



# INTERAÇÃO ENTRE PADRÕES DE BELEZA, PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS E SAÚDE MENTAL: PERSPECTIVA EM PACIENTES

Nicole Crispim de Oliveira<sup>1</sup>, Luana de Oliveira Bambinetti<sup>1</sup>, Daiani Cristina Savi<sup>2,A</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica do curso de Biomedicina, Centro Universitário Católica de Santa Catarina. Brasil.

<sup>2</sup>Professora do curso de Biomedicina, Centro Universitário Católica de Santa Catarina. Brasil.

## RESUMO

O uso das redes sociais, principalmente plataformas como Instagram e Tik Tok são fontes de disseminação de padrões e informações, entre elas conteúdos sobre estética e beleza. Pessoas imersas nesse contexto costumam se comparar ou buscar procedimentos estéticos para adequação do corpo e face a um modelo de referência imposto por essas plataformas e pela sociedade. Está cada vez mais frequente procedimentos como preenchedores faciais e para alterações corporais, reforçando padrões impostos e trazendo riscos à saúde psicológica, induzindo a insatisfação corporal. O objetivo deste trabalho é avaliar o impacto das redes sociais na percepção corporal e mentalidade das pessoas, principalmente mulheres ao serem expostas aos padrões estéticos irrealistas, visando identificar como a comparação com os padrões idealizados contribui para baixa autoestima, insatisfação corporal e a busca por procedimentos estéticos. A pesquisa foi realizada por meio de uma revisão bibliográfica, utilizando artigos científicos selecionados na base de dados PubMed a partir das palavras-chaves “beauty ideals”, “body dissatisfaction” e “social media”. Os resultados demonstraram que a exposição frequente às redes sociais está relacionada ao aumento da insatisfação corporal e da busca por procedimentos estéticos. Concluímos que redes sociais e os padrões de beleza impostos pela sociedade exercem influência na saúde mental dos indivíduos, contribuindo para o desenvolvimento de baixa autoestima, insatisfação corporal e outros problemas psicológicos.

**Palavras-chave:** mídias sociais, beleza, impacto autoestima.

## ABSTRACT

The use of social media, particularly platforms such as Instagram and TikTok, has become a major source for the dissemination of information and standards, including content related to aesthetics and beauty. Individuals immersed in this environment often compare themselves to others or seek cosmetic procedures in an attempt to align their bodies and facial features with reference models promoted by these platforms and by society. Procedures such as facial fillers and body enhancement treatments have become increasingly common, reinforcing imposed beauty standards and potentially posing risks to psychological well-being by contributing to body dissatisfaction. The objective of this study was to evaluate the impact of social media on body image perception and mindset, particularly among women exposed to unrealistic beauty standards. The study aimed to identify how comparisons with idealized standards contribute to low self-esteem, body dissatisfaction, and the pursuit of cosmetic procedures.

<sup>A</sup>Autor correspondente: Daiani Cristina Savi - E-mail: daiani.savi@catolicasc.org.br ORCID: <https://doi.org/0000-0003-4794-2823>

This research was conducted through a literature review using scientific articles selected from the PubMed database based on the keywords “beauty ideals,” “body dissatisfaction,” and “social media.” The findings demonstrated that frequent exposure to social media is associated with increased body dissatisfaction and a greater tendency to seek cosmetic procedures. We conclude that social media and the beauty standards imposed by society exert a significant influence on individuals’ mental health, contributing to the development of low self-esteem, body dissatisfaction, and other psychological issues.

**Keywords:** social media, beauty, impact on self-esteem.

## INTRODUÇÃO

O crescente uso das redes sociais no cotidiano da população tem ampliado a exposição de mulheres aos padrões estéticos idealizados e considerados inatingíveis. Dessa forma, plataformas digitais em alta como Instagram e TikTok passam a exercer grande influência na disseminação de referências de beleza, impactando diretamente a percepção corporal e a identidade feminina das mulheres. Estudos apontam que o consumo de conteúdos com foco em aparência física está diretamente associado ao aumento da auto objetificação, insatisfação corporal e de riscos para o desenvolvimento de transtornos alimentares <sup>[1]</sup>.

Os padrões de beleza não são configurados somente como preferências individuais, mas também como construções socioculturais dinâmicas, influenciadas por contextos históricos e culturais <sup>[2,3]</sup>. A assimilação dessas ideias que possuem reforços contínuos das redes sociais, levam mulheres ao ato de comparação constante com imagens idealizadas, editadas e filtradas que podem desencadear sentimentos de inadequação, inferioridade e autocritica <sup>[4,5]</sup>.

