

Redes sociais e insatisfação com a imagem corporal em estudantes da área da saúde

Bianca Soares dos Santos¹  Nathália Dalla Vecchia Fernandes¹  Deborah Cristina Landi Masquio¹ 

¹Centro Universitário São Camilo - CUSC. São Paulo/SP, Brasil.
E-mail: deborah.masquio@prof.saocamilo-sp.br

Resumo

A insatisfação com a imagem corporal é um importante fator relacionado à transtornos alimentares. Nota-se que as redes sociais divulgam continuamente o corpo magro e musculoso, o que contribuiu para a internalização do corpo ideal. Entretanto, precisa ser melhor esclarecida a influência das redes sociais sobre a insatisfação com a imagem corporal em universitários da saúde. O objetivo deste estudo foi investigar a relação entre a insatisfação com a imagem corporal e o uso de redes sociais em estudantes de graduação da área da saúde. Realizou-se pesquisa transversal, com coleta de dados online pela plataforma *Google Forms*[®]. A amostra foi composta por 203 estudantes da área da saúde, na faixa etária entre 18 e 40 anos. Aplicou-se o questionário *Body Shape Questionnaire* (BSQ) para avaliar a insatisfação com a imagem corporal. A influência das redes sociais sobre estilo de vida e foi investigada pelo escore gerado pela somatória de seis questões, com respostas em escala *Likert*. Foram coletadas informações socioeconômicas, peso e altura autoreferidos. A análise estatística foi realizada pelo software JAMOVI, considerando-se o nível de significância $p \leq 0,05$. O escore de insatisfação com a imagem corporal foi significativamente superior nas mulheres, de maneira que se verificou que 65,4% delas apresentam algum grau de insatisfação. O IMC, número de redes sociais acessadas e o escore total de influência da mídia associaram-se positivamente à insatisfação com a imagem corporal. Conclui-se que a insatisfação com a imagem corporal se associou ao IMC, número de redes sociais e escore de influência das redes sociais, sendo observado principalmente em mulheres.

Palavras-chave: Imagem corporal. Aparência corporal. Rede social.

INTRODUÇÃO

A imagem corporal pode ser compreendida como a representação cognitiva que temos em nossa mente a respeito do tamanho, da estrutura e da forma do nosso corpo, e os sentimentos a respeito dessas características e de suas partes constituintes¹. A insatisfação com a imagem corporal tem se tornado cada vez mais comum na sociedade contemporânea, especialmente em virtude da influência das redes sociais, que valorizam o ideal de corpo magro associado ao sucesso e a felicidade².

Diversos fatores associam-se à insatisfação com a imagem corporal em adolescentes e adul-

tos jovens, como excesso de peso, depressão, exposição às mídias sociais e uso excessivo de *smarthphone*²⁻⁴. A insatisfação com a imagem corporal pode gerar comportamentos disfuncionais e não saudáveis direcionados para busca do corpo considerado “perfeito”, por meio do controle de peso e de medidas corporais, adesão à comportamento alimentar inadequado, prática de exercício físico excessiva e restrição de atividades sociais. Em longo prazo, pode contribuir para o desenvolvimento de transtornos alimentares e do humor, como depressão, ansiedade, compulsão alimentar e redução na autoestima⁵⁻⁶.

Na sociedade atual, com o advento da era digital, as redes sociais tornaram-se uma importante ferramenta na rotina dos indivíduos, permitindo uma conexão rápida e instantânea com o mundo e com outras pessoas. Com a disseminação massiva de imagens corporais idealizadas e padronizadas, as redes sociais podem exercer influências negativas na imagem corporal dos usuários, especialmente entre aqueles que buscam um corpo “perfeito” ou idealizado²⁻³. Nesse sentido, a exposição frequente a imagens corporais irreais, veiculadas nas redes sociais, pode gerar sentimentos de inadequação, insatisfação corporal e até mesmo transtornos alimentares e do humor^{2,5-7}.

Os estudantes de graduação da área da saúde são considerados público-alvo de grande interesse pelos estudos científicos que avaliam imagem corporal, uma vez que por aspirarem a uma carreira cujo foco é o bem-estar e o cuidado com o outro, podem se sentir exigidos sobre sua aparência. Desta forma, podem ser mais propensos à insatisfação com a imagem corporal. Além disso, as modificações biológicas e psicossociais relacionadas ao final da adolescência e início

da vida adulta, somam-se às demandas da vida universitária, em paralelo ao intenso aumento de acesso às redes sociais na atualidade, tornando esses indivíduos mais vulneráveis à percepção distorcida da sua imagem corporal⁸⁻¹¹.

Apesar da crescente preocupação com a insatisfação da imagem corporal e seus fatores determinantes em jovens e estudantes universitários¹¹⁻¹⁵, ainda são poucos os estudos nacionais que investigaram a relação das redes sociais em indivíduos da área da saúde no Brasil¹⁶⁻¹⁸. A compreensão da relação entre insatisfação com a imagem corporal e uso de redes sociais neste público pode contribuir para gerar subsídios a possíveis intervenções em indivíduos vulneráveis a influência das redes sociais sobre a imagem corporal, além de contribuir para a literatura científica brasileira sobre o tema. Neste estudo, hipotetiza-se que as redes sociais possam interferir sobre os sintomas de insatisfação com a imagem corporal em estudantes de graduação da área da saúde. Assim, este estudo teve como objetivo investigar qual a relação entre a insatisfação com a imagem corporal e o uso de redes sociais em estudantes de graduação da área da saúde.

