Tabela 2 – Distorções cognitivas na Terapia Cognitivo-Comportamental aplicadas à autoestima de adolescentes

Distorção Cognitiva	Definição	Exemplo no contexto do artigo	Impacto na autoestima
Pensamento dicotômico	Interpretação extrema, sem meio-termo	“Se não estou magra, sou totalmente inadequada”	Redução da autoestima e autoavaliação rígida
Catastrofização	Antecipação de consequências negativas exageradas	“Se eu engordar, ninguém vai me aceitar”	Aumento da ansiedade e insegurança
Leitura mental	Suposição sobre o julgamento dos outros sem evidência	“Todos estão me achando feia”	Reforço da comparação social e retraimento

Distorção Cognitiva	Definição	Exemplo no contexto do artigo	Impacto na autoestima
Generalização	Conclusões amplas a partir de um evento isolado	“Falhei na dieta, nunca vou conseguir mudar”	Sentimento de incapacidade e desmotivação
Desqualificação do positivo	Minimização de aspectos positivos pessoais	“Mesmo emagrecendo, ainda não é suficiente”	Manutenção da insatisfação corporal
Personalização	Responsabilização excessiva por eventos externos	“Se não sou aceita, é porque meu corpo não é bom”	Fragilidade emocional e autocrítica elevada

Fonte: Adaptado de Beck JS (2013) e Fairburn CG (2008).

Sob a perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental, tais interpretações estão associadas a crenças centrais disfuncionais, estruturadas em ideias como “não sou suficiente” ou “preciso atender a determinados padrões para ser aceito” (BECK AT, 1979). Esses achados corroboram estudos que destacam a relação entre imagem corporal negativa e baixa autoestima, especialmente em adolescentes expostos a elevados níveis de comparação social (NEUMARK-SZTAINER D, et al., 2018).

Além disso, o processo de modelagem social, conforme proposto por Albert Bandura, contribui para a aprendizagem de padrões comportamentais por meio da observação de figuras socialmente valorizadas (BANDURA A, 1977). No contexto atual, marcado pela intensa exposição às mídias digitais, essa dinâmica pode reforçar a associação entre aparência física e valor pessoal, influenciando diretamente a autoavaliação dos adolescentes.

Nesse contexto, a utilização de estratégias farmacológicas de emagrecimento, especialmente quando desvinculada de necessidades clínicas específicas e sem acompanhamento psicológico, pode reforçar padrões de dependência de validação externa, dificultando o desenvolvimento de uma autoestima mais estável e autônoma. Tal dinâmica

pode contribuir para a manutenção de ciclos de insatisfação corporal, mesmo diante de mudanças físicas inicialmente percebidas como positivas.

Como limitação do presente estudo, destaca-se a escassez de pesquisas que investiguem diretamente os impactos psicológicos do uso de medicamentos emagrecedores em adolescentes, especialmente em contextos não clínicos. Além disso, a predominância de estudos de natureza teórica e transversal limita a generalização dos achados.

Diante disso, sugere-se que pesquisas futuras investiguem de forma empírica a relação entre o uso dessas estratégias e os processos cognitivos envolvidos na construção da autoestima, considerando variáveis como influência das redes sociais, gênero e contexto sociocultural.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo evidenciou que a construção da autoestima na adolescência está fortemente relacionada à internalização de padrões estéticos contemporâneos, especialmente em contextos marcados pela influência sociocultural e midiática. Nesse cenário, a adoção de estratégias externas de modificação corporal emerge como um fenômeno relevante, não apenas do ponto de vista comportamental, mas também psicológico.

A análise à luz da Terapia Cognitivo-Comportamental permitiu compreender que tais comportamentos estão associados à presença de crenças disfuncionais, distorções cognitivas e processos de modelagem social, que influenciam diretamente a forma como os adolescentes percebem a si mesmos e atribuem valor pessoal.

Destaca-se que o uso de estratégias farmacológicas de controle do peso, especialmente quando realizado sem indicação clínica adequada e sem acompanhamento psicológico, pode contribuir para a manutenção de padrões de dependência de validação externa, dificultando o desenvolvimento de uma autoestima mais estável e autônoma.

Dessa forma, reforça-se a importância de intervenções psicológicas, com ênfase na Terapia Cognitivo-Comportamental, voltadas à reestruturação cognitiva, ao fortalecimento da autoestima e ao desenvolvimento de uma relação mais saudável com a imagem corporal.

Por fim, ressalta-se a necessidade de ampliação de estudos empíricos que investiguem essa temática, considerando as especificidades do desenvolvimento adolescente e os impactos das transformações socioculturais contemporâneas.

REFERÊNCIAS

1. **APA.** Body image and self-esteem. American Psychological Association; 2019.

2. **BANDURA A.** Social learning theory. New Jersey: Prentice Hall; 1977.
3. **BECK AT.** Cognitive therapy and emotional disorders. New York: Penguin; 1979.
4. **BECK JS.** Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. Porto Alegre: Artmed; 2013.
5. **CASH TF.** Body image: theory and research. New York: Routledge; 2012.
6. **FORTES LS, et al.** Insatisfação corporal em adolescentes. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2015.
7. **LEE JM, et al.** Dispensing of GLP-1 receptor agonists among adolescents and young adults. *JAMA*, 2024.
8. **NEUMARK-SZTAINER D, et al.** Body dissatisfaction and eating behaviors in adolescents. *Pediatrics*, 2018.
9. **STICE E, et al.** Risk factors for eating disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 2017.
10. **WHO.** Adolescent mental health. World Health Organization; 2020.
11. **FAIRBURN CG.** Cognitive behavior therapy and eating disorders. New York: Guilford Press; 2008.