Desse modo, observa-se um grande aumento na procura por procedimentos estéticos, invasivos e não invasivos, como uma forma de aperfeiçoamento para se aproximar desses padrões. A interação com conteúdo que mostram transformações estéticas e comparações como “imagens de antes e depois” tem sido fortemente associada ao desejo por modificações estéticas entre mulheres mais jovens <sup>[6]</sup>. Ademais, as mídias sociais se transformaram em um meio poderoso de divulgação para esses fins estéticos, tendo influência direta no processo de tomada de decisão de pacientes <sup>[6]</sup>.

Contudo, quando impulsionada por pressões externas e padrões considerados irrealistas, a busca pela aparência pode desencadear um ciclo contínuo de insatisfação corporal, tendo impacto negativo na saúde mental e promovendo transtornos psicológicos como ansiedade, depressão e distorções da imagem corporal <sup>[7,8]</sup>. É inegociável que os procedimentos estéticos tragam benefícios quando utilizados de forma consciente, a sua relação com os padrões estéticos idealizados levanta preocupações quanto aos seus efeitos psicológicos.

Mesmo com o alto número de estudos referente a imagem corporal e sua relação com as plataformas digitais, ainda há lacunas no entendimento dos impactos que essas influências têm na saúde mental e da motivação que levam essas mulheres a buscarem por procedimentos estéticos. Com isso, este estudo

teve como principal objetivo avaliar os impactos das referências estéticas e dos procedimentos estéticos sobre a saúde mental e a percepção corporal de mulheres adultas.

## MATERIAL E MÉTODO

Este trabalho foi desenvolvido por meio de uma revisão narrativa. As pesquisas pelos artigos foram realizadas na base de dados científica PubMed. Inicialmente, foram utilizadas as palavras-chave “beauty ideals”, “body dissatisfaction” e “social media”, em inglês. Como critério de inclusão, foram considerados preferencialmente artigos publicados nos últimos cinco anos (2020 a 2025), disponíveis na plataforma, nos idiomas português e inglês, que estivessem relacionados ao tema do trabalho. Os estudos escolhidos foram planejados e submetidos a um processo de triagem que envolveu a análise de títulos, resumos e a leitura dos artigos. Foram excluídos todos os artigos que não apresentavam coerência aos objetivos deste trabalho ou que não abordavam diretamente os impactos psicológicos e comportamentais associados aos padrões estéticos impostos nas redes sociais. Através das buscas foram analisados 50 artigos que após a aplicação dos critérios de exclusão, foram selecionados 32 pela leitura dos resumos e por meio da leitura completa dos artigos foram selecionados 18 artigos para compor a revisão.

## REVISÃO DA LITERATURA

Nos últimos tempos, houve um aumento significativo na busca por procedimentos estéticos, por mulheres de todas as idades, por sinalizar maior qualidade e competência no relacionamento de uma perspectiva social e psicológica. Ser bonito está associado a maior autoestima, maior bem-estar e à percepção de inteligência e sucesso na vida profissional e pessoal <sup>[9]</sup>. Ainda, associa-se a beleza a aspectos como saúde, juventude, sucesso e aceitação social, influenciando diretamente a autoestima e o bem-estar das mulheres. Além disso, a melhoria na qualidade de vida e a ampla divulgação de procedimentos estéticos nas mídias sociais contribuíram para o aumento da procura por tratamentos estéticos faciais voltados ao realce da beleza natural e rejuvenescimento. Algumas características são frequentemente associadas à atratividade, sendo reconhecidas em diferentes culturas do mundo, como olhos, lábios e bochechas, considerados elementos centrais para definição da beleza facial feminina <sup>[2,9]</sup>. Neste sentido, entender como as redes sociais influenciam nos padrões

de beleza e a busca por procedimentos estéticos é de grande valor para compreender também o impacto das mesmas em possíveis transtornos associados a essa busca por padrões.

Através das buscas foram analisados 50 artigos que após a aplicação dos critérios de exclusão, foram selecionados 32 pela

leitura dos resumos e por meio da leitura completa dos artigos foram selecionados 18 artigos para compor a revisão (Tabela 01). Dos estudos analisados, 23,8% avaliaram aspectos relacionados à beleza facial, 52,4% abordaram aspectos da beleza corporal e 23,8% abordaram aspectos faciais e corporais juntos (Tabela 01).

