

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ELISA GUEDES INÁCIO SIEBRA

ADOLESCÊNCIA: FATORES QUE CONTRIBUEM PARA A CONSTRUÇÃO DA
AUTOIMAGEM

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2022

ELISA GUEDES INÁCIO SIEBRA

ADOLESCÊNCIA: FATORES QUE CONTRIBUEM PARA A CONSTRUÇÃO DA
AUTOIMAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Profa. Dra. Emilia Suitberta de Oliveira Trigueiro.

ELISA GUEDES INÁCIO SIEBRA

ADOLESCÊNCIA: FATORES QUE CONTRIBUEM PARA A CONSTRUÇÃO DA
AUTOIMAGEM

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 06/12/2022

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Profa. Dra. Emilia Suitberta de Oliveira Trigueiro

Membro: Profa. Esp. Nadya Ravella Siebra De Brito Saraiva

Membro: Prof. Dr. Francisco Francinete Leite Junior

ADOLESCENTES: FATORES QUE CONTRIBUEM PARA A CONSTRUÇÃO DA AUTOIMAGEM

Elisa Guedes Inácio Siebra¹
Emília Suitberta de Oliveira Trigueiro²

RESUMO

A adolescência é um período de transformações que pode influenciar na forma em que o adolescente percebe a sua autoimagem podendo trazer consequências para a saúde física e mental. Esta pesquisa é uma revisão bibliográfica do tipo exploratória com abordagem qualitativa. O objetivo é analisar quais são os fatores que contribuem para a construção da autoimagem na adolescência, como também examinar de que modo esses fatores podem produzir sofrimento psíquico em adolescentes. O trabalho também abordará como a autoimagem é compreendida pelos adolescentes, e a influência dos veículos de informação em obter um corpo aparentemente perfeito, com programas de produtos de estética ou cirurgias plásticas. A supervalorização da aparência tem contribuído gradativamente para o surgimento de problemas como distúrbios relacionados à alimentação, podendo resultar em anorexia nervosa e bulimia nervosa. Com isso conclui-se que a insatisfação com o próprio corpo pode ter início desde a infância, a partir da preocupação em estar com uma boa aparência para ser aceita pelos outros, principalmente pelos pais. O apoio das pessoas importantes na vida das crianças desempenha influência significativa na formação da autoestima e autoimagem, pois crianças que apresentam autoestima elevada tendem a ter pais que oferece ajuda específica e não são criticadas.

Palavras-chave: Adolescência. Autoimagem. Pais. Autoestima. Psicologia.

ABSTRACT

Adolescence is a period of changes that can influence the way adolescents perceive their own body image, which can have consequences for physical and mental health. This research is an exploratory literature review with a qualitative approach. The objective is to analyze what are the factors that contribute to the construction of self-image in adolescence, as well as to examine how these factors can produce psychological distress in adolescents. The work will also address how body image is understood and experienced by adolescents, and the influence of information vehicles in obtaining an apparently perfect body, with programs of aesthetic products or plastic surgeries. The overvaluation of appearance has gradually contributed to the emergence of problems such as eating disorders, which can result in anorexia nervosa and bulimia nervosa. With this, it is concluded that dissatisfaction with one's own body can start from childhood, from the concern to look good in order to be accepted by others, especially by parents. Support from important people in children's lives has a significant influence on the formation of self-esteem and self-image, as children who have high self-esteem tend to have parents who offer specific help and are not criticized.

Keywords: Adolescence. Body Image. Parents. Self- Esteem. Psychology.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: elisaguedes800@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: emiliasuitberta@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A compreensão dos fatores que influenciam na construção da autoimagem no período da adolescência é de suma importância. Para Gouveia (2005), a autoimagem expressa a percepção que a pessoa tem de si e de seu reflexo em comparação aos sentimentos, pensamentos ou ações em seus relacionamentos interpessoais.

A adolescência é uma fase de grandes transformações, de descobertas, rupturas e de aprendizados. É um período marcado por mudanças biológicas, físicas e sociais (CAMPAGNA; SOUZA, 2006). Tais mudanças podem influenciar na forma como o adolescente percebe a sua autoimagem, podendo trazer consequências para a sua saúde física e mental. É uma fase em que predomina a preocupação com autoimagem e como essa imagem é percebida pelos outros.

A aparência corporal se coloca como fundamental à constituição psíquica dos sujeitos, uma vez que a autoimagem influencia os mais diversos campos da organização psíquica: os sentimentos, comportamentos, relações pessoais, percepções corpóreas, no processamento de informações, entre outros. Sendo assim a coletividade determina as imagens corporais, fazendo parte da construção social do sujeito (CASH; PRUZINSKY, 1990).

Já em 2012, Petroski estimou que cerca de 60% da população mundial de crianças e adolescentes estariam afetadas pela insatisfação pelo próprio corpo (PETROSKI, 2012). Os padrões de beleza impõem para que os sujeitos sigam as normas sobre suas belezas, o corpo ideal, os tons de pele aceitos, o peso e a roupa ideal (ROUQUETTE, 1995). Embora as discussões sobre aceitação estejam bem mais evoluídas nos dias de hoje, a adolescência ainda é uma fase de muitas dúvidas e necessidade de aceitação por terceiros, o que influencia diretamente na visão de si mesmo, fato que se dá pela imagem que transmitem diante do grupo social ao qual pertencem ou desejam pertencer (MURARI; DORNELES, 2018).

Durante a graduação em psicologia, é de suma importância a abordagem de pesquisas sobre o tema citado acima, justificando-o pela experiência no estágio na área educacional em que o público-alvo foram adolescentes, o tema era assunto recorrente durante as intervenções grupais e aconselhamento psicológico.