MÉTODOS

Realizou-se uma pesquisa descritiva-correlacional. Os critérios de inclusão desta pesquisa foram: indivíduos que apresentavam faixa etária de 18 anos até 40 anos de idade e que estivessem cursando o ensino superior na área da saúde. Não foram incluídos voluntários com idade inferior a 18 anos por se tratar de adolescentes, e acima de 40 anos, por não serem o foco do presente estudo. Foram excluídos da amostra aqueles que preencheram o questionário de forma incompleta. Ao total foram coletadas 207 respostas, entretanto 4 foram excluídas pelos motivos mencionados acima. Assim, a amostra desse estudo foi composta por 203 participantes.

A divulgação da pesquisa foi realizada pela internet, através das redes e mídias sociais (Instagram®, Facebook® e E-mail) e também presen-

cialmente no Centro Universitário São Camilo. A coleta de dados ocorreu entre os meses de julho a outubro de 2019, por meio da plataforma online *Google Forms*®. Um questionário autoral foi aplicado para identificação dos dados pessoais, como idade, curso de graduação matriculado, instituição de ensino superior em que estuda (pública ou privada), semestre de graduação, peso, estatura, presença de doenças e uso de medicamentos.

As características descritivas da amostra estão apresentadas na Tabela 1. Foi possível observar, que 85,7% dos participantes foi constituída por mulheres e 14,3% por homens. A renda familiar mais frequente observada foi entre 4 e 10 salários-mínimos (39,4%). A maioria da amostra, cerca de 93,1%, frequentavam institui-

ções de ensino privadas. Do total de entrevistados, 39,4% eram graduandos do curso de nutrição, e 60,4% faziam parte de outros cursos na área da saúde (enfermagem, psicologia, biomedicina, medicina, fisioterapia e farmácia), sendo que a maioria estava cursando o segundo e o sexto semestre de seu curso, cerca de 20,2% e

17,7% respectivamente.

No que tange a presença de doenças, verificou-se que 7,4% referiram depressão, 4,9% ansiedade, 3% transtorno alimentar, 1,5% bipolaridade e 0,5% síndrome do pânico. Cerca de 47,8% dos entrevistados mencionaram fazer uso de algum tipo de medicamento psicotrópico.

Tabela 1 - Características sócio-demográficas e de saúde em estudantes de graduação da área da saúde. São Paulo-SP, 2019.

	n	%
Sexo		
Feminino	174	85,7
Masculino	29	14,3
Renda Familiar		
Até 2 salários mínimos	9	4,4
De 2 e 4 salários mínimos	33	16,3
De 4 e 10 salários mínimos	80	39,4
De 10 e 20 salários mínimos	46	22,7
Mais de 20 salários mínimos	35	17,2
Instituição de Ensino		
Particular	189	93,1
Pública	14	6,9
Curso de graduação		
Nutrição	80	39,4
Medicina	44	21,7
Biomedicina	29	14,3
Psicologia	23	11,3
Enfermagem	14	6,9
Fisioterapia	9	4,4
Farmácia	4	2,0
Semestre		
1	5	2,5
2	41	20,2
3	10	4,9
4	31	15,3
5	11	5,4
6	36	17,7
7	23	11,3
8	29	14,3
9	2	1,0
10	14	6,9
Doenças relatadas		
Depressão	15	7,4
Ansiedade	10	4,9

continua...

...continuação tabela 1

	n	%
Transtorno Alimentar	6	3,0
Bipolaridade	3	1,5
Síndrome do Pânico	1	0,5
Uso de Medicamento Psicotrópicos		
Não	106	52,2
Sim	97	47,8

%- dados apresentados em frequência percentual, n- número absoluto.

Aplicou-se o questionário *Body Shape Questionnaire* (BSQ) para investigar a insatisfação com a imagem corporal. Este instrumento foi criado por Cooper et al. (1987)¹⁹, adaptado e validado para a população brasileira por DiPietro e Silveira (2009)²⁰, com consistência interna avaliada por coeficiente de alfa de Cronbach de 0,97. Este questionário é composto por 34 questões, com respostas que pontuam de 1 a 6, sendo: nunca (1); raramente (2); às vezes (3); frequentemente (4); quase sempre (5); e sempre (6). O escore total foi obtido pela somatória de todas as respostas. Considera-se que quanto maior a pontuação, maior o grau de insatisfação com a imagem corporal. O escore de insatisfação com a imagem corporal pode ser categorizado em ausência de insatisfação com a imagem corporal (≤ 110 pontos); Insatisfação leve (≥ 111 a ≤ 138 pontos); Insatisfação moderada (≥ 139 a ≤ 167 pontos) e Insatisfação grave (≥ 168 pontos).

O acesso dos participantes às redes sociais e a sua influência no estilo de vida foi investigado por meio de um questionário previamente elaborado por Lira et al.²¹, uma vez que não existem instrumentos específicos e validados para este tipo de avaliação para este público em específico. Este questionário incluiu questões que investigaram as redes sociais que os voluntários possuíam, bem como a frequência de acesso em cada uma delas (diariamente, semanalmente, mensalmente e não acessa). Para avaliar a influência das redes sociais sobre o estilo de vida, foram consideradas as seis questões que investigavam a

influência sobre a prática de exercício físico; como fonte de informação sobre alimentação e dieta; como fonte de informações sobre corpo saudável; recomendação sobre alimentação; influência sobre as escolhas alimentares diárias; e percepção e relação com o corpo. Cada pergunta apresentou cinco opções de respostas com pontuações que variaram de 0 a 5 pontos (0 =nunca; 1 = raramente; 2 = às vezes; 3= frequentemente; 4 = sempre). Por meio da somatória das respostas destas questões gerou-se um escore total de influência da mídia²¹.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (COEP) do Centro Universitário São Camilo, sob aprovação de número de 3.393.375. Todos os voluntários assinalaram a concordância com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) disponível online para dar sequência à participação na pesquisa.

