



COLÉGIO JOÃO PAULO I - JPSUL
INTRODUÇÃO À METODOLOGIA CIENTÍFICA
TURMA: 9A

Como as redes sociais influenciam no aumento de procedimentos estéticos e de que forma isso pode nos afetar?

Aluna: Maby Ortiz
Orientadora: Ana Paula Buss Silveira

Porto Alegre/RS
2025

SUMÁRIO – retirar os anexos do sumário

1. INTRODUÇÃO	3
1.1. Justificativa	3
1.1. Objetivo	3
1.1.1. Objetivo Geral	3
1.1.2. Objetivo Específico	3
2. METODOLOGIA	4
3. RESULTADOS	5
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	6
5. PROPOSTAS FUTURAS	7
6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	

1. INTRODUÇÃO

As redes sociais vêm desempenhando um papel relevante para a construção da imagem corporal, ampliando inseguranças e reforçando a influência estética entre as pessoas. É cada vez mais comum encontrar imagens ou vídeos editados com filtros ou Photoshop, que promovem corpos e rostos “perfeitos” - muitas vezes inatingíveis na realidade.

Antigamente, o padrão de corpo ideal era representado por modelos que adornavam as capas de revistas, mas atualmente são os influenciadores das redes sociais que desempenham esse papel. “Recebo pacientes que chegam com fotos de si mesmos usando filtros e dizem ‘quero ficar com a boca assim’. Muitas vezes, são bocas que não podem ser reproduzidas”, afirma a cirurgiã plástica Renata Vidal (PUCRS, 2021).

Entre os três principais fatores que impulsionam a busca de procedimentos estéticos estão: a distorção da autoimagem, induzido por efeitos e filtros; a influência de pessoas próximas e o impacto do isolamento social, durante a pandemia, que aumentou a exposição das imagens nas redes sociais (Silva, 2021).

Ainda que as celebridades esclareçam abertamente sobre os procedimentos realizados por elas, a principal influência dessas decisões é dos indivíduos do próprio ciclo social. Pessoas próximas que já passaram por cirurgias ou tratamento estético acabam se tornando “especialistas” por suas experiências, e os famosos servem como uma inspiração, ainda que não deixem de ter uma influência.

O comportamento em que se busca perfeição visual está se tornando muito comum na era digital, frequentemente imposto pelas expectativas sociais e culturais, por conta de cada país ter um padrão estético, uma beleza ou até mesmo nascerem com um tipo de caracterização física. Tudo isso pode influenciar no que as pessoas consideram beleza em cada lugar. A principal razão para recorrerem a cirurgias plásticas e outros procedimentos estéticos é a busca incessante por um padrão estético específico, que é frequentemente glorificado pela mídia e pelas plataformas online (Kluscovski, 2022).

Além disso, com a pandemia ocorrida em 2020 e suas regras de distanciamento social, a maioria das atividades passou a ser possível somente através das redes virtuais; assim, as pessoas começaram a expor mais sua própria imagem nos aplicativos, e com essa exposição e, consequentemente, mais

validações das outras pessoas, a busca por cirurgias e melhorias na aparência do tórax para cima aumentou (Ciaramicolo, 2024).

No período de globalização em que estamos vivendo é correto afirmar que os meios digitais de comunicação impactam completamente os valores da população, virando a “vida perfeita” aquela que tem uma boa aparência e um bom estados, se transformando em um gatilho muitas vezes (Silva, 2021). Influenciadores e celebridades, quando divulgam produtos estéticos que prometem mudar alguma imperfeição, fazem com que o cliente projete expectativa e espere uma imagem de perfeição nele mesmo, com corpo perfeito, rosto perfeito, cabelo perfeito, o que, na maioria das vezes, não passar de marketing. Por isso, muitos recorrem aos procedimentos estéticos quando mais nada funciona (Vargas, 2023).

O objetivo das redes sociais é projetar uma imagem ou selfie perfeita, o corpo sem defeito e alterar a foto para mostrar uma perfeição; as mídias dão muita ênfase a toda essa ilusão; portanto, a maioria das clínicas de cirurgias plásticas dá preferência por esse meio de divulgação (Dias, 2022). Logo, o crescimento da popularidade dos procedimentos estéticos evidencia a constante procura por melhorias na aparência e no fortalecimento da autoestima.

Porém, é essencial compreender os riscos envolvidos quando essas intervenções são feitas de forma exagerada ou sem uma real necessidade. Essa busca intensa por transformações pode gerar diversos prejuízos à saúde física e à mental, o que reforça a importância de discutir os perigos ligados ao excesso e à falta de critério nessas práticas, além de destacar o papel fundamental da avaliação clínica como medida preventiva, caso contrário pode levar a inconveniências, como um aumento nas reações adversas após o procedimento, por exemplo: inchaço, dor localizada, vermelhidão, sensibilidade aumentada e, em casos mais graves, infecções com potencial risco de vida para o paciente (Martins, 2023).