Esta pesquisa busca responder a seguinte pergunta: quais os fatores que contribuem para a construção da autoimagem na adolescência? Justificando-se pela importância em contribuir para os avanços nos estudos da psicologia acerca deste tema, pelo fato de existirem lacunas relacionadas à construção da autoimagem nos adolescentes. Esta discussão se faz imprescindível também para que os adolescentes tenham acesso a esse material como fonte de informação e conhecimento perante a construção da autoimagem.

Considerando as outras fases da vida do indivíduo: adulto e idoso, a pesquisa é importante para prevenir e manter a saúde mental dos indivíduos que são expostos aos diferentes padrões de beleza, para que nas outras fases do desenvolvimento tenham menos possibilidade de adquirir distúrbios emocionais e alimentares, tais como depressão, anorexia nervosa, bulimia, ansiedade generalizada, ansiedade social, comportamento violento e uso abusivo de substâncias (MANN et al., 2004).

Diante do que foi exposto, esse estudo tem como objetivo analisar quais são os fatores que contribuem para a construção da autoimagem na adolescência, além de examinar de que modo esses fatores podem produzir sofrimento psíquico em adolescentes.

2 METODOLOGIA

Para este estudo foi utilizado a pesquisa do tipo exploratória por proporcionar uma nova visão da questão de pesquisa, com o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições (GIL, 2002). Para a coleta de dados, embasa-se na revisão narrativa bibliográfica, com abordagem qualitativa. Esta pesquisa visa explorar os fatores que contribuem para a formação da autoimagem na adolescência.

Segundo Gil (2017), a pesquisa bibliográfica é estruturada a partir de estudos já publicados, fazendo uso de materiais impressos como livros, revistas e dissertações. Neste estudo foram utilizados meios digitais de pesquisa devido à facilidade do acesso aos materiais. Uma das características da pesquisa bibliográfica está na possibilidade de estudar sobre diversos assuntos dos quais é possível ter acesso diretamente.

Trata-se de uma abordagem qualitativa, com enfoque da pesquisa na qualidade dos dados, sua natureza e essência, diferenciando da quantitativa por não apresentar questionários, escalas e testes (PRODANOV; FREITAS, 2013). Segundo Gil (2002), alguns estudos possuem objetivos relacionados a uma definição descritiva dos dados, sendo utilizada para auxiliar no problema em questão.

Para a coleta de dados foram utilizados livros e artigos científicos publicados a partir do ano de 1998 recorrendo a autores clássicos que falam sobre o período da adolescência, sendo fundamentais para embasar teoricamente. A pesquisa foi realizada utilizando-se palavras-chave: *autoimagem; adolescência; psicologia; sofrimento psíquico; padrões de beleza; mídia digital*, a partir da consulta nas bases de dados virtuais SciELO (*Scientific Electronic Library Online*) e Google Acadêmico, além de artigos científicos e livros encontrados na biblioteca virtual e física da Universidade Leão Sampaio em Juazeiro do Norte-CE.

Para compor esse estudo os textos encontrados foram selecionados pela leitura do título, resumo e palavras chaves considerando os que atendiam a problemática da pesquisa. Os critérios de inclusão de trabalhos científicos para compor a pesquisa foram: a disponibilidade de leituras completas em sites online, compatibilidade com o objetivo proposto com foco na fase da adolescência e formação da autoimagem. Foram descartados os trabalhos que abordaram a magreza como sinônimo de saúde; que estivessem disponíveis em inglês ou espanhol.

3 ASPECTOS HISTÓRICOS DO PADRÃO DE BELEZA

Nancy Etcoff (1999), na sua obra *A Lei do Mais Belo*, considerou a beleza como sendo uma construção social, juntamente como desejo natural do ser humano. A beleza influencia vidas e mercados, com manipulações dos corpos, com maquiagens, tinturas, adornos e cirurgias plásticas. Além disso, é importante ressaltar que a beleza e sua busca possuem papel importante na vida social e econômica das pessoas e são construídos conforme a cultura e o modo de vida das sociedades.

Pode-se perceber isso nos padrões de beleza e harmonia originados na Grécia Clássica, que incluía a perfeição de mente e corpo, de modo que costumavam fazer banhos em azeite de oliva e polvilhar uma areia fina para regular a temperatura corporal e se proteger do sol, podendo ser visto um conhecimento acerca dos efeitos dos elementos naturais sobre o corpo e o processo de envelhecimento, valorizando a beleza (KURY, 2000).

O corpo feminino nu era visto como símbolo de vida criadora, com a presença da ideia de sedução, explica Del Priore (2000). Somente no século XIX, corpos das mulheres se tornaram mais livres com o surgimento de uma nova era nas concepções de beleza. Nasce a sociedade do consumo, na qual as indústrias produzem artigos de beleza (KURY; HANGREAVES; VALENÇA, 2000).

Segundo Lipovetsky (1999), com a Primeira Guerra Mundial a beleza possuía um ar aristocrático e elitista. Contudo a partir dos séculos XX e XXI com a industrialização dos produtos de beleza que chegam ao cotidiano das pessoas através da publicidade, fotografias e imprensa feminina, a lógica aristocrata deixou de existir. Ainda segundo o autor, a difusão social de modelos estéticos mudou de escala devido à imprensa moderna e, aos poucos, representações e mensagens relacionadas à beleza feminina se tornaram parte da vida cotidiana de todos.

Embora as descobertas do corpo não sejam uma novidade da atualidade, foi no decorrer dos últimos quarenta anos do século XX que elas ganharam uma grande importância. Na década de 60 após movimentos sociais, o corpo foi redescoberto na arte e na política, na ciência e na mídia. Os jovens reivindicavam o fim dos tabus relacionados ao corpo, as lutas políticas pareciam integrar naturalmente o combate pela liberdade sexual (D SANT'ANNA, 2000).