A análise estatística foi realizada considerando-se o nível de significância de $p \leq 0,05$. A distribuição das variáveis foi verificada pelo teste Kolmogorov-Smirnov, sendo considerada a correção de Lilliefors. Análises descritivas foram detalhadas por meio de média e desvio padrão para variáveis numéricas e por valores absolutos e relativo para os dados categóricos. Aplicou-se teste de qui-quadrado com correção de Fisher quando necessário, regressão linear simples e múltipla para avaliar a associação entre as variáveis. O teste t-student para amostra independente foi aplicado e o teste de Levene para avaliar a igualdade de variâncias das variáveis entre os grupos.

RESULTADOS

A tabela 2 apresenta as características antropométricas, o escore de insatisfação com a imagem corporal e o escore de influência da mídia na amostra total e de acordo com sexo. Por meio do teste t independente, notou-se que os homens apresentaram valores significativamente superiores de peso ($t(201)=5,55$; $p<0,001$; Tamanho de efeito= -1,11, IC=-1,52 - 0,701) e altura ($t(201)=-10,3$; $p<0,001$; Tamanho de efeito=-2,06, IC=-2,51 - -1,61). Já as mulheres apresentaram escore de insatisfação com a imagem corporal superior ($t(201)=2,94$; $p=0,004$; Tamanho de efeito=0,59, IC=0,192 - 0,988). Não houve diferença significativa para escore de influência da mídia entre homens e mulheres ($t(201)=1,48$; $p=0,140$).

Em relação a classificação do estado nutricional, notou-se que 58,1% da amostra total apresentaram eutrofia, enquanto 25,1% sobrepeso, seguida de 11,8% com obesidade e 4,9% com baixo peso (Tabela 2). Em relação às mulheres, 59,2% encontravam-se eutróficas, 25,9% com sobrepeso, 9,8% com obesidade e 5,2% com baixo peso. Entre os homens, 51,7% encontravam-se eutróficos, 24,1% com obesidade, 20,7% com sobrepeso e 3,4% com baixo peso. Contudo, não houve associação significativa entre sexo e o estado nutricional por meio do teste de qui-quadrado ($\chi^2(3)=4,99$; $p=0,200$).

Na amostra total, notou-se que 37,9% não apresentaram insatisfação com a imagem corporal, 21,2% apresentam insatisfação leve, 18,7% insatisfação moderada e 22,2% insatisfação grave (Tabela 2). De acordo com sexo, 58,6% dos homens não apresentam qualquer grau de insatisfação com a imagem corporal, enquanto nas mulheres essa prevalência foi de 34,5%. Nas mulheres, notou-se que 20,1% apresentaram grau moderado e 24,1% grau grave de insatisfação com a imagem corporal. Em homens, 10,3% apresentaram insatisfação moderada e grave. Mediante o teste de qui-quadrado, não houve associação significativa entre o grau de insatisfação com a imagem corporal

e o sexo ($\chi^2(3)=7,22$; $p=0,078$).

Na tabela 3, está descrito o perfil de utilização das redes sociais e frequência de acesso. Verificou-se que 10,8% dos voluntários possuíam uma única rede social; 58,6% duas redes sociais; 23,6% possuíam três redes sociais e 6,9% quatro redes sociais. Dentre as redes sociais investigadas, o Instagram® foi o mais utilizado pelos participantes (94,1%), seguido pelo Facebook® (93,1%). A frequência de acesso ao Instagram® e Facebook® pela maioria dos participantes foi diariamente, sendo 92,6% e 82,3%, respectivamente.

A tabela 4 apresenta as questões relacionadas a influência da mídia e das redes sociais sobre prática de exercício físico, alimentação e imagem corporal. Observou-se que 29,6% afirmaram que às vezes seguem redes sociais que falam sobre exercício físico e 25,1% afirmaram que frequentemente. Sobre as redes sociais serem fontes de informação sobre alimentação e dietas, 34,5% afirmam que não seguem e 27,6% que sim, às vezes. Com relação às redes sociais como fontes de informação sobre um corpo saudável, notou-se que 47,3% dos entrevistados responderam não e 26,1% sim, raramente. Quando questionados sobre seguir dieta ou recomendações alimentares divulgadas pelas redes sociais, notou-se que 57,6% negaram este tipo de adesão. Sobre a influência das redes sociais nas escolhas alimentares diárias, 41,4% responderam não, mas 58,6% responderem que sim. Em relação a influência das redes sociais sobre a percepção e relação com o corpo, notou-se que 14,8% mencionaram não, mas a maioria indicou que sim.

Por meio da análise de regressão simples, notou-se que o escore de insatisfação da imagem corporal associou-se ao peso [$\beta=0,32$; IC 95%:0,53 -1,31, $p<0,001$], IMC [$\beta=0,40$; IC 95%: 2,58 -4,99, $p<0,001$], número de redes sociais [$\beta=0,14$; IC 95%:0,01 -15,62, $p<0,050$], e escore total de influência da mídia [$\beta=0,62$; IC 95%: 4,97-7,07, $p<0,001$] (Tabela 5).

A análise de regressão múltipla revelou que

independentemente da idade, as variáveis sexo, IMC, número de redes sociais e escore de influência da mídia associaram-se positivamente ao escore de insatisfação com a imagem corporal, explicando uma variação importante desse escore [$R^2= 0,257$, $p<0,001$ (Modelo 1)], [$R^2=0,512$, $p<0,01$ (Modelo 2)] e [$R^2= 0,515$,

$p<0,001$ (Modelo 3)] (Tabela 6). Quando o modelo de regressão múltipla foi ajustado para o escore total de influência da mídia, notou-se que este associou-se positivamente ao escore de insatisfação com a imagem corporal. Ao ajustar o modelo para o tipo de curso de graduação, não se notou associação significativa.