**Tabela 01** - Relação entre redes sociais, padrões de beleza e impactos na saúde mental

| REDE SOCIAL                                      | PADRÃO ESTÉTICO | RESULTADOS OBSERVADOS                                                                                                                                                            | METODOLOGIA                                                     | IMPACTOS                                                                                 | REFERÊNCIA |
|--------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| -                                                | Facial          | No Oriente Médio, a beleza feminina é associada a traços faciais específicos, com influência significativa das redes sociais nos padrões de beleza.                              | Estudo de consenso                                              | Os padrões de beleza diminuem autoestima e promovem a busca por procedimentos estéticos. | [11]       |
| -                                                | Facial          | Lábios volumosos foram considerados menos atraentes, enquanto os naturais e proporcionais apresentaram maior aprovação, demonstrando preferência pela harmonia facial.           | Estudo observacional, transversal e descritivo.                 | Mesmo com a influência de redes sociais, a face harmônica se mostrou preferencial.       | [12]       |
| Instagram                                        | Facial          | No Instagram, imagens de “antes e depois” mostram aumento no padrão estético em direção a lábios mais volumosos e preenchidos.                                                   | Estudo de delineamento intra-sujeitos                           | Incentivo à valorização de lábios mais volumosos nas redes sociais.                      | [20]       |
| Instagram e Tik Tok                              | Facial          | Mídias sociais como Instagram e TikTok influenciaram a intenção de realizar cirurgia estética, por meio de influenciadores e marketing.                                          | Estudo quantitativo transversal                                 | No Kuwait as cirurgias plásticas são influenciadas por mídias sociais                    | [17]       |
| -                                                | Facial          | Procedimentos estéticos faciais aumentaram significativamente a percepção de atratividade.                                                                                       | Estudo de investigação transversal                              | Busca por procedimentos estéticos voltados à aparência atraente.                         | [13]       |
| Tik Tok                                          | Corporal        | Entre jovens, principalmente mulheres, houve aumento da influência de sites e mídias sociais que associam magreza à beleza, além da ampla exposição a conteúdos pró-ana.         | Estudo experimental, randomizado, de delineamento entre grupos. | Aumento da insatisfação corporal.                                                        | [7]        |
| Instagram, Tik Tok e Snapchat                    | Corporal        | Entre 2.500 adolescentes de 11 a 16 anos, 11% apresentam insatisfação corporal relacionada ao uso de redes sociais focadas na aparência.                                         | Estudo longitudinal de três ondas                               | Comparação prejudicial com corpos magros e musculosos.                                   | [16]       |
| WhatsApp, Facebook, Youtube, Instagram e Tik Tok | Corporal        | Entre estudantes egípcios, de 6,3% a 6,7% apresentaram sintomas de transtorno dismórfico corporal associados ao uso expressivo de redes sociais e à preocupação com a aparência. | Estudo transversal                                              | Transtornos dismórficos corporais.                                                       | [18]       |

|                                |          |                                                                                                                                                                                                            |                                                |                                                                |      |
|--------------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------|
| -                              | Corporal | A exposição a corpos idealizados aumenta a insatisfação corporal, principalmente entre mulheres, que apresentam maior desejo por magreza e maior preocupação com a própria aparência.                      | Estudo de delineamento experimental 2 × 2      | Idealização por corpos magros.                                 | [23] |
| -                              | Corporal | Em universitárias, a exposição a modelos magros aumentou a insatisfação corporal em participantes insatisfeitos com o próprio corpo, enquanto modelos de tamanho médio não apresentaram impacto relevante. | Estudo observacional transversal               | Aumento da insatisfação corporal.                              | [8]  |
| Instagram, Tik Tok e Snapchat  | Corporal | Em estudantes italianas, a comparação com celebridades aumenta a insatisfação corporal e induz procedimentos estéticos.                                                                                    | Estudo observacional transversal               | Aumento da insatisfação corporal.                              | [6]  |
| -                              | Corporal | Em mulheres negras nos EUA, a assimilação de padrões eurocêtricos de beleza está associada a um pior bem-estar sexual, maior atenção e preocupação corporal.                                               | Estudo observacional transversal               | Os padrões eurocêtricos impactam no bem-estar sexual.          | [22] |
| Instagram e Facebook           | Corporal | Em mulheres da Caxemira, padrões de beleza influenciados pela mídia e cultura impactam negativamente a autoestima, induzindo a insatisfação corporal.                                                      | Estudo fenomenológico                          | Aumento da insatisfação corporal e transtornos alimentares.    | [19] |
| Programas de TV                | Corporal | Em mulheres afro-americanas, padrões de beleza relacionados ao cabelo, tom de pele e corpo impactaram a identidade, autoestima e percepção corporal.                                                       | Estudo qualitativo, descritivo e exploratório. | Aumento da insatisfação corporal.                              | [15] |
| Instagram, Facebook e Snapchat | Ambos    | Na Jordânia, indivíduos que realizaram procedimentos estéticos apresentaram maior exposição às redes sociais.                                                                                              | Estudo comparativo de caso-controle            | Maior tendência a realizar procedimentos estéticos.            | [21] |
| Youtube, Instagram e Tik Tok   | Ambos    | Algoritmos de redes sociais aumentam a exposição a padrões de beleza e influenciam o interesse em procedimentos estéticos.                                                                                 | Estudo de revisão narrativa                    | As redes sociais estimulam desejo nos procedimentos estéticos. | [9]  |
| Instagram e Tik Tok            | Ambos    | Na Arábia Saudita, a busca por cirurgias plásticas é motivada principalmente pela melhora da autoimagem, aceitação social, tendências de beleza e influência das redes sociais e celebridades.             | Estudo de questionário transversal             | Aumento da busca por cirurgias plásticas.                      | [14] |