Na sociedade atual intensificou-se as transformações dos corpos em uma ferramenta de consumo, as vendas de cosméticos e dos cuidados com a aparência se tornaram primordiais na vida das pessoas. O corpo se tornou um componente de mercado, como sujeito ou objeto de consumo, integrados as indústrias de cosméticos, clínicas estéticas, roupas e publicidade, que tem como objetivo o embelezamento do corporal (D SANT'ANNA, 2000).

Com isso, percebe-se que o conceito e as formas de embelezamento se estabelecem e incorporam em homens e mulheres que fazem parte da sociedade historicamente constituídas. O ideal de beleza de cada sociedade é único, contribuindo para compreender a relação do indivíduo com a beleza e com o corpo, o que varia segundo a sua cultura e inserção na sociedade (KURY, 2000).

A partir dos anos 90 em virtude das exigências midiáticas que estabelecem padrões de belezas, o tema tem sido cada vez mais constante na sociedade. Os veículos de informação como: internet, revistas e programas de televisão revelam medidas para obter um corpo aparentemente perfeito, com propagandas de produtos de estética ou/e cirurgias plásticas. Os números que qualificam o corpo, a saúde e a beleza invadem as revistas e a televisão (MATTOS, 2010).

Dentre as plataformas de redes sociais, é importante destacar o Instagram, que tem marca de 2 bilhões de usuários. Tem como objetivo compartilhar fotografias, interagir com os perfis e seguidores ao curtir e comentar publicações. Os corpos que são expostos nessa rede servem como mídias, moldáveis e mutantes que podem comunicar os padrões de beleza. Segundo Fardouly (2018), existe uma relação significativa entre o uso de mídias e uma autoimagem prejudicada em mulheres das mais distintas faixas etárias.

Um estudo realizado por Mills (2018) evidenciou o impacto das redes sociais utilizada nos dias atuais perante a insatisfação corporal, como um fator de risco importante para o desenvolvimento de transtornos alimentares e depressão. As imagens que são transmitidas nas mídias digitais como: Instagram ou Facebook são manipuladas pelas pessoas através de aplicativos ou outras ferramentas (como: FaceTune, FaceApp, os filtros de stories do Instagram, entre outros).

Ademais, no mundo altamente globalizado do século XXI, os estímulos ao corpo ideal estão presentes em todas as redes sociais e meios de comunicação das mídias. O corpo ideal dissipado pelo padrão de beleza é um corpo magro, de pele branca, atlético e/ou musculoso, cintura muito fina, lábios grossos, olhos grandes, nariz fino e pequeno e seios fartos. Além disso, existe na mídia uma representação destes tipos de corpos, atribuindo ao corpo ideal a ideia de que ele trará sucesso profissional, amor e atratividade (IZYDORCZYC, 2015).

A internalização dos padrões de beleza e o culto a magreza são fundamentais para o desenvolvimento de sentimentos negativos sobre o próprio corpo, onde são fatores que influenciam no risco em obter transtornos alimentares. Os padrões de beleza estimulam a obtenção de um corpo difícil de alcançar, impactando na autoestima de muitas mulheres, por não apresentarem uma cintura muito fina ou seios duros e redondos. (MILLS, 2018)

As revistas femininas são um importante meio de comunicação que indicam o corpo ideal que as mulheres devem ter e desejar, com ensinamentos sobre os procedimentos estéticos que devem utilizar para alcançar tal padrão (MORAES, 2006). Os modelos de beleza que a sociedade tem como foco atualmente sofre grande influência da mídia, corpos magros para as mulheres e corpos forte e musculoso para homens.

Segundo Mosquera (2006), a autoimagem influencia os comportamentos das pessoas, com base no que é mais adequado para a vida em sociedade, através de pressões e ideais construídos. A necessidade de se adequar ao que é imposto pode levar a comportamentos evitativos e isolamento pelo fato de não se encaixar nos padrões (GUERREIRO, 2011).

4 IMAGEM CORPORAL E O SOFRIMENTO PSÍQUICO EM ADOLESCENTES

A adolescência pode ser considerada como uma construção social com repercussões na subjetividade e no desenvolvimento do indivíduo. As marcas no desenvolvimento do corpo constituem a adolescência como um fenômeno social. Existem outros fenômenos que caracterizam a fase da adolescência, como competência cognitiva, autonomia e autoestima. Os jovens que têm uma relação positiva com os pais, escola e comunidade têm grande possibilidade de se desenvolver de forma saudável (YOUNGBLADE et al., 2007).

A adolescência se caracteriza por um período de mudanças biológicas, físicas e sociais que favorecem o sofrimento psíquico, visto que antes eram crianças sem responsabilidades sociais e, quando se tornam adolescentes, precisam se deter a uma nova realidade. As marcas do corpo, as possibilidades na relação com os adultos servirão de subsídios para a construção das significações (WILSON; BENNETT, 2003).

Um importante teórico para compreensão da adolescência foi Erick Erickson (1987). Ele dividiu o desenvolvimento humano em diferentes fases, sendo uma delas identidade *versus* confusão de identidade. Os adolescentes apresentam preocupações em encontrar um papel social, provocando uma confusão na formação da sua identidade. Os jovens modificam suas atitudes e remodelam sua personalidade, e podem apresentar comportamentos como isolamento social e ansiedade em detrimento da não adaptação ao mundo dos adultos, sendo marco para o sofrimento psíquico nesse período.

Segundo Erikson (1987) a formação da identidade se caracteriza em um processo de reflexão e observação, ocorre em todos os níveis do funcionamento mental, e nela o indivíduo se julga a partir do que os outros apontam. Com isso, a construção da identidade acontece de forma interativa, através de trocas entre os sujeitos e o contexto social. Ainda segundo o autor, a identidade não é para ser vista como algo irrefutável e estático, é algo que está em constante desenvolvimento.