Tabela 2 – Dados antropométricos, insatisfação com a imagem corporal e escore de influência da mídia em estudantes de graduação da área da saúde, de acordo com o sexo. São Paulo-SP, 2019.

	Todos n=203		Mulheres n=174		Homens n=29		p*
	Média	DP	Média	DP	Média	DP	
Idade (anos)	21,7	3,6	21,6	3,7	22,7	2,8	0,14
Peso (kg)	65,7	14,3	63,6	13,1	78,4	14,8	<0,001
Altura (m)	1,6	0,1	1,6	0,1	1,8	0,1	<0,001
IMC (kg/m ²)	24,2	4,5	24,0	4,4	25,4	4,6	0,14
Escore insatisfação imagem corporal	102	42,1	105,5	41,6	81,1	39,7	0,004
Escore influência da mídia sobre estilo de vida	9,2	4,4	9,4	4,3	8,1	4,7	0,14
Estado nutricional	n	%	n	%	n	%	p**
Baixo Peso	10	4,9	9	5,2	1	3,4	0,200
Eutrofia	118	58,1	103	59,2	15	51,7	
Sobrepeso	51	25,1	45	25,9	6	20,7	
Obesidade	24	11,8	17	9,8	7	24,1	
Insatisfação da imagem corporal	n	%	n	%	n	%	p**
Não	77	37,9	60	34,5	17	58,6	0,078
Leve	43	21,2	37	21,3	6	20,7	
Moderado	38	18,7	35	20,1	3	10,3	
Grave	45	22,2	42	24,1	3	10,3	

*Teste t independente para comparar homens e mulheres; ** Teste de qui-quadrado. Valor significativo $p<0,05$; DP, desvio padrão.

Tabela 3 – Redes sociais e frequência de acesso relatada por estudantes de graduação da área da saúde. São Paulo-SP, 2019.

	n	%
Número de Redes Sociais		
1	22	10,8

continua...

...continuação tabela 3

	n	%
2	119	58,6
3	48	23,6
4	14	6,9
Instagram®		
Sim	191	94,1
Não	12	5,9
Frequência de Acesso		
Diariamente	188	92,6
Semanalmente	7	3,4
Mensalmente	1	0,5
Anualmente	7	3,4
Facebook®		
Sim	189	93,1
Não	14	6,9
Frequência de Acesso		
Diariamente	167	82,3
Semanalmente	19	9,4
Mensalmente	5	2,5
Não Acessa	12	5,9
Twitter®		
Sim	50	24,6
Não	153	75,4
Frequência de Acesso		
Diariamente	37	18,2
Semanalmente	19	9,4
Mensalmente	4	2,0
Anualmente	143	70,4
Snapchat®		
Sim	30	14,8
Não	173	85,2
Frequência de Acesso		
Diariamente	12	5,9
Semanalmente	18	8,9
Mensalmente	20	9,9
Anualmente	153	75,4

Tabela 4 - Influência da mídia e redes sociais sobre o estilo de vida e percepção da imagem corporal em estudantes de graduação da área da saúde. São Paulo-SP, 2019.

	Não		Sim, raramente		Sim, às vezes		Sim, frequentemente		Sim, sempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Segue redes sociais que falam sobre exercício físico	55	27,1	37	18,2	60	29,6	51	25,1	0	0

continua...

...continuação tabela 4

	Não		Sim, raramente		Sim, às vezes		Sim, frequentemente		Sim, sempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Redes sociais como fontes de informação sobre alimentação e dietas	70	34,5	54	26,6	56	27,6	23	11,3	0	0
Redes sociais como fontes de informação sobre o que é um corpo saudável	96	47,3	53	26,1	39	19,2	15	7,4	0	0
Fez alguma dieta ou outra recomendação sobre alimentação feita pelas redes sociais	117	57,6	40	19,7	29	14,3	14	6,9	3	1,5
Influência das redes sociais nas suas escolhas alimentares diárias	84	41,4	47	23,2	50	24,6	16	7,9	6	3
Influência das redes sociais na sua percepção e relação com o seu corpo	30	14,8	28	13,8	53	26,1	40	19,7	52	25,6

DOI: 10.15343/104-7809.202347e13742022P

Tabela 5 – Regressão simples para determinantes do escore de insatisfação com a imagem corporal em estudantes de graduação da área da saúde. São Paulo-SP, 2019.

	Escore de insatisfação com a imagem corporal				
	Beta	R ²	P	-95,00%	+95,00%
				Cnf.Lmt	Cnf.Lmt
Peso	0,32	0,098	<0,001	0,53	1,31
IMC	0,40	0,160	<0,001	2,58	4,99
Número redes sociais	0,14	0,019	0,050	0,01	15,62
Escore total influência mídia	0,62	0,389	<0,001	4,97	7,07

Tabela 6 – Regressão múltipla para determinantes da insatisfação com a imagem corporal em estudantes de graduação da área da saúde. São Paulo-SP, 2019.

	Escore de insatisfação com a imagem corporal				
	Beta	R ²	P	-95,00%	+95,00%
				Cnf.Lmt	Cnf.Lmt
Modelo 1	0,507	0,257	<0,001	-43,84	51,569
Sexo	-0,23		0,00	-42,71	-13,44
Idade	-0,08		0,20	-2,49	0,53
IMC	0,46		0,00	3,15	5,48
Número redes sociais	0,15		0,02	1,11	15,67
Modelo 2	0,716	0,512	<0,01	-50,79	26,986
Sexo	-0,17		0,00	-32,66	-8,70
Idade	-0,06		0,23	-1,98	0,48
IMC	0,33		0,00	2,18	4,12
Número redes sociais	0,08		0,15	-1,60	10,33
Escore total influência mídia	0,53		0,00	4,09	6,06

continua...