|                               |       |                                                                                                  |                                  |                                                                       |     |
|-------------------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----|
| Instagram, Snapchat e Tik Tok | Ambos | Estudos mostram que a influência das mídias sociais na decisão por cirurgias plásticas acontece. | Estudo de pesquisa bibliográfica | Aumento de cirurgias plásticas, principalmente entre mulheres jovens. | [5] |
|-------------------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----|

**Nota:** (-) não foi abordado no trabalho

### Padrões de Beleza e Impacto em Procedimentos Faciais

Com base nos estudos da tabela 1, foi observado que 9 entre os 18 (50%) artigos são focados exclusivamente na área facial ou corporal e facial juntos, os estudos analisados de modo geral demonstraram um crescimento considerado relevante na procura por procedimentos estéticos faciais, principalmente na procura por harmonização, rejuvenescimento e melhora da aparência facial. Em diferentes populações do mundo, foi possível observar a valorização de características consideradas harmoniosas, como rosto bem definido, nariz proporcional e lábios volumosos<sup>[11]</sup>. Além disso, observamos que a percepção de beleza facial sofre influência de fatores como culturas e etnias.

O desejo por procedimentos que direcionam a harmonização facial também foi observado em estudos relacionados à estética labial. O preenchimento labial tornou-se um dos procedimentos minimamente invasivos mais desejados atualmente<sup>[10]</sup>. As avaliações faciais demonstraram que lábios com excesso de preenchimento apresentaram baixa aceitação estética, com aprovação de aproximadamente 20–25%, enquanto lábios mais naturais e proporcionais foram considerados mais atrativos pelo público. Os dados evidenciam que características associadas à simetria, equilíbrio e harmonia facial continuam sendo as principais referências de beleza, mesmo com a crescente popularização de padrões estéticos exagerados<sup>[12]</sup>.

Estudos realizados com 393 avaliadores, que analisaram fotografias de mulheres após procedimentos estéticos faciais apresentaram aumento significativo nos índices de atratividade (3,53 → 3,87). Também foi percebido melhora na percepção de inteligência (4,07 → 4,19), simpatia (4,44 → 4,57), confiabilidade (4,38 → 4,50) e sociabilidade (4,08 → 4,20). Porém, as fotografias de mulheres sem procedimentos não apresentaram aumento nos índices<sup>[13]</sup>. Esses resultados nos mostram como os procedimentos estéticos possuem poder de influenciar a forma como as mulheres são percebidas socialmente, reforçando padrões de beleza e aumentando o padrão estético imposto pela sociedade e pelas redes sociais.

Já em outro estudo realizado com 3.238 participantes na Arábia Saudita, 41% dos participantes relataram já ter realizado cirurgia plástica, evidenciando elevada aceitação aos procedimentos estéticos. Entre os principais motivos relatados estavam a melhora da autoimagem (47,3%), aceitação social (37,2%) e acompanhamento das tendências de beleza (37,1%). Além disso, 34,7% dos participantes afirmaram influência de celebridades e influenciadores digitais na decisão pelos procedimentos, enquanto 36,5% relataram influência de amigos.

Entre os procedimentos faciais mais realizados destacaram-se a rinoplastia (1,3%), o aumento labial (1,3%), aplicações de toxina botulínica e preenchedores dérmicos (1,5%)<sup>[14]</sup>. Esses dados demonstram como a influência social contribui para a normalização dos procedimentos estéticos, fortalecendo padrões de beleza idealizados e incentivando a busca por procedimentos estéticos e cirurgias.

### Padrões de Beleza e Procedimentos Corporais

Para uma grande proporção das mulheres na sociedade ocidental, a aparência física é fundamental para a identidade e é percebida como tendo grande influência no sucesso profissional e social. A importância atribuída ao corpo é reforçada por ideais culturais de beleza cada vez mais exigentes. Esses ideais variam de acordo com o gênero, favorecendo a musculatura nos homens e a magreza nas mulheres<sup>[8]</sup>.