A crise de identidade é caracterizada como um período da adolescência que o indivíduo coloca em questão os marcos da fase anterior, da infância. Com isso, frente às transformações fisiológicas da puberdade, eles necessitam rever as suas posições infantis frente aos novos papéis que os adultos apresentam. A crise de identidade também é marcada por uma desorganização da identidade do adolescente, o que provoca um processo de identificação com pessoas, grupos e ideologias que formarão a identidade coletiva (ERIKSON, 1987).

Para o sexo feminino, tem-se agravantes, visto que o desenvolvimento da identidade feminina se constrói através dos julgamentos atribuídos sobre si mesmas, na evolução de suas responsabilidades e a habilidade em cuidar das outras pessoas. A autoestima dessas adolescentes é mais baixa quando comparado aos meninos adolescentes. Transformações físicas e mentais são comuns nesse período e, com isso, a autoestima dos jovens é moldada no decorrer do tempo, devido à construção da imagem corporal e aspectos da puberdade (AGUIAR, 2014).

Os fatores étnicos são de grande importância para a formação da identidade e autoimagem dos adolescentes. A partir de pesquisas na área foram identificados quatro estados de identidade étnica, podendo-se citar a difusa, em que não existe exploração da etnia pelos jovens; a execução, em que o sujeito apresenta sentimentos claros a respeito da etnia mas que fez pouca ou nenhuma investigação sobre o tema; a moratória, em que existe a exploração da sua etnia, mas o sujeito não compreende bem o significado do tema; e a realizada, que se refere à exploração da identidade, através da compreensão da sua etnia (PHINNEY; LANDIN, 1998).

A partir de pesquisas na área da formação da identidade, foi possível perceber que, ao alcançar o estágio da identidade racial, há uma diminuição no risco da ocorrência de sintomas depressivos, apesar de que o efeito é mais forte para homens quando comparados com as mulheres. No entanto, pode apresentar um efeito diferente, a partir da percepção da identidade racial/étnica o adolescente tem possibilidades de vivenciar situações de discriminação e preconceito, o que vai interferir diretamente na visão que ele tem sobre si mesmo e na construção da sua identidade positiva (MANDARA et al., 2009).

O termo socialização cultural é definido como os ensinamentos às crianças sobre sua herança racial/étnica, a fim de promover costumes e tradições culturais. Os adolescentes que vivenciaram uma socialização cultural tendem a apresentar identidade étnica mais resistente do que os que não tiveram a experiência. O contato com os membros de grupos étnicos favorece a curiosidade dos adolescentes sobre a sua identidade étnica (CHEN; FRENCH; SCHNEIDER, 2006).

Dentro da identidade constitui-se autoimagem, que não se baseia somente em associações, memórias e experiências, mas também nas interações com as quais o sujeito se submete diariamente (SHILDER, 1980). Por conseguinte, os adolescentes buscam o corpo ideal e, para consegui-lo, podem utilizar anabolizantes e produtos que bombardeiam seus corpos com hormônios causando malefícios fisiológicos.

Segundo Del Ciampo (2010), o contentamento com a imagem corporal se manifesta como elemento afetivo que permite o apropriado desempenho emocional e social dos jovens perante a sociedade. Com isso, essa satisfação corporal e autopercepção, são os principais fatores que culminam na autoaceitação das pessoas, e podem evocar sentimentos e pensamentos negativos quanto à exterioridade, influenciando o bem-estar emocional e a qualidade de vida.

A adolescência é caracterizada como um período de aceleração do crescimento, e, portanto, de mudanças corporais. Também podem ocorrer comportamentos de contestação que tornam o indivíduo vulnerável a preocupações ligadas ao corpo e aparência. A percepção corporal é uma unidade obtida e dinâmica, portanto, mudanças no corpo traduzem-se em alterações na autoimagem. (GUERREIRO, 2011).

Diniz (2014) mencionou que os indivíduos são desejados a partir do momento em que atende as exigências das rotinas de exercícios, dietas restritivas e outros procedimentos para encaixarem-se numa norma criada para retroalimentar as indústrias da beleza. Ou seja, existe um caráter econômico que estimula este ciclo-vicioso de busca por um corpo inalcançável através de cirurgias.

A distorção da imagem corporal é caracterizada por distúrbios da consciência cognitiva do próprio corpo, consciência das sensações corporais, senso de controle sobre as funções corporais e motivações afetivas para vivência no formato físico. A distorção da imagem corporal é definida como uma discrepância entre o índice de massa corporal (IMC) percebido e o real, podendo levar adolescentes a adotarem hábitos de controle de peso não saudáveis, com a injeção inadequada de energia e nutrientes, além de distúrbios psíquicos como transtornos de ansiedade e de humor (AGUIAR, 2014).

Entre as distorções da imagem corporal, o distúrbio da imagem corporal é um transtorno alimentar caracterizado por uma autoavaliação influenciada pela experiência com o peso e forma corporal, podendo apresentar distorções cognitivas relacionadas à avaliação do corpo, incluindo pensamentos extremos em relação à aparência. Copetti e Quiroga (2018) pontuam, que adolescentes são a população que mais sofre com transtornos alimentares. O distúrbio corporal, segundo Cash e Deagle (1997), é caracterizado pela comparação exagerada do indivíduo em relação à aparência e aos padrões de beleza.

O adolescente focaliza em um aspecto da aparência e erro cognitivo, acreditando que os outros pensam como ele em relação à aparência (CASH; DEAGLE; 1997). Podemos considerar que o adolescente apresenta preocupações acerca de como os outros reagem a sua aparência e ao seu comportamento, sendo caracterizada como platéia imaginária. Essa referência sobre si e ao outro influencia na formação da identidade do adolescente (BERGER, 2003).

As mudanças fisiológicas nos jovens fazem com que apresentem uma autoavaliação negativa em relação a sua autoimagem, ocasionando forte impacto na construção da sua autoestima. A maior parte dos adolescentes passam horas no espelho, penteando cabelos ou são muito críticos para escolher roupas, utilizam-se dietas sem acompanhamento profissional e apresenta exageros na prática de exercícios físicos, sendo consequências da autoavaliação negativa construída sobre si mesmo (BERGER, 2003).

