

OS EFEITOS DA BUSCA PELOS PADRÕES DE BELEZA NA SAÚDE FÍSICA-MENTAL

DE SOUSA, Ana Luísa Campos¹; SILVA, Emerson dos Santos²; REIS, Laís Silva³; DE CARVALHO, Leila Santos⁴; CHAVES, Renato Novaes⁵.

RESUMO

Introdução: A busca pelo padrão de beleza ideal não é algo novo na sociedade, tendo em vista que desde as civilizações antigas já se tem registros desse fenômeno. No entanto, o conceito de beleza passou por diversas transformações ao longo do tempo, evidenciando que a definição de padrões estéticos é uma construção social complexa. Dessa forma, a busca pela estética perfeita está atrelada a graves implicações, pois todo esse desejo de se tornar parte de um ideal de beleza vem aliado à angústia, baixa autoestima, contribuindo para o surgimento e agravamento de doenças como bulimia e anorexia. **Objetivo:** Analisar de forma reflexiva as implicações advindas da busca pelos padrões de beleza na saúde física-mental. **Material e Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa, que apresentou seus resultados a partir de 5 estudos publicados entre 2019 a 2023 nas bases de dados PUBMED, Google Acadêmico, LILACS e SciELO. **Resultados:** Os estudos pontaram a influência negativa dos padrões impostos pela sociedade, sendo que 57,85% apresentaram risco de desenvolver transtornos alimentares. Além disso, têm-se as consequências como baixa autoestima, baixa autoaceitação e transtornos alimentares, impactando a saúde física e mental, evidenciando que quanto maior for o nível de aceitação ou satisfação corporal menos essas pessoas vão recorrer a cirurgias plásticas ou a dietas não prescritas. **Considerações finais:** Padrões muitas vezes inatingíveis e irreais podem ter impactos significativos na saúde física e mental daqueles que buscam constantemente se adequar a eles. A incessante busca pela perfeição estética muitas vezes leva a um aumento da ansiedade e da insatisfação corporal.

Palavras-chave: Aparência Física, Padronização Corporal, Autoimagem, Dietas da Moda.

ABSTRACT

THE EFFECTS OF THE SEARCH FOR BEAUTY STANDARDS ON PHYSICAL-MENTAL HEALTH

¹ Discente de Nutrição do Centro Universitário de Tecnologia e Ciências de Vitória da Conquista BA, Brasil (UNEX)

² Discente de Psicologia do Centro Universitário de Tecnologia e Ciências de Vitória da Conquista BA, Brasil (UNEX)

³ Discente de Biomedicina do Centro Universitário de Tecnologia e Ciências de Vitória da Conquista BA, Brasil (UNEX)

⁴ Discente de Enfermagem do Centro Universitário de Tecnologia e Ciências de Vitória da Conquista BA, Brasil (UNEX)

⁵ Docente do Centro Universitário de Tecnologia e Ciências de Vitória da Conquista BA, Brasil (UNEX). Doutor em Memória, Envelhecimento e Dependência Funcional (UESB). Orientador.

Introduction: The search for the ideal beauty standard is not something new in society, considering that records of this phenomenon have been recorded since ancient civilizations. However, the concept of beauty has undergone several transformations over time, showing that the definition of aesthetic standards is a complex social construction. In this way, the search for perfect aesthetics is linked to serious implications, as this desire to become part of an ideal of beauty is combined with anguish and low self-esteem, contributing to the emergence and worsening of diseases such as bulimia and anorexia. **Objective:** To analyze in a reflective way the implications arising from the search for beauty standards in physical and mental health. **Material and Methods:** This is an integrative review, which presented its results from 5 studies published between 2019 and 2023 in the PUBMED, Google Scholar, LILACS and SciELO databases. **Results:** The studies highlighted the negative influence of standards imposed by society, with 57.85% at risk of developing eating disorders. Furthermore, there are consequences such as low self-esteem, low self-acceptance and eating disorders, impacting physical and mental health, showing that the higher the level of acceptance or body satisfaction, the less these people will resort to plastic surgery or non-prescribed diets. **Final considerations:** Standards that are often unattainable and unrealistic can have significant impacts on the physical and mental health of those who constantly seek to conform to them. The incessant search for aesthetic perfection often leads to an increase in anxiety and body dissatisfaction.

Keywords: Physical Appearance, Body Standardization, Self-image, Fashion Diets.