O uso do Instagram para atividades como, visualizar imagens focadas em ideais corporais e participar de conversas relacionadas à aparência física pode ser particularmente prejudicial para a imagem corporal. Envolver-se em atividades baseadas na aparência está associado a preocupações com a imagem corporal e maior auto objetificação entre jovens mulheres<sup>[6]</sup>. A literatura científica também evidencia uma associação positiva entre insatisfação corporal e maior aceitação da cirurgia estética entre mulheres, indicando que esses procedimentos podem ser percebidos como estratégias para obtenção de benefícios intrapsíquicos, como a melhora da autoestima, além de recompensas sociais relacionadas à maior atratividade física e aceitação social<sup>[6]</sup>.

No estudo conduzido na Arábia Saudita, além das questões faciais comentadas anteriormente, entre os procedimentos mais prevalentes, destacou-se o aumento mamário (31,2%), seguido por rinoplastia, lipoaspiração e injeções estéticas, a fim de uma melhora na autoimagem e aceitação social, sendo fortemente influenciados por celebridades, redes sociais, e amigos<sup>[14]</sup>.

O tom de pele é outro aspecto da beleza e da imagem corporal que apresentam implicações significativas para mulheres afro-americanas. Relacionado ao racismo, o colorismo é um sistema no qual indivíduos negros de pele mais clara são percebidos de forma mais favorável em comparação aos de pele mais escura. Além da cor da pele, outros fatores relacionados à imagem corporal incluem cabelo, traços faciais e tipo corporal<sup>[15]</sup>.

Uma pesquisa destaca também a insatisfação corporal como um preditor significativo do desenvolvimento de transtornos alimentares, além de apontarem sua associação com baixa

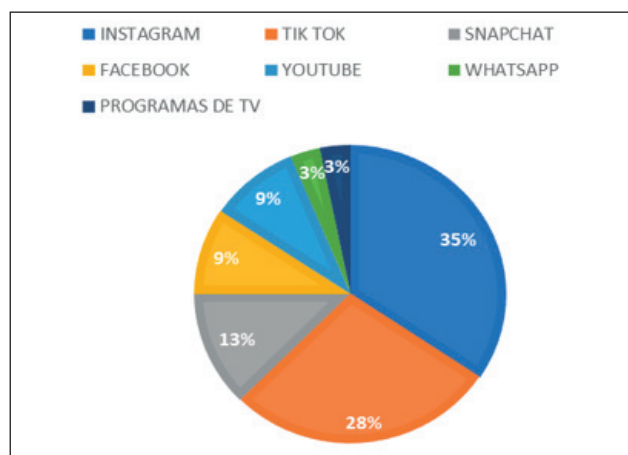
autoestima geral. No entanto, observa-se que a prevalência da insatisfação corporal entre mulheres é significativamente maior do que entre homens <sup>[8]</sup>. Em um estudo realizado com mulheres afro-americanas sobre padrões de beleza e imagem corporal, foram identificados quatro domínios principais: cabelo, colorismo, tipo corporal e influências sociais. Entre eles, o cabelo foi o aspecto mais relevante, sendo mencionado 133 vezes nos grupos focais, demonstrando forte relação com autoestima e autoconfiança das participantes. Além disso, o tom de pele e o colorismo foram mencionados 50 vezes, evidenciando que a valorização de peles mais claras ainda impacta significativamente a percepção de beleza e identidade de mulheres negras <sup>[15]</sup>.

Dessa forma, observa-se que a construção da imagem corporal de mulheres negras é influenciada por um histórico de desvalorização estética associado a padrões eurocêtricos de beleza. Esse processo, reforçado por diferentes instituições sociais, contribui para a internalização desses padrões, com impactos diretos na autoestima e na percepção de si. Assim, compreende-se que a imagem corporal não se constitui apenas como uma experiência individual, mas como um fenômeno socialmente construído, atravessado por determinantes raciais, culturais e históricos <sup>[16]</sup>.

#### Influência das Redes Sociais nos Padrões Estéticos

Diversos artigos citaram o uso de redes sociais como um fator importante na construção dos padrões de beleza e no aumento da procura por procedimentos estéticos e cirurgias plásticas. Entre os 18 artigos analisados (Tabela 1) 12 artigos (66,7%) demonstraram associação entre o uso frequente das redes sociais e o aumento da insatisfação corporal ou declínio da percepção da própria imagem corporal, sendo que a rede social mais citada nesses artigos foi o Instagram, seguido do Tik Tok e Snapchat (Figura 01).

**Figura 01** - Plataformas digitais mais utilizadas nos estudos analisados.



Em uma pesquisa realizada com 2.500 adolescentes entre 11 e 16 anos, cerca de 11% demonstraram insatisfação corporal devido a exposição a conteúdos voltados à aparência e à comparação social vinculada ao uso de redes sociais como Instagram, Tik Tok e Snapchat <sup>[16]</sup>. Em um estudo realizado

por Rodgers, em 2008, obteve resultados parecidos, em que estudantes em uma universidade da Itália, frequentemente se comparavam com celebridades e influencers no Instagram contribuiu significativamente para o aumento da insatisfação corporal e maior aceitação de cirurgias plásticas e procedimentos estéticos, evidenciando cerca de 57% da insatisfação corporal observada no estudo <sup>[8]</sup>.