...continuação tabela 6

	Escore de insatisfação com a imagem corporal				
	Beta	R ²	P	-95,00%	+95,00%
				Cnf.Lmt	Cnf.Lmt
Modelo 3	0,718	0,515	<0,01	-29,87	36,053
Sexo	-0,17		0,00	-33,01	-8,91
Idade	-0,09		0,10	-2,17	0,18
Curso de graduação	0,04		0,43	-1,38	3,24
IMC	0,33		0,00	2,11	4,06
Escore total influência mídia	0,53		0,00	4,10	6,10

DISCUSSÃO

Dentre os achados observados neste estudo, verificou-se que o escore de insatisfação com a imagem corporal foi significativamente superior em mulheres comparado aos homens. Aproximadamente 65,5% das mulheres apresentaram algum grau de insatisfação com a imagem corporal, que variou de leve a grave. O Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto-Brasil (ELSA-Brasil), realizado com 11.477 adultos brasileiros, revelou que as mulheres referiram mais frequentemente insatisfação corporal por excesso de peso, embora o sobrepeso tenha sido mais frequente entre os homens²².

Um estudo brasileiro realizado por Alvarenga *et al.* (2010)¹³, conduzido com 2.402 mulheres universitárias de cursos da área da saúde, indicou que 64,4% da amostra desejava ser menor do que é, o que revelou uma grande magnitude de insatisfação corporal no grupo avaliado, corroborando com os nossos achados. Entre estudantes brasileiros do curso de enfermagem, observou-se que mesmo entre aqueles que não tinham autopercepção distorcida da imagem corporal, 75,0% apresentaram insatisfação com a imagem corporal. Contudo, entre aqueles que apresentaram autopercepção distorcida, a proporção de insatisfação foi ainda maior¹⁸.

Em uma amostra representativa nacional composta por 427 graduandos de Nutrição e 318 nutricionistas, verificou-se que mais do que 50% das mulheres estavam insatisfeitas com

a imagem corporal, e que a insatisfação grave foi mais prevalente entre os estudantes quando comparados aos profissionais formados (26.7% versus 16.0%)⁹. Conjuntamente esses achados demonstram uma grande proporção de indivíduos, incluindo estudantes da área da saúde, insatisfeitos com sua imagem corporal^{9,13,18}.

A análise de regressão múltipla no presente estudo evidenciou que independentemente da idade, o número de redes sociais, o sexo, o IMC e o escore de influência da mídia determinaram o escore de insatisfação com a imagem corporal em estudantes da área da saúde. Até o presente momento, não foram encontrados trabalhos que observaram essa mesma associação em estudantes de graduação da área da saúde no Brasil, evidenciando um dos achados mais relevantes deste estudo. Os estudantes da área da saúde, apesar de possuírem maior entendimento sobre a importância da alimentação, de exercício físico e de estilo de vida saudável, não estão imunes à influência das redes sociais sobre práticas relacionadas à alimentação, estilo de vida e percepção da imagem corporal¹⁵⁻¹⁸.

Em um estudo conduzido com uma amostra de 112 estudantes do curso de educação física, verificou-se associação positiva entre o uso das redes sociais/horas por dia e maior utilização das mesmas como fontes de informações sobre o estilo de vida¹⁵. Martendal (2020)¹⁷ investigaram 238 universitários e demonstrou que parte

notável dispense grande parte do seu dia nas redes sociais. Surpreendentemente, notou-se que 97,4% já foram influenciados pelas redes sociais e 86,9% afirmaram que estas influenciam na sua percepção e relação com o corpo.

No estudo de Souto *et al.* (2018)²³ constatou-se que 82% dos universitários avaliados acompanham ou já acompanharam algum tipo de recomendação sobre alimentação nas redes sociais, sendo acessadas com maior frequência o Instagram® e o Facebook®, como também observado neste estudo. Na amostra deste estudo, constatou-se que mais de 65% dos participantes utilizam as redes sociais como fonte de informação sobre alimentação e dietas, sendo que mais de 40% da amostra já realizou alguma dieta ou aderiu às recomendações sobre alimentação divulgadas nas redes sociais. Também se observou que 85,2% relataram que as redes sociais influenciam sua percepção e relação com o corpo.

A influência das redes sociais sobre a insatisfação com a imagem corporal tem sido amplamente investigada em adolescentes e adultos^{2,4,7,12,14,24}. Jiotsa *et al.* (2021)² avaliaram 1.331 indivíduos com idade entre 15 e 35 anos e demonstraram que a frequência de comparação da própria aparência física com a de pessoas seguidas pelas redes sociais associou-se à insatisfação com a imagem corporal e ao impulso pela magreza.

Confirmando essa relação, o estudo de revisão sistemática conduzido por Revanche *et al.* (2022)¹² evidenciou de maneira robusta a associação entre redes sociais e imagem corporal alterada em homens e mulheres. Os autores ressaltaram que a exposição frequente à conteúdos relacionados à aparência é um fator que afeta negativamente à imagem corporal, o que pode ser justificado por um processo de internalização do ideal de magreza e ascendente comparação social com colegas e celebridades¹². De fato, um outro estudo de revisão sistemática realizado com 78 artigos (n=39.491 participantes) revelou que a internalização do corpo ideal é um fator que se associa fortemente com a insatisfação corporal em adolescentes e adultos jovens⁵. Em meta-análise conduzida por Mingoia *et al.* (2017)²⁵, foram

analisadas 1829 mulheres entre 10 e 46 anos de idade. Os resultados também confirmaram a associação positiva entre o uso das redes sociais e a magnitude da internalização de um corpo ideal magro em adolescentes e adultos.