1 INTRODUÇÃO

A busca pelo padrão de beleza ideal não é algo novo na sociedade, tendo em vista que desde as civilizações antigas já se tem registros desse fenômeno. De acordo com Jesus *et al.* (2016) o conceito de beleza passou por diversas transformações ao longo do tempo, o que evidencia que a definição de padrões estéticos é uma construção social complexa. Além disso, essa busca pela estética perfeita tem graves implicações, pois todo esse desejo de se tornar belo, vem aliado à angústia, baixa autoestima, podendo até originar um quadro de bulimia e anorexia (Moreno, 2008).

A vigorexia, cosmetologia, suplementação alimentar, regime da moda, emagrecimento, fortalecimento muscular, anorexia, bulimia e chás milagrosos são algumas das palavras que fazem parte do léxico contextual da busca pela perfeição do corpo na atualidade (Filho; Souza, 2015).

Kehl (2009) destaca que o aumento de casos de distúrbios depressivos nas últimas décadas do século XX pode estar relacionado com a padronização estética. Onde não é importante o caminho a percorrer, mas apenas o resultado esperado.

Enquanto que para as mulheres o corpo magro é estimado e representa sua aceitação na sociedade, para homens este padrão obedece a conseguir músculos cada vez mais desenvolvidos, muitas vezes alcançados somente com o uso de substâncias como os esteróides anabolizantes (Damasceno *et al.*, 2005). Conforme Moraes (2006), as revistas femininas ensinam qual o corpo que as mulheres devem ter e desejar, além de ensinar a atingir o ideal e como utilizá-lo. Nesse sentido, Maciel Júnior (2016) observa que

O padrão de beleza atual é imposto pela sociedade em forma de normas e medidas, que se apresentam como a única verdade, como uma ditadura da beleza, roubando a singularidade das mulheres, julgando a essência da natureza de cada uma (Maciel Júnior, 2016, p.40).

Além disso, Gerhard (2023) observa que as mídias sociais estão exercendo grande influência no comportamento estético, reforçando padrões inalcançáveis, promovendo a cultura da padronização, levando os indivíduos a optarem por procedimentos nocivos à saúde, como cirurgias invasivas que prometem modificações radicais na aparência física.

Conforme os dados da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica - SBCP (2020), o Brasil é o segundo país do mundo que mais realiza cirurgias plásticas, atrás apenas dos Estados Unidos. Em 2019, foram realizados cerca de 1,5 milhão de procedimentos estéticos no país, sendo que a maioria (83%) foi realizada em mulheres.

É perceptível a grande busca por procedimentos estéticos nos dias atuais para se enquadrar, em padrões que a sociedade impõe. Este estudo apresenta como objetivo fazer uma análise reflexiva acerca dos efeitos da busca pelos padrões de beleza na saúde física-mental.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo é de cunho descritivo, quantitativo do tipo revisão bibliográfica integrativa.

A revisão integrativa da literatura é um método de revisão mais amplo, pois permite incluir literatura teórica e empírica, bem como, estudos com diferentes abordagens metodológicas (qualitativa, quantitativa). Os estudos incluídos na revisão são analisados de forma sistemática em relação aos seus objetivos,

materiais e métodos, permitindo que o leitor analise o conhecimento preexistente sobre o tema investigado (Pompeo; Rossi; Galvão, 2009).

A pesquisa qualitativa envolve uma abordagem interpretativa do mundo, fazendo com que haja o estudo em seus cenários naturais, tentando entender os fenômenos em termos dos significados assim conferidos a eles (Delzin; Lincoln, 2006).

No que diz respeito a pesquisa quantitativa, considera-se tudo o que pode ser quantificável, que possa traduzir em números opiniões e informações para classificá-las e analisá-las (Moresi, 2003).

A busca dos estudos foram realizados na base de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Google Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PUBMED, no período de 30.10.23 a 24.11.23.

A escolha da base ocorreu em razão da amplitude no que tange a abordagem dos periódicos. A seleção do material para estudo foi realizada mediante descritores: “saúde”, “estética”, “riscos”, “beleza”, “sociedade”, “aparência”, “dietas”, “abuso de medicamentos” e “autoimagem”.

Os cruzamentos foram feitos a partir do operador booleano AND da seguinte forma: “Saúde AND Estética”; “Padrão de beleza AND mental”; “Aparência física AND Sociedade”; “Dietas da moda AND Abuso de medicamentos”; “Autoimagem AND Mental”.