As redes sociais também foram um forte indicativo de uma crescente busca por procedimentos estéticos faciais e corporais em vários locais do mundo. Uma pesquisa realizada no Kuwait mostrou que plataformas digitais como Instagram e TikTok influenciaram diretamente os usuários na intenção de realização de cirurgias estéticas por meio de influenciadores digitais, posts de marketing e conteúdos positivos relacionados aos procedimentos estéticos <sup>[17]</sup>. Outro ponto importante a ser observado foram os algoritmos das plataformas digitais na repetição de padrões estéticos. Estudos demonstraram que as plataformas Instagram, TikTok e YouTube tendem a mostrar imagens mais atraentes, aumentando a exposição dos usuários a padrões faciais e corporais considerados ideais e contribuindo para um maior interesse e buscas por procedimentos estéticos <sup>[8]</sup>. Além disso, a exposição contínua a esses conteúdos induz a comparação social e pode influenciar negativamente a percepção da autoimagem e da satisfação corporal dessas pessoas.

Além da grande influência em cima dos procedimentos estéticos, alguns estudos também demonstraram o vínculo entre o uso diário e intenso das redes sociais e alterações psicológicas vinculadas à autoimagem. Em estudantes egípcios foram observados sintomas de transtorno dismórfico corporal em aproximadamente 6,3% a 6,7% dos participantes, estando diretamente ligado ao uso frequente de redes sociais como WhatsApp, Facebook, Instagram, YouTube e TikTok e preocupações excessivas com a aparência facial e corporal <sup>[18]</sup>.

#### Impactos das Redes Sociais e Aspectos Estéticos na Autoestima e Saúde Mental

Os principais impactos identificados foram a busca por procedimentos estéticos e cirurgias (7), além da insatisfação e alteração da imagem corporal (7). Também foram observados transtornos psicológicos e alimentares (4), evidenciando que a exposição constante a padrões de beleza idealizados expostos pelas redes sociais pode influenciar negativamente a autoestima, a percepção corporal e a saúde mental dos indivíduos.

Restrições alimentares e comportamentos ortoréxicos são alguns dos impactos observados na sociedade contemporânea, frequentemente interpretados como sinais de moralidade, autocontrole e preocupação com saúde e bem-estar <sup>[7]</sup>. À medida que a aparência se torna um foco para os adolescentes a partir do que se propaga como atraente, são os ideais de aparência impostos pelas redes sociais que acabam moldando suas réguas de atratividade e imagem corporal <sup>[16]</sup>. A exposição e o consumo diário a esse tipo de imagem idealizada levam a um aumento consideravelmente importante na comparação social



e a insatisfação com a imagem corporal. Sendo assim, esses aspectos estão altamente associados ao estresse psicológico, como o transtorno dismórfico corporal com prevalência mundial de 1,7 a 2,4%, e anorexia <sup>[18]</sup>.

Um estudo realizado com 85 pacientes, em sua maioria mulheres jovens, com transtorno alimentar, foi notório o aumento da conscientização e consumos em sites online que enfatizam a magreza como beleza ideal entre 2017 e 2020, 60% dos participantes relataram o conhecimento sobre os sites e 22% admitiram visitá-los <sup>[7]</sup>. De acordo com Bint-E-Khalil <sup>[19]</sup> o uso das redes sociais impacta fortemente nos transtornos alimentares, depressão e comorbidades do transtorno dismórfico corporal. Pessoas que sofrem com algum desses transtornos buscam constantemente cirurgias estéticas devido a fixação em falhas de imagem percebidas causadas pelo consumo excessivo de redes sociais. Além disso, os autores relatam que 42% dos cirurgiões pesquisados descrevem que muitas pessoas, fortemente mulheres, estão se submetendo a cirurgias estéticas a fim de melhorar suas postagens nas redes sociais e selfies.

Em 2019, a Sociedade Americana de Cirurgia Dermatológica relatou um aumento em procedimentos injetáveis, sendo eles preenchimentos 78% e toxina botulínica 60%, já em procedimentos baseados em luz/laser/energia aumentaram 106%, desde 2012. Também foi evidenciado um aumento drástico na busca de escultura corporal, que evidenciou mais de 500% desde 2011, nesse contexto, a maior exposição da própria imagem em plataformas digitais tem sido apontada como um dos principais motivadores para a busca por intervenções estéticas, refletindo a crescente preocupação com a aparência e a autoimagem <sup>[9]</sup>.