A nutrição deficiente é mais comum em populações de baixa renda, mas pode aparecer diante da preocupação com a imagem corporal e com o controle de peso, podendo resultar em anorexia nervosa ou bulimia nervosa. Ambas incluem padrões anormais no consumo dos alimentos. (TURNER; GERVAI, 1995).

A anorexia é caracterizada como a presença de uma imagem corporal distorcida e de uma atitude desproporcional ao peso e formas corporais. As pessoas que apresentam esse transtorno, embora estejam gravemente abaixo do peso, acreditam que estão gordas. É resultado da pressão social para seguir o padrão da magreza, porém tem influência de outros fatores como

as atitudes parentais e as imagens da mídia que desempenham um papel fundamental no incentivo a preocupação com o peso (FIEL, 2001).

A bulimia nervosa, diante do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014) apresenta características recorrentes de pessoas com esse tipo de transtorno, das quais é possível pontuar episódios de compulsão alimentar, comportamentos compensatórios inapropriados para impedir o ganho de peso e autoavaliação indevidamente influenciada pela forma e pelo peso corporal, além de demonstrarem um risco alto de chegar ao suicídio.

A obesidade envolve fatores genéticos, fisiológicos, psicológicos, ambientais e sociais. A inclusão de dietas hipercalóricas e de baixa qualidade nutricional, acompanhada de sedentarismo, são importantes fatores que contribuem para o aumento da prevalência da obesidade e do sobrepeso no mundo, tendo respaldo através dos dados da Organização Mundial da Saúde (WHO, 1998).

Durante o período da puberdade, caracterizado por mudanças corporais de natureza biológica e pode durar de dois a quatro anos, identificam-se mudanças físicas da transição para a vida adulta. As meninas nessa época passam por um processo natural de ganho do peso, com isso as adolescentes tentam combater esse aumento para entrar no padrão de beleza esperado pela sociedade, podendo desencadear no desenvolvimento de transtornos alimentares (AGUIAR, 2014).

Tais mudanças de ordem biológica, onde o corpo parece desproporcional, sofrem também influencia de eventos externos ao indivíduo, como poluição, nível de estresse, estímulos sensoriais e alimentação. Essas mudanças na composição corporal são decorrentes de modificações: a) esqueléticas, onde o crescimento não é uniforme; b) muscular, preponderantemente percebido nos meninos; c) tecido gorduroso, com prevalescência entre as meninas; d) alterações do sistema cardiovascular, com o aumento da força e da resistência (BERGER, 2003).

Ao longo dos últimos séculos a idade da menarca e desenvolvimento dos seios tem se tornando mais precoce, mudanças que podem levar a insatisfação corporal devido à resistência a mudança e necessita reorganizar uma nova imagem de si mesmo. Sabendo disso os problemas relacionados a imagem corporal são vistos cada vez mais cedo nas meninas, quando comparado aos meninos (CUNHA, 2008).

O corpo é a primeira preocupação na adolescência, os jovens são conscientes sobre o seu desenvolvimento e percebem facilmente quando o corpo está se modificando,

consequentemente apresentam mais incômodos perante as suas características físicas do que na questão social e intelectual (EMMONS, 1996).

5 INFLUÊNCIA DOS PAIS NA FORMAÇÃO DA AUTOIMAGEM NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA

Durante as etapas do desenvolvimento do sujeito a infância e adolescência estão interligadas. A insatisfação com o próprio corpo tem início durante a infância a partir da preocupação de estar com boa aparência para serem aceitas pelos outros e principalmente pelos pais, tendo resquício no período da adolescência. As crianças modificam cada vez mais cedo o que comem e praticam exercício com o intuito de perder peso devido a não aceitação da sua aparência e forma física (SMOLAK, 2004).

Diante das experiências que a criança vai vivenciando com as outras pessoas e com o ambiente, ela constrói sua autoimagem a partir de significações sobre si mesmo (RUDIO, 2003). A imagem que a pessoa tem de si está ligada a como ela percebe o mundo, os fatos e situações que podem ser distorcidas ou não (ROGERS, 1983).

Os fatores ambientais influenciam na forma como o indivíduo se percebe e como idealiza a sua aparência. A percepção dos pais sobre a imagem corporal dos filhos pode determinar os comportamentos das crianças, visto que elas criam para si uma autoavaliação global do próprio valor chamada de autoestima, que se relaciona ao modo de como elas se ver (HARTER, 2006).

Filhos cujos pais que expressam amor e preocupação, a maior parte deles apresenta autoestima alta, são mais altruístas e empáticos. Os filhos que foram rejeitados pelos pais, apresentam prejuízos como: a maior possibilidade de apresentarem pensamentos suicidas, transtornos mentais, declínio no desempenho escolar e baixa autoestima. Os pais que apresentam respeito aos sentimentos dos filhos e são amorosos, as crianças tornam-se mais seguras de si e constroem uma visão positiva sobre elas mesmas (MACDONALD, 1998).

O apoio das pessoas importantes na vida das crianças desempenha influência significativa na formação da autoestima e autoimagem. Crianças que apresentam autoestima elevada tendem a ter pais que oferecem ajuda específica e focalizada, e não são criticadas. A maior parte das crianças experiencia algum grau de discrepância entre o que ela gostaria de ser e o que ela é, existindo uma lacuna entre o *self* ideal e o que ela percebe como sendo o *self* real (HATER, 2006).

No período da adolescência os pais contribuem significativamente para a formação da identidade dos filhos. Erick Erickson denomina “identidade negativa” quando o adolescente não encontra nos seus pais ou em seu meio social figuras representativas, podemos exemplificar quando os pais são exigentes demais, então os jovens recorrem as figuras negativas definidas pelo seu meio, podendo ter impacto na construção da sua personalidade (ERIKSON, 1987).