Os critérios de inclusão para a seleção da amostra foram artigos científicos completos disponíveis online, no idioma Português que abordassem a temática em questão. Aos critérios de exclusão, foram revisões bibliográficas, monografias, dissertações, teses e publicações anteriores ao ano de 2019, em português ou inglês.

Inicialmente obteve-se como resultados 21.131 logos após foram aplicados os critérios de inclusão e exclusão, desse modo foram encontrados 5 publicações, que posteriormente foram identificadas pelo título e resumo, analisados de forma crítica, se encaixando nos critérios cinco estudos que foram selecionados para revisão integrativa, sendo 1 da base de dados LILACS, 2 Google Acadêmico, 1 PUBMED e 1 SciELO.

Após análise criteriosa das publicações pode-se se ressaltar os efeitos da busca pelos padrões de beleza na saúde físico-mental.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com o quadro 1, em que são abordadas as características dos estudos incluídos na revisão integrativa, observou-se que houve o predomínio de estudos nos anos 2020 (n=2), 2019 (n=2), e 2023 (n=1). Como delineamento mais frequente teve o estudo qualitativo (n=2) e o transversal (n=2) seguido pelo estudo quali-qualitativo (n=1) e transversal qualitativo (n=1), sendo a maioria publicada com características de natureza qualitativa.

Os artigos apontaram a influência negativa dos padrões impostos pela sociedade e de como muitas vezes para isso ser alcançado esses indivíduos se submetem a dietas malucas e sem acompanhamento nutricional. Além disso, 57,85% apresentaram risco de desenvolver transtornos alimentares, segundo o estudo de Leão et al. (2023).

Outro ponto evidenciado foram impactos gerados na saúde física-mental de cada pessoa como a comparação, baixa autoestima, baixa autoaceitação e transtornos alimentares. De acordo com a pesquisa há uma relação de quanto maior for o nível de aceitação ou satisfação corporal menos essas pessoas vão recorrer a cirurgias plásticas ou a dietas não prescritas (Napoli et al., 2019).

Quadro 1: Quadro-síntese das características dos estudos incluídos na revisão integrativa. Vitória da Conquista, BA, 2023

Autor (Ano)	Revista	Objetivo	Tipo de estudo	Resultados
LEÃO; KNOPP; VALE (2023)	Brazilian Journal of Development	Identificar as motivações e repercussões do uso de dietas da moda para a saúde física e psicossocial de mulheres.	Transversal quantitativo	27% das voluntárias fizeram ou estão fazendo dietas sem a orientação de profissionais. A "dieta da sopa" por 29,62% das participantes. A dificuldade de compartilhar refeições com familiares e amigos (40,74%) e insatisfação com a aparência (71,5% desejam reduzir seu tamanho corporal e 21,8% fazem dietas para emagrecer). Se sentirem feias quando não estão fazendo dieta (57,85%) e a dieta trará felicidade para suas vidas (25,92%).
LOVATO e CRUZ (2020)	Revista Ideação	Verificar a interferência de estereótipos no	Quali- qualitativo	Com total de 27 respostas colhidas (em primeira pesquisa), 20 para não, e 7

		perfil corporal exigido pelo mercado de trabalho.		para sim, evidenciou que não há relação entre estar magro e estar saudável. Na segunda etapa da pesquisa, com total de 16 sim e 5 não, passaram por alguma situação estando a aparência física relacionada, de algum modo, à profissão exercida.
NAPOLI <i>et al.</i> , (2019).	Revista Brasileira de Cirurgia Plástica	Analisar as diferenças de avaliação corporal.	Qualitativa	A média de satisfação corporal é de 98,04. Houve uma relação significativa entre a pontuação mais alta nesse questionário e o risco relativo de querer realizar mais cirurgias plásticas, com um RR = 2,41 e um valor de p = 0,002. Não houve uma relação estatisticamente relevante entre a média de insatisfação corporal (91) e o risco relativo de querer realizar mais cirurgias plásticas, com um RR = 0,94 e um valor de p = 0,83. Maior insatisfação corporal está associada ao desejo de realizar mais cirurgias plásticas, com um RR = 1,94 e um valor de p = 0,003. As mulheres têm um interesse maior nesse tipo de procedimento, com um RR = 3,01 e um valor de p = 0,01.
SALES; LIMA; MAYNARD (2020)	Centro Universitário de Brasília	Compreender na visão dos profissionais de saúde, o limite de auto aceitação de encontro a obesidade.	Qualitativa	Dos dados apresentados, os entrevistados concordam que há relação direta entre padrões impostos pela mídia na aceitação e negação corporal.
ALMEIDA <i>et al.</i> , (2019)	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento	O objetivo do estudo foi verificar a adesão de dietas da moda por usuários de uma academia de Bauru.	Transversal	Segundo o texto, 58,46% das pessoas já fizeram algum tipo de dieta da moda, sendo as mais comuns a dieta low carb, o jejum comunita e os shakes de emagrecimento. Além disso, 50,77% afirmaram ter recebido orientação nutricional, sendo que 41,54% desses receberam orientação de um nutricionista. É importante destacar que alguns participantes relataram sintomas durante o período da dieta, como irritabilidade (13,85%), fraqueza (9,23%) e tontura (8,46%), no entanto, 38,46% não apresentaram nenhum sintoma.