No presente estudo, verificou-se que medidas de peso e IMC associaram-se positivamente ao escore de insatisfação com a imagem corporal, o que indica a maior insatisfação corporal em estudantes universitários da saúde que apresentaram maiores medidas antropométricas. O estudo realizado por Kapoor *et al.* (2022)³ com 180 mulheres universitárias mostrou prevalência significativamente maior de insatisfação com a imagem corporal entre aquelas que apresentavam excesso de peso. Evidenciaram que as mídias sociais, juntamente com o estado nutricional e nível de escolaridade materna foram fatores determinantes da preocupação com a imagem corporal.

A mídia contribui significativamente para a disseminação de um padrão de beleza, influenciando grande parte da sociedade a buscar por essa aparência física idealizada, o que faz com que muitas pessoas se sintam frequentemente cobradas e insatisfeitas com seu corpo atual, mesmo aquelas que são eutróficas²⁶. O estudo de Paiva *et al.* (2017)¹⁰, conduzido com 90 universitárias adultas e graduandas do curso de Nutrição, revelou que 42,2% apresentaram insatisfação com o estado nutricional de excesso de peso, entretanto observaram 40% de insatisfação com a magreza. Conjuntamente, estes resultados reforçam que mesmo aqueles que apresentam peso dentro da faixa de normalidade revelam descontentamento com a sua imagem corporal, uma vez que os paradigmas estabelecidos para ideais físicos e internalização de aparência ideal nem sempre podem ser alcançados²⁷.

Quando a amostra foi questionada sobre a influência das redes sociais na percepção e relação com o corpo, 85,2% responderam que são influenciados de alguma forma, sendo as redes mais acessadas diariamente o Facebook® e o Instagram®. Vale destacar que diariamente 92% acessam o Instagram e 82% o Facebook, o que revela a presença frequente destas redes sociais

na rotina dos participantes. O recente trabalho de Alfonso-Fuertes *et al.* (2023)²⁸, que avaliou 585 participantes de 18 a 40 anos de idade, indicou que 60,0% usam Instagram[®] por uma ou mais horas por dia. Os participantes que passam mais tempo no Instagram[®] apresentaram maiores níveis de insatisfação corporal, maiores comparações de aparência física e menor autoestima.

Em uma amostra de 259 mulheres jovens de 18 a 29 anos de idade, verificou-se que o uso de Facebook[®] e Instagram[®] com foco em aparência se relacionou a preocupações com a imagem corporal. O maior envolvimento com atividades de fotos no Facebook[®], bem como o fato de seguir contas ou pessoas que focam na aparência corporal no Instagram[®], associou-se a maior internalização do ideal de magreza e vigilância corporal. Assim, os autores reforçaram o impacto da exposição às redes sociais sobre a percepção da imagem corporal em mulheres jovens²⁹.

No presente estudo, o número de redes sociais se associou ao escore de insatisfação com a imagem corporal, o que pode ser explicado pelo fato de que quanto mais redes, maior é o tempo de exposição do usuário às imagens corporais ideais, consideradas como padrão de beleza. O envolvimento com as redes sociais e a exposição à conteúdos relacionados à imagem corporal pode impactar em comportamentos de

vigilância de peso, atitudes alimentares desordenadas, adesão às dietas restritivas e comportamentos que levam a perda de peso de maneira não saudável, bem como o desenvolvimento de transtornos alimentares^{24,30-31}.

Apesar das redes sociais apresentarem ampla divulgação de informações de saúde e estímulos sobre adoção de estilo de vida saudável, por outro lado, existe uma grande facilidade para falhas de comunicação e geração de expectativas, que mal administradas, geram tendências a comportamentos de cuidados com a saúde exagerados e nocivos. As comparações sociais frequentes estão relacionadas a níveis mais altos de depressão e ansiedade³². Neste estudo, apesar da baixa prevalência relatada de transtornos de humor autoreferidos, como ansiedade, depressão, pânico e bipolaridade, e de transtornos alimentares, notou-se que 47,8% dos participantes relataram o uso de algum medicamento psicotrópico, fármacos geralmente utilizados para o tratamento de pessoas em sofrimento psíquico. Neste contexto, é essencial pontuar a complexa relação existente entre depressão, ansiedade e alterações na imagem corporal. Uma tendência preocupante, é que a percepção negativa da imagem corporal tem sido associada ao aumento dos níveis de depressão e ansiedade em adultos, incluindo em amostras de estudantes universitários³²⁻²⁴.

CONCLUSÃO

Os resultados indicaram que uma parte importante dos participantes relatou que as redes sociais interferem na percepção com o corpo, são fontes de informação sobre alimentação e corpo saudável. Constatou-se que a insatisfação com a imagem corporal se apresentou significativamente superior em mulheres e associou-se positivamente ao uso das redes sociais e ao IMC. Assim, este estudo contribui para a literatura existente destacando a associação positiva entre o uso de redes sociais e insatisfação com a imagem corporal entre os estudantes universitários da área da saúde. Esses resultados fortalecem a importância de se pesquisar a insatisfação com a

imagem corporal neste público e investigar mais detalhes sobre o perfil das redes sociais e seus conteúdos acessados.