No período da adolescência a forma dos comportamentos de apego dos filhos com os pais se modifica, devido ao surgimento da autonomia nas relações. O sujeito autônomo é aquele que sente a si mesmo como fonte de suas decisões e comportamentos, é uma ferramenta em que o adolescente busca encontrar perante o seu contexto sociocultural. O adolescente deve elaborar um plano de vida a partir do autoconhecimento e autoaceitação, reconhecer e aceitar as próprias qualidades, limites e defeitos, através da formação da sua autoimagem (GRIFFA, 2004).

Discutir as relações familiares se faz muito importante em todas as questões do adolescente, já que é neste núcleo que é encontrado as principais influências na formação da identidade do jovem. Papalia e Olds (2000) apontam que “*muitas discussões entre os adolescentes e seus pais giram em torno de ‘quanto’ ou ‘quando’ [...] A maior rivalidade na adolescência pode estar relacionada com as tensões da puberdade e a necessidade de afirmar a independência.*

Os adolescentes sentem a necessidade de serem tratados como adultos e se isso não ocorre tendem a rejeitar a influência parental e buscar apoio e aprovação de outras pessoas. Por vezes, os pais não conhecem quem são essas pessoas ou ainda não os aprovam, o que pode gerar conflitos intensos entre ambos (PAPALIA; OLDS, 2000).

O fazer da psicologia para promover saúde mental em adolescentes deve se pautar a partir da psicoeducação com os pais no âmbito clínico em que tem como objetivo facilitar o entendimento e compreensão da fase da adolescência durante os atendimentos com os responsáveis do adolescente. O psicólogo a partir da psicoeducação com os pais ou responsáveis tem como proposta potencializar os aspectos positivos do adolescente através de desmistificação de preconceitos e organização de ideias perante as vivências nesse período. A partir do diálogo com os pais tem como objetivo diminuir conflitos nas relações familiares, ampliar os conhecimentos sobre comportamentos típicos da adolescência e ressaltar a influência dos pais nos comportamentos dos filhos e na formação da autoimagem, identidade e personalidade (SANTANA, 2011).

De acordo com Martinez (2007), a psicologia escolar é a expressão da psicologia no âmbito educacional, com predominância da aplicação dos saberes psicológicos no processo educativo e, ocasionalmente, com produção científica. Sabendo disso uma das intervenções

nesse ambiente é utilizar-se da psicoeducação como ferramenta para elaboração e implantação de propostas pedagógicas na instituição, dando ênfase ao público adolescente. O psicólogo pode dialogar com as pessoas que fazem parte da escola como: gestores, professores, funcionários e os próprios estudantes acerca da fase da adolescência, para que tenham melhor compreensão dos comportamentos típicos dessa fase.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através desse artigo foi possível conceituar que a formação da autoimagem na adolescência é influenciada por diversos aspectos que estão relacionados ao contexto em que o adolescente está inserido, como a cultura, avanços tecnológicos, a relação com os pais e os fatores étnicos. As mídias possuem grande influência na reprodução de padrões de beleza, podendo levar a comportamentos evitativos e de isolamento social para aqueles que desejam acompanhar o modelo exigido.

É visível que a cobrança por um corpo perfeito tem um peso para os adolescentes que estão passando por um período de mudanças corporais, tornando-se vulneráveis às preocupações relacionadas ao corpo e aparência. Na tentativa de se manter na convivência social os adolescentes podem adotar comportamentos que colocam em risco a sua integridade física, psicológica e emocional. Isso também contribui para o surgimento de distúrbios relacionados à alimentação, exposição às práticas cirúrgicas e uso de medicamentos para emagrecer ou aumentar a massa muscular, o que se mostra como comportamentos que colocam em risco a saúde do adolescente.

A relação entre pais e filhos durante o período da infância e adolescência é de grande importância para a construção da autoimagem e identidade, em função de serem as primeiras figuras que o indivíduo mantém contato diário. Através da interação com o ambiente em que o sujeito está inserido, ele molda o seu comportamento e constrói a sua visão sobre si mesmo através do autoconhecimento.

Este trabalho respondeu o seu problema de pesquisa, respondendo quais os fatores que contribuem para a construção da autoimagem na adolescência, e contemplou todos os objetivos da pesquisa a partir de consultas nos materiais de apoio. No entanto, é importante o surgimento de novas pesquisas e estudos sobre a insatisfação corporal em crianças e adolescentes, para que possam estabelecer estratégias protetivas e preventivas à saúde física e emocional dessa população.

Por fim, é notória a relevância da pesquisa em contribuir para obter reflexões nos profissionais da psicologia em sua prática acerca da construção da autoimagem na adolescência. Os psicólogos podem oferecer orientações para os pais nos atendimentos clínicos sobre o desenvolvimento, e as transformações físicas e psíquicas da adolescência, evidenciando a importância destes no processo de autoaceitação, formação da identidade, personalidade, autoestima e autoimagem dos filhos. A psicologia pode contribuir também nas escolas através de rodas de conversa sobre o tema e possíveis estratégias para auxiliar os jovens no reconhecimento das suas qualidades e percepções sobre si.