Fonte: Dados da pesquisa

DISCUSSÃO

As dietas da moda são classificadas como hábitos alimentares temporários conhecidos pela promessa rápida de resultado, porém sem a validação científica, isso por que não se tem um nutricionista responsável pela individualização da dieta e que avalie os fatores prévios da condição de saúde do paciente (Freire; Araújo, 2017).

Para atingir os resultados de um corpo físico adequado aos padrões da sociedade, há necessidade de mudança na alimentação, muitas vezes inutilizando a relevância do trabalho de um nutricionista. Com isso, faz-se necessário compreender o papel de uma equipe em nutrição para a promoção da saúde, visto que o profissional busca influenciar de maneira positiva para boas práticas alimentares (Mesquita, 2018).

De acordo com estudos realizados por Lovato (2020), a aparência tem sido utilizada como critério de validação profissional, associando aspectos negativos a pessoas que não se enquadram nos padrões considerados ideais, como pessoas obesas, que são frequentemente associadas ao desleixo, indisciplina, enquanto pessoas “magras” estão dentro do quadro de aceitação e sucesso profissional.

De forma que inúmeros profissionais da área da saúde têm atitudes negativas em relação a pacientes com obesidade, tendo seu nível de tratamento diminuído por serem rotulados como: preguiçosos e sem disciplina (Mortoza, 2011). Visto que a imagem corporal é definida como sinônimo de beleza, bem-estar físico e de poder, no que diz respeito à obesidade, o sobrepeso passa a ser definido como desvalorização do sujeito, onde se prega a ideia de corpo perfeito, disseminado e vendido pela mídia. A mesma é responsável por vender uma imagem totalmente deturpada a respeito da concepção do corpo e vem apresentando-o como um objeto a ser reconstruído (Farah, 2008).

Apesar de a obesidade ser um problema crescente, há uma cobrança nas mídias sociais por corpos esbeltos e biótipos muitas vezes inalcançáveis, reforçando um padrão de beleza utópico, o que pode gerar problemas psicológicos em muitas pessoas (Lira *et al.*, 2017).

De acordo com a Associação Americana de Psicologia (2014), a autopercepção corporal negativa é um fator de risco para diversos transtornos,

como “alta ansiedade, ansiedade social, evitação social, humor deprimido, neuroticismo e perfeccionismo, além de baixa extroversão e baixa autoestima”.

Nesse contexto, Souza e Silva (2017) acrescentam que as práticas desenvolvidas pelos psicólogos auxiliam no crescimento do equilíbrio emocional, na saúde mental, autoestima e empoderamento das mulheres que se sentem excluídas da sociedade por não conseguirem se encaixar no padrão de beleza idealizado.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Padrões muitas vezes inatingíveis e irreais, podem ter impactos significativos na saúde física e mental daqueles que buscam constantemente se adequar a eles. A incessante busca pela perfeição estética muitas vezes leva a um aumento da ansiedade e da insatisfação corporal.

A estética se tornou um mercado que vende devido a cultura e a necessidade de corpos perfeitos. Além da mídia e a indústria lucrarem muito, a sociedade impõe, e de certa forma cobra o padrão de beleza como forma de permissão para conviver socialmente, ou seja, para ter lugar na sociedade é necessário que a mulher e o homem se encaixe nos padrões produzidos e impostos pela sociedade.

O problema não é recorrer a procedimentos estéticos, mas é importante saber o motivo do porquê recorreu, e principalmente pesquisar e saber mais sobre os procedimentos e profissionais que busca. E ver se realmente essa é a melhor decisão a ser tomada no momento, ou se busca um procedimento apenas para ser aceito socialmente e não para si mesmo.