2. JUSTIFICATIVA

Esse trabalho foi escolhido pela importância e pela grande influência que os padrões estéticos exercem no nosso cotidiano. O padrão estético quase sempre esteve incluído na nossa vida, e os procedimentos estéticos vieram com o objetivo de ajudar os indivíduos na autoestima, na autoconfiança, na correção de algo que incomoda ou até mesmo em feridas e cicatrizes.

No entanto, com a grande variedade de procedimentos para modificar o corpo, as pessoas se submetem a tudo pela beleza sem se perguntar se a saúde mental está em dia. Alguns especialistas apontam que o excesso de procedimentos geralmente pode indicar alguns problemas emocionais, por exemplo.

Atualmente, com os diversos aplicativos e as redes sociais já fazendo parte do nosso dia a dia, fica bem mais fácil entender o padrão estético e, conseqüentemente, a vontade de chegar até esse padrão inalcançável vai aumentando cada vez mais. Plataformas digitais, como o Tik Tok, Instagram, Facebook e entre outros, promovem constantemente essas aparências, na maioria das vezes inalcançáveis ou que vão mudando de tempos em tempos. Isso geralmente provoca uma pressão no público que consome esses conteúdos para que ele se molde e tenha expectativas de ficar igual ao que foi veiculado. A busca por rostos e corpos “perfeitos” pode causar diversos distúrbios alimentares e ansiedade, afetando a autoestima de muitos, especialmente em jovens que estão desenvolvendo sua consciência. Portanto, isso reflete diretamente no aumento de procedimentos estéticos, como as cirurgias plásticas.

3. OBJETIVO

1.1.1. Objetivo Geral

O objetivo geral da pesquisa é analisar como as redes sociais podem influenciar na construção da imagem corporal das pessoas.

1.1.2. Objetivos Específicos

Analisar de que maneira as mídias sociais afetam a autoestima das pessoas.

Discutir os riscos dos procedimentos estéticos.

Investigar o público-alvo mais impactado pelos procedimentos estéticos.

4. METODOLOGIA

A presente pesquisa tem uma abordagem qualitativa, com base em uma revisão bibliográfica realizada por meio de buscas em sites especializados e artigos científicos disponíveis no Google Acadêmico. O foco principal foi a influência que as redes sociais exercem sobre a autoestima das pessoas, especialmente com constante exposição a padrões de beleza idealizados e à comparação com fotos e vídeos filtrados e editados, o que pode levar ao aumento de procedimentos estéticos. Para isso, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: redes sociais, procedimentos estéticos, autoestima, influência digital, padrões de beleza, corpo e imagem corporal, mídia social e aparência, cirurgias plásticas, cultura da aparência, pressão estética etc.

Os critérios de inclusão desta pesquisa consideraram materiais publicados em português e inglês que abordam estudos focados em autoestima e padrão estético. Após a coleta dos dados foram analisadas as informações encontradas.

5. RESULTADOS

A partir desta pesquisa, é possível observar, por meio de uma análise em sites e artigos científicos, que as redes sociais podem incentivar o aumento dos procedimentos estéticos com os conteúdos disponíveis de padrões de beleza irreais, através de filtros, edições e alguns influenciadores que não mostram a realidade, fazendo com que as pessoas, principalmente jovens, busquem mudanças na aparência para ficarem dentro de padrões de beleza. Isso pode afetar negativamente a autoestima, a saúde mental dos indivíduos, provocar insatisfação corporal e até desencadear alguns transtornos. Além disso, a valorização excessiva da aparência nas redes sociais contribui para a ideia de que beleza é sinônimo de sucesso e aceitação.

Com equipamentos de medição, pesquisadores da SENAI Cetiqt (Centro de Tecnologia da Indústria Têxtil e de Confecção) juntaram dados de 15 mil pessoas entre 18 e 59 anos em cinco regiões do Brasil. Assim, as medidas brasileiras são: 97,1 centímetros de busto, 85,4 centímetros de cintura e 102,1 cm de quadril. Isso significa que nossa realidade é diferente do que é associado à beleza, com uma silhueta média maior do que é colocado como bonito nas redes sociais, por exemplo.

Os jovens, muitas vezes, são mais atingidos, pela vulnerabilidade na fase de desenvolvimento e pela busca por aceitação e pertencimento na sociedade; porém, qualquer um pode ter essa pressão, pois o público dessas mídias independe da idade do indivíduo, com adultos, crianças e até idosos podendo ser impactados (PUCRS, 2021).