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, Sara Filipa Alves de. **O meu corpo e eu: A imagem corporal e a auto-estima na adolescência**. 2014. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Instituto Universitário Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida, Lisboa. Disponível em: <<https://core.ac.uk/download/pdf/70656428.pdf>>. Acesso em 12 nov. 2022.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2014.
- BERGER, K.S. **O desenvolvimento da pessoa: do nascimento a terceira idade**. 5. ed. Rio de Janeiro: Livros Técnicos Científicos, 2003.
- CAMPAGNA, Viviane Namur; SOUZA, Audrey Setton de Lopes de. Corpo e imagem corporal no início da adolescência feminina: **Boletim de Psicologia**, São Paulo, v. 55, n. 124, p. 09-35, 2006. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432006000100003>. Acesso em 10 out. 2022.
- DEL CIAMPO, Luiz Antonio; DEL CIAMPO, Ieda Regina Lopes. Adolescência e imagem corporal. **Adolesc. Saude**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 4, p. 55-59, out./dez. 2010. Disponível em: <<https://cdn.publisher.gn1.link/adolescenciaesaude.com/pdf/v7n4a08.pdf>>. Acesso em 10 out. 2022.
- CASH, T. F.; DEAGLE, E. A. III. The nature and extent of body-image disturbances in anorexia nervosa and bulimia nervosa: A meta-analysis. **International Journal of Eating Disorders**, v. 22, n. 2, p. 107-125, 1997. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9261648/>>. Acesso em 20 out. 2022.
- CASH, T. F.; PRUZINSKY, T. **Body images: Development, deviance, and change**. New York: The Guilford Press, 1990.
- CASTRO, Ana Lúcia. Culto ao corpo: identidade e estilos de vida. In: CONGRESSO LUSO-AFRO-BRASILEIRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS COIMBRA, 8., 2004, Portugal. **Anais...** Portugal: AnnaBlume, 2004. Disponível em: <<https://ces.uc.pt/lab2004/inscricao/pdfs/painel24/analuciacaastro.pdf>>. Acesso em 28 out. 2022.

CHEN, Xinyin; FRENCH, Doran C., SCHNEIDER, Barry H. Culture and Peer Relationships. In: CHEN, Xinyin; FRENCH, Doran C., SCHNEIDER, Barry H. **Peer relationships in cultural context**. Cambridge: Cambridge University Press, 2006.

COPETTI, Aline Vieira Sá; QUIROGA, Carolina Villanova. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 10, n. 2, p. 161-177, 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2175-50272018000200011&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 03 nov. 2022.

CUNHA, Maria João. **Corpo e imagem na sociedade de consumo**. Lisboa: Clássica Editora, 2008.

DEL PRIORE, Mary. **Corpo a corpo com a mulher: pequena história das transformações do corpo feminino no Brasil**. São Paulo: Editora SENAC São Paulo, 2000.

DE SANT'ANNA, Denise Bernuzzi. As infinitas descobertas do corpo. **cadernos pagu**, n. 14, p. 235-249, 2000.

DINIZ, Márcia Ramalho. **A outra face do narcisismo: cultura do consumo e beleza do corpo na sociedade contemporânea**. 2014. 139 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Política Social, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2014. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/tede/7473/2/arquivototal.pdf>. Acesso em: 12 dezembro. 2022.

EMMONS, R. A. Striving and feeling: Personal goals and subjective well-being. In: GOLLWITZER, P. M.; BARGH, J. A. (Eds.). **The psychology of action: Linking cognition and motivation to behavior**. New York: The Guilford Press, 1996. p. 313–337.

ERICKSON, Erick. H. **Infância e Sociedade**. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar editores, 1987

ETCOFF, Nancy. **A Lei do Mais Belo: a ciência da beleza**. Rio de Janeiro: Editora Objetiva, 1999.

FIEL, Alfredo. **Relações sociais na adolescência**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2001.

FARDOULY, Jasmim et.al Uso do instagram e preocupações com a imagem corporal de mulheres jovens e auto-objetivação: testando caminhos de mediação. **Novas mídias e sociedade, New Media & Society**, Sydney, v. 4, n. 20, p. 1380-1895, jan. 2018. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1461444817694499>. Acesso em: 12 dezembro. 2022.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 6. ed. São Paulo, Atlas, 2017.

GOUVEIA, Valdiney V. Autoimagem e sentimento de constrangimento. **Psico**, João Pessoa, v. 36, n. 3, p. 231-241, set. 2005. Disponível em: <<https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1393/1093>>. Acesso em 16 nov. 2022.

GRIFFA, Maria Cristina; MORENO, José Eduardo. **Chaves para a psicologia do desenvolvimento**. São Paulo: Paulinas, 2004.

GUERREIRO, Dina Patrícia das Neves Vieira. **Necessidade psicológica de autoestima/auto crítica: relação com bem estar e *distress* psicológico**. 2011. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa. Disponível em: <https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/4960/1/ulfpie039658_tm.pdf>. Acesso em 18 nov. 2022.

HARTER, Susan. The Self. In: EISENBERG, N.; DAMON, W.; LERNER, R. M. (Eds.). **Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development**. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc., 2006. p. 505-570.

IZYDORCZYK, Bernadeta. Fatores de risco psicológicos e socioculturais para o desenvolvimento da atitude negativa e comportamento, anti-saúde em relação ao corpo em mulheres jovens. *Boletim psicológico Polonês*, Katowice, v. 46, n. 4, p. 555-572, jan. 2015. Disponível em: <http://journals.pan.pl/dlibra/publication/114847/edition/99900/content/psychological-and-socio-cultural-risk-factors-for-developing-negative-attitude-and-anti-health-behaviour-toward-the-body-in-young-women-izydorczyk-bernadetta?language=pl>. Acesso em: 12 dezem. 2022.

KURY, Lorelai. **Ritos do Corpo**. 2a reimpressão. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2000.

KURY, Lorelai; HANGREAVES, Lourdes; VALENÇA, Máslova T. **Ritos do Corpo**. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2000

LIPOVETSKY, Gilles. **A terceira mulher: permanência e revolução do feminino**. Barcelona: Editorial Anagrama, 1999.

MACDONALD, K. Evolution and development. In: Campbell, A; Muncer, S. **Social development**. London: UCL Press, 1998.

Martínez, A. M. (2007). **O psicólogo escolar e os processos de implantação de políticas públicas: atuação e formação**. In H. R. Campos (Org.), *Formação em psicologia escolar: realidades e perspectivas* (pp.109-133). Campinas: Alínea.