O presente trabalho proporcionou mais conhecimento acerca do tema, além de trazer uma reflexão do motivo da busca por essa perfeição. Com isso, é de grande importância a necessidade de novos estudos atualizados, que questionem a problemática, e busquem estratégias para promover à saúde, além da beleza.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, T. F.; SOUZA, C. T.; SOUZA, D. T.; FERRON, A. J. T.; FRANCISQUETI-FERRON, F. V. Adesão às dietas da moda por alunos de uma academia de musculação no município de Bauru. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e**

Emagrecimento, v. 13, n. 81, p. 790-798, 16 maio 2020. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1064/879>. Acesso em: 06 dez. 2023.

BANDEIRA, Kellyta Gomes. **A era da estética: a autopercepção corporal diante do acesso as mídias sociais**. 2022. 35 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará, Marabá/Pa, 2022. Disponível em: https://repositorio.unifesspa.edu.br/bitstream/123456789/1972/1/TCC_Mudan%C3%A7%C3%A3o%20corporal%20dos%20marabaenses.pdf. Acesso em: 06 dez. 2023.

BELLIZZI, J. A.; HASTY, R. W. **Territory assignment decisions and supervising unethical selling behavior: The effects of obesity and gender as moderated by jobrelated factors**. The Journal of Personal Selling & Sales Management, v. 18, n. 2, p. 35-49, 1998.

COLTRO, Pedro. **Líder mundial**. 2022. Disponível em: <https://pedrocoltro.com.br/lider-mundial/#:~:text=O%20Brasil%20ultrapassou%20os%20Estados,divulgada%20em%20dezembro%20de%202019..> Acesso em: 06 dez. 2023.

DENZIN, N. K. e LINCOLN, Y. S. Introdução: a disciplina e a prática da pesquisa qualitativa. In: DENZIN, N. K. e LINCOLN, Y. S. (Orgs.). **O planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2006. p. 15-41.

FERNANDES, Maria Helena. Mulher-Elástico. 2010. **Revista Mente & Cérebro**. Disponível em: <https://blog.methodus.com.br/artigos/mulher-elastico/>. Acesso em: 06 dez. 2013.

FREIRE, A. C. S. A.; ARAÚJO, L. B. Composição nutricional de dietas de detoxificação divulgadas em revistas e em mídia digital não científicas. **RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 65, p. 536-543, 8 set. 2017. Disponível em: <http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/793/662>. Acesso em: 06 dez. 2023.

GERHARD, E. P. A Imagem Corporal por Intermédio das Mídias. **Saber Humano**, ISSN 2446-6298, Caderno Especial de Pedagogia: Sistema e Personalidade, pp. 36-43, jan./jun. 2023. Disponível em: <https://saberhumano.emnuvens.com.br/sh/article/download/589/553>. Acesso em: 06 dez. 2023.

JESUS, Rosemeire dos Santos; LOPES, Dione Pereira; ANDRADRE, Fernando João; ALBIERI, G. Gabriela Aparecida Ribeiro; ALEMIDA, Gleice Aparecida; ROCHA, Thaina Aparecida Barbosa. **A influência dos padrões de beleza impostos pela mídia**. Universidade São Judas Tadeu. 2016. Disponível em: <https://www.conic-semesp.org.br/anais/files/2016/trabalho-1000022371.pdf>. Acesso em: 06 dez. 2023.

LEÃO, P. M.; KNOPP, P. L.; DO VALE, C. C. S. Dietas da moda: impactos sobre a saúde física e psicossocial de mulheres jovens. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 9, n. 05, p. 15264–15275, 2023. DOI: 10.34117/bjdv9n5-055. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/59482>. Acesso em: 6 dec. 2023.

LIRA, Ariana Galhardi; GANEN, Aline de Piano; LODI, Aline Sinhorini; ALVARENGA, Marle dos Santos. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [S.L.], v. 66, n. 3, p. 164-171, set. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000166>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/?format=pdf>. Acesso em: 06 dez. 2023.

LOVATO, Cristina dos Santos; CRUZ, Alice da. Profissional nutricionista: sua percepção sobre as cobranças externas relacionadas à sua imagem corporal e estereótipos. **Ideação**, [S. l.], v. 22, n. 1, p. 199–214, 2020. DOI: 10.48075/ri.v22i1.24637. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/ideacao/article/view/24637>. Acesso em: 6 dez. 2023.