Apesar de terem vantagens, podem existir diversos resultados negativos a partir de tratamentos estéticos, se não forem feitas orientações, como escolher o local correto. As consequências negativas podem ser até infecções com potencial risco de vida para o paciente, anomalias físicas, como necrose tecidual, hematomas expansivos, embolia pulmonar, deformação corporal, perfuração de órgãos internos, incluindo o óbito como o pior prognóstico possível.

Além de modificações físicas, podem surgir também transtornos psicológicos, tais como a redução da autoestima ou ainda a piora de transtornos prévios à cirurgia plástica, como Transtorno Dismórfico Corporal, Transtornos Alimentares, Transtorno Narcisista, entre outros (Carvalho, 2021).

6. CONCLUSÃO

Com este trabalho é possível concluir que as redes sociais, com sua capacidade de divulgar padrões estéticos idealizados, fazem um papel central na propagação de inseguranças e na normalização de corpos, na maioria das vezes, distantes da realidade. Essa diferença entre a realidade corporal e o que é promovido como “perfeito” nas mídias sociais evidencia a necessidade urgente de repensar os padrões impostos pela estética digital.

Estudos indicam que essa exposição constante a imagens idealizadas, em especial por meio de selfies retocadas, filtros e edições, pode levar a uma insatisfação corporal significativa. Além disso, a pressão estética afeta de forma direta a saúde mental de pessoas de todas as idades, e os adolescentes são particularmente vulneráveis, mas adultos e até idosos também sentem o peso desses padrões estéticos.

Ademais, a comparação incessante com corpos “perfeitos” nas redes pode desencadear baixa autoestima, ansiedade, insatisfação corporal e até transtornos, como a depressão. Diante desse cenário, é essencial desenvolver uma postura crítica e consciente em relação ao conteúdo consumido.

7. PROPOSTAS FUTURAS

Analisar de que forma se pode conscientizar e educar digitalmente os jovens.

Entender de qual maneira as redes sociais poderiam propor normas que obriguem influenciadores a sinalizar quando uma imagem ou foto foi editada quando se trata de propaganda de procedimentos estéticos.

Analisar de que forma os aplicativos poderiam criar algoritmos que reduzem a exposição a conteúdos exclusivamente idealizados em relação ao corpo em contas de menores de idade.

Investigar como a diferença de gênero e o contexto social afetam a autoestima.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS –

BRUNELI, P. Autoestima alimentada por “likes”: uma análise sobre a influência da indústria cultural na busca pela beleza e o protagonismo da imagem nas redes sociais, 11 páginas, 2019.

CARDOSO, V. influência do tempo de acesso e quantidade de redes sociais utilizadas na insatisfação com a imagem corporal, no comportamento alimentar e na autoestima de adolescentes, 61 páginas, 2022.

CARVALHO, O. As consequências físicas e psicológicas da realização de cirurgias plásticas com finalidade estética, Brazilian Journal of Health Review, Curitiba, v.4, n.3, 12 páginas, 2021.

CIARAMICOLO, N. Análise da influência da pandemia de SARS-CoV-2(Covid-19) na busca por procedimentos estéticos faciais, 52 páginas, 2024.

DIAS, F. O marketing do corpo perfeito: um estudo do impacto da publicidade no instagram sobre o interesse dos jovens pelas cirurgias plásticas. 84 páginas, 2022.

KIUSKOVSKI, C. A influência das redes sociais na autoestima do feminino contemporâneo, editora appris, 12 páginas, 2022.

MARTINS, S. Os efeitos da busca pela perfeição estética e os riscos que podem causar à saúde: revisão de literatura, Revista Ibero Americana de Humanidades, Ciências e Educação REASE, 13 páginas, 2023.

NASCIMENTO, S. Avaliação da influência das redes sociais na busca por procedimentos estéticos faciais, volume 9, 15 páginas, 2024.

PUCRS, Da capa de revista às telas de celular: de que forma as mídias sociais impactam a relação das mulheres com a sua aparência, 2021. Disponível em: <https://portal.pucrs.br/noticias/ensino/pressao-estetica-redes-sociais/#:~:text=As%20m%C3%ADdias%20sociais%20s%C3%A3o%20respons%C3%A1veis,imperfei%C3%A7%C3%B5es%20se%20torna%20mais%20real>. Acesso em: 5 abr. 2025.

SANTOS, A. Impactos das redes sociais em relação à autoestima e autoimagem, Revista Ibero- Americana de Humanidades, Ciências e Educação- REASE, 12 páginas, 2023.

SILVIA, M. A relação entre redes sociais e autoestima, revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, 23 páginas, 2025.

VARGAS, C. Influência dos influenciadores digitais na autoestima, volume 2, 19 páginas, 2023.