Teorias socioculturais sobre imagem corporal sustentam que as mídias tiveram grande impacto em como os indivíduos veem os padrões de beleza, de forma que as redes sociais e aplicativos baseados em fotos estão impondo uma nova realidade para a beleza atual. As redes sociais como Instagram, Facebook e Tik Tok permitem que o usuário altere sua aparência e se ajuste a um padrão de beleza muitas vezes irrealista e inalcançável, facilitando as pessoas apresentarem sua “melhor” versão, mesmo que aprimorada digitalmente. Por fim, pode-se argumentar que as redes sociais baseadas em fotos, como o Instagram, estão fazendo com que as pessoas percam o contato com a realidade, esperando parecer perfeitamente arranjados e filtrados da vida real. Escolher alterar a própria aparência significa reconhecer uma imperfeição pessoal, e esse comportamento acaba levando à busca por procedimentos estéticos <sup>[6]</sup>.

## CONCLUSÃO

Concluímos com este estudo que, as redes sociais possuem influência na construção e disseminação de padrões estéticos considerados idealizados, impactando na percepção corporal e saúde mental, principalmente em mulheres. A exposição a conteúdos com relação a aparência física desencadeia comparações constantes com imagens irreais e inalcançáveis de corpos modificados, contribuindo para a baixa autoestima,

insatisfação corporal e desenvolvimento de transtornos psicológicos e alimentares

Além disso, também observamos um alto crescimento na busca por procedimentos estéticos e cirurgias plásticas faciais e corporais, sendo motivadas não apenas pela melhora estética, mas pela necessidade de aceitação social e adequação aos padrões impostos pela sociedade e mídias digitais. Embora os procedimentos estéticos possam proporcionar benefícios relacionados à autoestima e bem-estar quando realizados de forma consciente, sua associação à pressão estética e à validação social levanta preocupações importantes sobre os impactos psicológicos desenvolvidos.

Dessa forma, se torna necessário uma maior conscientização e cuidado sobre os efeitos das redes sociais na autoimagem e saúde mental, além de discussões que incentivem uma percepção corporal mais saudável e realista, reduzindo os impactos negativos causados pelos padrões de beleza idealizados pelas mídias digitais.

## REFERÊNCIAS

- [1] Sarda E, El-Jor C, Shankland R, Hallez Q, Patiram D, Nguyen C, Duflos N, Durand Y, Del Pozo G, Ezan P, Dechelotte P, Rodgers R, Flaudias V. Social media use and roles of self-objectification, self-compassion and body image concerns: a systematic review. *J EatDisord.* 2025;13:192. doi:10.1186/s40337-025-01353-4.
- [2] Dimitrov D, Kroumpouzou G. Beauty perception: a historical and contemporary review. *Clin Dermatol.* 2023 Jan-Feb;41(1):33-40. doi: 10.1016/j.clindermatol.2023.02.006. PMID:36878443
- [3] Bint-E-Khalil S, Ali I. Negotiating beauty in Pakistan: a qualitative exploration of bodyimage, nutrition, and cultural ideals among young women in Azad Jammu & Kashmir. *Dialogues Health.* 2025;7:100225. doi:10.1016/j.dialog.2025.100225.
- [4] Karazsia BT, van Dulmen MHM, Wong K, Crowther JH. Thinking meta-theoretically about the role of internalization in the development of body dissatisfaction and body change behaviors. *Body Image.* 2013 Sep;10(4):433-441. doi:10.1016/j.bodyim.2013.06.005. PMID: 23871195.
- [5] Timraz JH, Samman RR, Hashim SN, Khan S, Alhomieed MF, Al Hartany LO, et al. The dual impact of social media: evolving beauty perceptions and cosmetic procedure practices among patients and providers. *J Med Life.* 2024;17(12):1036-1041. doi:10.25122/jml-2024-0390.
- [6] Di Gesto C, Nerini A, Policardo GR, Matera C. Predictors of acceptance of cosmetic surgery: Instagram images-based activities, appearance comparison and body dissatisfaction among women. *Aesthetic Plast Surg.* 2022;46(1):502-512. doi:10.1007/s00266-021-02546-3.
- [7] Blackburn MR, Hogg RC. #ForYou? The impact of pro-ana TikTok content on body image dissatisfaction and internalisation of societal beauty standards. *PLoS One.* 2024;19(8):e0307597. doi:10.1371/journal.pone.0307597.