MILLS, Jennifer S. Dano da selfie: efeitos do humor na imagem corporal de mulheres jovens. *Body Image*, Toronto, v. 27, n. 1, p. 86-92, dez. 2018. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144517305326>. Acesso em: 12 dezembro. 2022.

MANDARA, Jelani; GAYLORD-HARDEN, Noni K.; RICHARDS, Maryse H.; RAGSDALE, Brian L. The Effects of Changes in Racial Identity and Self-Esteem on Changes in African American Adolescents' Mental Health. **Child Development**, v. 80, n. 6, p. 1660-1675, 2009. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19930344/>>. Acesso em 20 nov. 2022.

MANN, Michal; HOSMAN, Clemens M. H.; SCHAALMA, Herman P.; DE VRIES, Nane K. Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. **Health Education**

Research, Boston, v. 19, n. 4, p. 357-372, jan. 2004. Disponível em:
<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15199011/>>. Acesso em 29 out. 2022.

MATTOS, Rafael da Silva. Sou gordo, sou anormal? **Arquivos em movimento**, v. 3, n. 2, p. 153-173, 2007. Disponível em: <<https://revistas.ufrj.br/index.php/am/article/view/9105>>. Acesso em 11 nov. 2022.

MORAES, P. M.; DIAS, C. M. S. B. Nem só de pão se vive: A voz das mães na obesidade infantil. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 33, p. 46-59, 2006. Disponível em:
<<https://www.scielo.br/j/pcp/a/chWStyP3yCgPcyrdJTws5cq/abstract/?lang=pt>>. Acesso em 22 nov. 2022.

MOSQUERA, Juan José Mouriño. Universidade: auto-imagem, auto-estima e auto-realização. **Unirevista**, Porto Alegre, v. 1, n. 2, p. 1-12, abr. 2006. Disponível em:
<http://novo.more.ufsc.br/artigo_revista/inserir_artigo_revista>. Acesso em 22 set. 2022.

MURARI, Karina Stangherlin; DORNELES, Patrícia Paludette. Uma revisão acerca do padrão de autoimagem em adolescentes. **Revista Científica Perspectiva Ciência e Saúde**, v. 3, n. 1, p. 155-168, 2018. Disponível em:
<<http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/209>>. Acesso em 17 set. 2022.

PETROSKI, Edio Luiz; PELEGRINI, Andreia; GLANER, Maria Fátima. Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. **Cien Saude Colet**, v. 17, n. 4, p. 1071-1077, 2012. Disponível em:
<<https://www.scielo.br/j/csc/a/LzpQDW37kVvRhSwpFF6GYzc/abstract/?lang=pt>>. Acesso em 28 set. 2022.

PHINNEY, Jean S.; LANDIN, Jolene. Research Paradigms for Studying Ethnic Minority Families Within and Across Groups. In: MCLOYD, Vonnie C.; STEINBERG, Laurence. **Studying minority adolescents**. London: Psychology Press, 1998. p. 99-120.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo: Universidade Feevale, 2013.

PAPALIA, D. E., OLDS, S. W. **Desenvolvimento humano**. 7. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000.

ROGERS, C. R. **Um jeito de ser**. São Paulo: EPV, 1983.

ROUQUETTE, M. L. Remarques sur le statut ontologique des représentations sociales. **Papers on Social Representations**, v. 4, p. 79-83, 1995.

RUDIO, F. V. **Orientação não-diretiva: na educação, no aconselhamento e na psicoterapia**. 14. ed. Petrópolis: Vozes, 2003.

SHILDER, P. **A Imagem do Corpo: as Energias Construtivas da Psique**. São Paulo: Martins Fontes, 1980.

Santana, A.F.O. (2011). **Psicoeducação para pacientes psiquiátricos e seus familiares. Psicologia.pt o portal dos psicólogos.** Disponível em <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0252.pdf>. Acesso em 13 de dezemb. 2022.

SCHLÖSSER, Adriano; CAMARGO, Brigido. Aspectos não explícitos das representações sociais da beleza física em relacionamentos amorosos. **Psicologia e Saber Social**, v. 4, n. 1, p. 89-107, 2015. Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/psi-sabersocial/article/view/10405>>. Acesso em 23 set. 2022.

SMOLAK, Linda. Imagem corporal em crianças e adolescentes: para onde vamos a partir daqui? **Imagem corporal**, v. 1, n. 1, p. 15-28, 2004.

TURNER, P. J.; GERVAI, J. um estudo multidimensional de digitação de gênero em crianças pré escolares e seus pais: personalidade, atitudes, preferências, comportamento e diferenças culturais. **Psicologia do desenvolvimento**, v. 31, p. 759-772, 1995. Disponível em: <<https://eric.ed.gov/?id=EJ510631>>. Acesso em 18 set. 2022.

VIGARELLO, Gerorges. **História da beleza.** O corpo e a arte de se embelezar, do Renascimento aos dias de hoje. Tradução: Léo Schlafman. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.

WHO. **Obesidade: prevenção e gestão da epidemia global** : relatório de uma consulta da OMS sobre obesidade . Genebra : Organização Mundial da Saúde, 1998.

WILSON, R. S.; BENNETT, D. A. atividade cognitiva e risco de doença de alzheimer. **Direções atuais na ciência psicológica**, v. 12, p. 87-91, 2003. Disponível em: <<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/1467-8721.01236>>. Acesso em 18 out. 2022.

YOUNGBLADE, L. M; THEOKAS, C.; SCHULENBERG, J.; CURRY, L.; HUANG, I-C.; NOVAK, M. Fatores de risco e promotores em famílias, escolas e comunidades : um modelo contextual de desenvolvimento positivo da juventude na adolescência, **Pediatria**, v. 119, p. 47-53, 2007. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17272585/>>. Acesso em 23 nov. 2022.