MORTOZA, A. S. A Obesidade como Expressão de Questão Social:: Nutrição e Estigma. **SER Social**, [S. l.], v. 13, n. 28, p. 259–260, 2011. Disponível em: https://periodicos.unb.br/index.php/SER_Social/article/view/12691. Acesso em: 06 dez. 2023.

MESQUITA, Shenia Cavalcanti Sampaio. **Adesão às dietas da moda por estudantes do curso de nutrição em uma faculdade privada do Recife-PE**. 2018. 40 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife/Pe, 2018. Disponível em: <https://tcc.fps.edu.br/jspui/bitstream/fpsrepo/359/1/Ades%c3%a3o%20%c3%a0s%20dietas%20da%20moda%20por%20estudantes%20do%20curso.pdf>. Acesso em: 06 dez. 2023.

MORESI, Eduardo (org.). **Metodologia da Pesquisa**. 2003. UNIVERSIDADE CATÓLICA DE BRASÍLIA – UCB. Disponível em: <http://www.inf.ufes.br/~pdcosta/ensino/2010-2-metodologia-de-pesquisa/MetodologiaPesquisa-Moresi2003.pdf>. Acesso em: 06 dez. 2023.

NAPOLI, João Vitor Pithon; MARTINS, José Vinicius Silva; SALVO, Vitor Vilano; MATOS, Gabriela Ducioni; SILVA NETO, Edgard da. Statistical analysis of the correlation between body perception and desire to undergo plastic surgery. **Revista Brasileira de Cirurgia Plástica (Rbcp) – Brazilian Journal Of Plastic Surgery**, [S.L.], v. 34, n. 3, p. 344-348, 2019. GN1 Genesis Network. <http://dx.doi.org/10.5935/2177-1235.2019rbcp0206>. Disponível em: <http://rbcp.org.br/details/2649/pt-BR/a-analise-estatistica-do-risco-relativo-entre-a-percepcao-corporal-e-o-interesse-em-realizar-cirurgias-plasticas>. Acesso em: 06 dez. 2023.

SALES, Luana; LIMA, Potira; MAYNARD, Dayanne da Costa. **Limites da autoaceitação corporal e a cultura body positive: uma visão de profissionais de saúde**. Centro Universitário de Brasília, 2020.

SILVA, Cheila França da; SILVA, Elisandra Ribeiro da; COSTA, Flávia Nunes. Os principais riscos das dietas da moda e a importância de uma orientação nutricional

adequada. **Research, Society And Development**, [S.L.], v. 11, n. 15, p. 1-8, 20 nov. 2022. Research, Society and Development. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i15.37317>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/37317/31112/410738>. Acesso em: 06 dez. 2023.

SOARES, Maria Alinele Lucena; FEITOSA, Lilian Cavalcante; MELO, Sabrina Suerli Lucena; I, João Luiz; SOUZA, Francisca Cristiane Gomes de; BRITO, Kátia Daniele Dutra; OLIVEIRA, Gislene Farias de. Ações de Capacitação de Servidores em uma Instituição Pública de Ensino Superior: o caso da universidade federal do cariri / server training actions in a public higher education institution. **Id On Line Revista de Psicologia**, [S.L.], v. 13, n. 47, p. 981-998, 28 out. 2019. Lepidus Tecnologia. <http://dx.doi.org/10.14295/online.v13i47.2089>. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2089/3224>. Acesso em: 06 dez. 2023.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CIRURGIA PLÁSTICA (Brasil) (org.). **DEMOGRAFIA CIRURGIA PLÁSTICA**: número de cirurgias plásticas e perfil geoeconômico por município. NÚMERO DE CIRURGIÕES PLÁSTICOS E PERFIL GEOECONÔMICO POR MUNICÍPIO. 2020. Disponível em: http://www2.cirurgiaplastica.org.br/wp-content/uploads/2020/07/demografia_cirurgia_plastica_sbcp_2020-1.pdf. Acesso em: 06 dez. 2023.

SOUZA FILHO, Moyses; SOUZA, Hunaway Albuquerque Galvão de. Olhares e reflexões sobre o corpo na cultura contemporânea. **Dialektiké**, [S.L.], v. 3, p. 2, 13 jan. 2016. Instituto Federal de Educacao, Ciencia e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN). <http://dx.doi.org/10.15628/dialektike.2015.3396>. Disponível em: <https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/dialektike/article/view/3396>. Acesso em: 06 dez. 2023.