- [8] Rodgers R, Chabrol H. The impact of exposure to images of ideally thin models on body dissatisfaction in young French and Italian women. *Encephale*. 2009;35(3):262-268. doi:10.1016/j.encep.2008.05.003
- [9] Huang A, Fabi S. Algorithmic Beauty: The New Beauty Standard. *J Drugs Dermatol*. 2024 Sep 1;23(9):742-746. doi:10.36849/JDD.8074. PMID: 39231079.
- [10] Stojanovič L, Majdič N. Effectiveness and safety of hyaluronic acid fillers used to enhance overall lip fullness: A systematic review of clinical studies. *J Cosmet Dermatol*. 2019;18(2):436-443. doi:10.1111/jocd.12861. PMID: 30636365.
- [11] Kashmar M, Alsufyani MA, Ghalamkarpour F, Chalouhi M, Alomer G, Ghannam S, et al. Consensus opinions on facial beauty and implications for aesthetic treatment in Middle Eastern women. *Plast Reconstr Surg Glob Open*. 2019;7(4):e2220. doi:10.1097/GOX.0000000000002220. PMID: 31321192.
- [12] Atiyeh BS, Beaineh PT, Hakim CRA, Makkawi KW, Habr NT, Zeineddine JH, et al. Lip augmentation with soft tissue fillers: social media, perceptual adaptation, and shifting beauty trends beyond golden standard ideals. *Plast Reconstr Surg Glob Open*. 2024;12(10):e6238. doi:10.1097/GOX.0000000000006238. PMID: 39474060.
- [13] van den Elzen HE, Barends AJ, van Vugt M, Biesman BS, Alfertshofer M, Cotofana S, et al. Facial aesthetic minimally invasive procedure: more than just vanity, a social-psychological approach. *J Cosmet Dermatol*. 2023;22(7):2063-2070. doi:10.1111/jocd.15678. PMID: 36852750.
- [14] Arkoubi A, Aldaghri F, Daghestani WA, Hafiz TA, Alanazi GB, Almughira AI, et al. Prevalence and determinants of plastic surgery among adults in Saudi Arabia. *Cureus*. 2024;16(1):e52036. doi:10.7759/cureus.52036. PMID: 38347975.
- [15] Awad GH, Norwood C, Taylor DS, Martinez M, McClain S, Jones B, et al. Beauty and body image concerns among African American college women. *J Black Psychol*. 2015;41(6):540-564. doi:10.1177/0095798414550864.
- [16] Kvardova N, Machackova H, Maes C, Vandenbosch L. Navigating beauty standards on social media: impact of appearance activity on adolescents' body dissatisfaction. *J Youth Adolesc*. 2025;54(8):1999-2018. doi:10.1007/s10964-025-02159-y. PMID: 40140216.
- [17] Alduosari M, Albuloshi T, Alsaber A, Al Saeed F, Alkandari A, Anbar A, et al. Influence of social media on cosmetic facial surgeries among individuals in Kuwait: employing the theory of planned behavior. *Front Digit Health*. 2025;7:1546128. doi:10.3389/fdgth.2025.1546128. PMID: 40343214.
- [18] Abdelaziz MN, Moustafa ARA, Azzam H, Bshar AM, Ismail IS, Elhadidy OY. Association between beauty standards shaped by social media and body dysmorphia among Egyptian medical students. *Sci Rep*. 2025;15(1):12976. doi:10.1038/s41598-025-95617-3. PMID: 40234498.
- [19] Bint-E-Khalil S, Ali I. Negotiating beauty in Pakistan: a qualitative exploration of body image, nutrition, and cultural ideals among young women in Azad Jammu & Kashmir. *Dialogues Health*. 2025;7:100225. doi:10.1016/j.dialog.2025.100225. PMID: 40688795.
- [20] Harris S, Castellari F, Orlovska M, Othoro D, Bran G. Instagram vs reality: assessment of the representation of lip aesthetic subtypes on social media using the Lip Classification of Tubercles System. *Aesthet Surg J Open Forum*. 2025;7:ojaf010. doi:10.1093/asjof/ojaf010. PMID: 40162302.
- [21] Seetan K, Yassin RY, Khamees A, Alzaqah M, Muhanna SIJ, Ananzeh G, et al. The effect of social media on the decision to have aesthetics or cosmetic procedure: a case-control study. *Aesthetic Plast Surg*. 2025;49(5):1469-1477. doi:10.1007/s00266-024-04470-8. PMID: 39466424.
- [22] Avery LR, Stanton AG, Ward LM, Cole ER, Trinh SL, Jerald MC. "Pretty hurts": acceptance of hegemonic feminine beauty ideals and reduced sexual well-being among Black women. *Body Image*. 2021;38:181-190. doi:10.1016/j.bodyim.2021.04.004. PMID: 33933996.
- [23] Prnjak K, Pemberton S, Helms E, Phillips JG. Reactions to ideal body shapes. *J Gen Psychol*. 2020;147(4):361-380. doi:10.1080/00221309.2019.1676190. PMID: 31608821.