A maior limitação deste estudo consiste na utilização de questionário não validado para avaliar a acesso as redes sociais e sua influência sobre a alimentação, estilo de vida e imagem corporal. Vale destacar que até a data da coleta de dados não existiam questionários validados no Brasil direcionados ao público avaliado, exceto para adolescentes³⁵. A avaliação do estado nutricional, por meio do peso e estatura autoreferidos, também constituem limitações deste trabalho, uma vez que podem não representar fidedignamente

a classificação do estado nutricional de todos os participantes. Assim, propõe-se que novos estudos sejam realizados e direcionados para a validação de instrumentos que investiguem o uso e o conteúdo acessado nas redes sociais, para gerar

maiores esclarecimentos sobre os seus impactos nas alterações da imagem corporal, alterações comportamentais e de humor, os quais desencadeiam impactos nocivos à saúde e qualidade de vida em indivíduos adultos.

Declaração do autor CRediT

Conceituação: Santos, BS; Fernandes, NDV; Masquio, DCL. Metodologia: Santos, BS; Fernandes, NDV; Masquio, DCL. Validação: Santos, BS; Fernandes, NDV; Masquio, DCL. Análise estatística: Masquio, DCL. Análise formal: Masquio, DCL. Investigação: Santos, BS; Fernandes, NDV; Masquio, DCL. Recursos: Santos, BS; Fernandes, NDV; Masquio, DCL. Preparação do rascunho original: Santos, BS; Fernandes, NDV; Masquio, DCL. Redação-revisão e edição: Masquio, DCL. Visualização: Santos, BS; Fernandes, NDV; Masquio, DCL. Supervisão: Masquio, DCL. Administração do projeto: Masquio, DCL.

Todos os autores leram e concordaram com a versão publicada do manuscrito.

REFERÊNCIAS

1. Hosseini SA, Padhy RK. Body Image Distortion. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2022. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK546582/>
2. Jiotsa B, Naccache B, Duval M, Rocher B, Grall-Bronnec M. 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. *Int J Environ Res Public Health* [Internet] 2021; acesso em 28 de outubro de 2022; 18(6):2880. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8001450/>
3. Kapoor A, Upadhyay MK, Saini NK. Prevalence, patterns, and determinants of body image dissatisfaction among female undergraduate students of University of Delhi. *J Family Med Prim Care* [Internet] 2022; acesso em 26 de janeiro de 2023; 11(5):2002-2007. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9254831/>
4. Yang F, Qi L, Liu S, Hu W, Cao Q, Liu Y, et al. Body Dissatisfaction and Disordered Eating Behaviors: The Mediation Role of Smartphone Addiction and Depression. *Nutrients* [Internet] 2022; acesso em 22 de dezembro de 2022; 14(6):1281. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8955505/>
5. Paterna A, Alcaraz-Ibáñez M, Fuller-Tyszkiewicz M, Sicilia Á. Internalization of body shape ideals and body dissatisfaction: A systematic review and meta-analysis. *Int J Eat Disord* [Internet] 2021; acesso em 13 de julho de 2022; 54(9):1575-1600. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/eat.23568>
6. Walker DC, White EK, Srinivasan VJ. A meta-analysis of the relationships between body checking, body image avoidance, body image dissatisfaction, mood, and disordered eating. *Int J Eat Disord* [Internet] 2018; acesso em 23 de novembro de 2021; 51(8):745-770. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29659039/>
7. Vuong AT, Jarman HK, Doley JR, McLean SA. Social Media Use and Body Dissatisfaction in Adolescents: The Moderating Role of Thin- and Muscular-Ideal Internalisation. *Int J Environ Res Public Health* [Internet] 2021; acesso em 20 de julho de 2022; 18(24):13222. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8701501/>
8. Barreto JTT, Rendeiro LC, Nunes ARM, Ramos EMLS, Ainett WSCO, Lourenco-Costa VV. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes dos cursos da área da saúde de Belém-PA. *RBONE* [Internet] 2019; acesso em 12 de julho de 2022; 13(77):120-128. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/894>
9. Toral N, Cubert MB, Spaniol AM, Monteiro RA. Eating disorders and body image satisfaction among Brazilian undergraduate nutrition students and dietitians. *Arch Latinoam Nutr* [Internet] 2016; acesso em 25 de julho de 2022; 66(2):129-134. Disponível em: <https://www.alanrevista.org/ediciones/2016/2/art-5/#>
10. Paiva AA, Lopes MAM, Lima SMT, Cruz KJC, Rodrigues GP, Carvalho CMRG. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. *Demetra* [Internet] 2017; acesso em 20 de maio de 2019; 12(1):193-206. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/22483>
11. Souza AC, Alvarenga MS. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários: uma revisão integrativa. *J Bras Psiquiatr* [Internet] 2016; acesso em 10 de julho de 2022; 65(3):286-299. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/9rqZF8fvjLrQJNXwyPzQN/?format=pdf&lang=pt>
12. Revranche M, Biscond M, Husky MM. Investigating the relationship between social media use and body image among adolescents: A systematic review. *Encephale* [Internet] 2022; acesso em 25 de julho de 2022; 48(2):206-218. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34801229/>
13. Alvarenga MS, Philippi ST, Lourenço BH, Sato PM, Scagliusi FB. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. *J Bras Psiquiatr* [Internet] 2010; acesso em 25 de julho de 2022; 59(1):44-51. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852010000100007>

14. Hogue JV, Mills JS. The effects of active social media engagement with peers on body image in young women. *Body Image* [Internet] 2019; acesso em 26 de fevereiro de 2022. 28:1-5. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S174014451730517X?via%3DIihub>
15. Santos MS, Gonçalves VO. Uso das redes sociais, imagem corporal e influência da mídia em acadêmicos dos cursos de educação física. *Itinerarius Reflectionis* [Internet] 2020; acesso em 25 de julho de 2022; 16(3): 1-18. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/rir/article/view/58815>
16. Lustosa BF, Silva BGM. A influência das redes sociais na prática de exercícios físicos e na autoimagem de estudantes universitários da área de saúde: uma revisão integrativa. Brasília: Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos (RIUniceplac), 2020. Trabalho de Conclusão de Curso em Educação Física.
17. Martendal FK. Influência das redes sociais na (in) satisfação da imagem corporal em universitários de uma instituição comunitária. Palhoça: Universidade do Sul de Santa Catarina, 2020. Trabalho de Conclusão de Curso em Nutrição.
18. Duarte LS, Chinen MNK, Fujimori E. Autopercepção distorcida e insatisfação com a imagem corporal entre estudantes de enfermagem. *Rev Esc Enferm* [Internet] 2021; acesso em 15 de julho de 2022; 55:e03665. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reusp/a/PSQXdvK5ChgqbcdR7P65TMG/?lang=pt&format=pdf>
19. Cooper PJ, Taylor MJ, Cooper Z, Fairburn CG. The development and validation of the body shape questionnaire. *Int J Eat Disord* [Internet] 1987; acesso em 20 de maio de 2019; 6(4):485-494. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1098-108X%28198707%296%3A4%3C485%3A%3AAID-EAT2260060405%3E3.0.CO%3B2-O>
20. Di Pietro M, Silveira DX. Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. *Rev Bras Psiquiatr* [Internet] 2009; acesso em 20 de maio de 2019; 31(1):21-24. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/4kBR3JN9qYGMsrS3KBj5LN/?format=pdf&lang=en>
21. Lira AG, Ganen AP, Lodi AS, Alvarenga MS. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *J Bras Psiquiatr* [Internet] 2017; acesso em 17 de dezembro de 2019; 66(3):164-171. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/#>
22. Albuquerque LS, Griep RH, Aquino EML, Cardoso LO, Chor D, Fonseca MJM. Fatores associados à insatisfação com a Imagem Corporal em adultos: análise seccional do ELSA-Brasil. *Ciênc Saúde Coletiva* [Internet] 2021; acesso em 12 de julho de 2022; 26(5):1941-1954. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/tZJKPzvxzWPMsWSDBTqj3h/?format=pdf&lang=pt>
23. Souto GC. A influência das redes sociais na alimentação de universitários do UniCEUB. Brasília: Centro Universitário de Brasília, 2018. Trabalho de Conclusão de Curso em Nutrição.
24. Rounsefell K, Gibson S, McLean S, Blair M, Molenaar A, Brennan L et al. Social media, body image and food choices in healthy young adults: A mixed methods systematic review. *Nutr Diet* [Internet] 2020; acesso em 12 de julho de 2022; 77(1):19-40. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7384161/>
25. Mingoa J, Hutchinson AD, Wilson C, Gleaves DH. The Relationship between Social Networking Site Use and the Internalization of a Thin Ideal in Females: A Meta-Analytic Review. *Front Psychol* [Internet] 2017; acesso em 20 maio 2019; 8:1351. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5545754/>
26. Rodgers RF, Rousseau A. Social media and body image: Modulating effects of social identities and user characteristics. *Body Image* [Internet] 2022; acesso em 28 de Janeiro de 2023; 41:284-291. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35358754/>
27. Jankauskiene R, Baceviciene M. Media Pressures, Internalization of Appearance Ideals and Disordered Eating among Adolescent Girls and Boys: Testing the Moderating Role of Body Appreciation. *Nutrients* [Internet] 2022; acesso em 12 julho 2022; 14(11):2227. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9182577/>
28. Alfonso-Fuertes I, Alvarez-Mon MA, Sanchez Del Hoyo R, Ortega MA, Alvarez-Mon M, Molina-Ruiz RM. Time Spent on Instagram and Body Image, Self-esteem, and Physical Comparison Among Young Adults in Spain: Observational Study. *JMIR Form Res* [Internet] 2023; acesso em 15 de maio de 2023; 7:e42207. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10131713/>
29. Cohen R, Newton-John T, Slater A. The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body Image* [Internet] 2017; acesso em 15 de maio de 2023; 23:183-187. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29055773/>
30. Rodgers RF, Rousseau A. Social media and body image: Modulating effects of social identities and user characteristics. *Body Image* [Internet] 2022; acesso em 15 de maio de 2023; 41:284-291. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35358754/>
31. 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* [Internet]. 2016; acesso em 15 de maio de 2023; 17:100-110. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26995158/>
32. Seabrook EM, Kern ML, Rickard NS. Social Networking Sites, Depression, and Anxiety: A Systematic Review. *JMIR Ment Health* [Internet] 2016; acesso em 20 de maio de 2019; 3(4):e50. Disponível em: <https://mental.jmir.org/2016/4/e50/>
33. Han B, Du G, Yang Y, Chen J, Sun G. Relationships between physical activity, body image, BMI, depression and anxiety in Chinese college students during the COVID-19 pandemic. *BMC Public Health* [Internet] 2023; acesso em 15 de maio de 2023; 23(1):24. Disponível em: <https://bmcpubhealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-022-14917-9>
34. Silva D, Ferriani L, Viana MC. Depression, anthropometric parameters, and body image in adults: a systematic review. *Rev Assoc Med Bras* [Internet] 2019; acesso em 15 de maio de 2023; 65(5):731-8. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-9282.65.5.731>
35. Amaral ACS, Conti MA, Ferreira MEC, Meirelles JFF. Avaliação Psicométrica do Questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência-3 (SATAQ-3) para Adolescentes. *Psic: Teor e Pesq* [Internet] 2015; acesso em 13 de julho de 2023; 31(4): 471-479. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/KSFpscC6rX58N3NqsGWFZyf/?format=pdf&lang=pt>

Recebido: 26 julho 2022.

Aceito: 27 junho 2023.

Publicado: 06 setembro 2023.