

Submissão: 04.08.2025
Aprovação: 24.02.2026

Como citar
este artigo

Soares MH, Machado FP, Silva MFS. Redes sociais e insatisfação com a imagem corporal em graduandas de enfermagem no Sul do Brasil. Rev Paul Enferm. 2026;37:e5. <https://doi.org/10.33159/25959484.repen.2026v37a05>

Redes sociais e insatisfação com a imagem corporal em graduandas de enfermagem no Sul do Brasil

Social media and body image dissatisfaction among nursing undergraduate students in Southern Brazil

Redes sociales e insatisfacción con la imagen corporal entre estudiantes de enfermería del Sur de Brasil

Marcos Hirata Soares ¹ ORCID: 0000-0002-1391-9978

Fernanda Pâmela Machado ¹ ORCID: 0000-0002-2446-1341

Maria Fernanda Santos Silva ¹ ORCID: 0009-0009-6687-3270

¹ Universidade Estadual de Londrina, Centro de Ciências da Saúde, Departamento de Enfermagem, Londrina, Paraná, Brasil.

RESUMO

Objetivo: Analisar a influência percebida das redes sociais na satisfação com a imagem corporal de graduandas de Enfermagem. **Métodos:** Estudo analítico, transversal, realizado com graduandas de Enfermagem de duas universidades no sul do Brasil, em 2023. A coleta de dados incluiu variáveis sociodemográficas, de saúde, a escala BSQ, a Escala de Silhuetas de Stunkard (ESS), e uma medida de percepção sobre redes sociais. Adotou-se nível de significância de 5% e poder amostral de 99% para 175 participantes. **Resultados:** A média do IMC foi de 24,42; 54,3% não praticavam atividade física; 45,2% estavam moderadamente preocupados com sua imagem corporal. Observou-se uma associação linear entre aumento do IMC e a percepção de que as redes sociais influenciam a busca por satisfação com a imagem corporal. **Conclusão:** A busca por um corpo ideal influenciada por redes sociais pode gerar insatisfação, especialmente entre mulheres com sentimentos negativos sobre sua imagem corporal.

Descritores: Insatisfação corporal; Estudantes de Enfermagem; Imagem corporal; Saúde Mental; Psicometria

ABSTRACT

Objective: To analyze the perceived influence of social networks on body image satisfaction among nursing students. **Methods:** An analytical, cross-sectional study conducted with nursing students from two universities in southern Brazil in 2023. Data collection included sociodemographic and health variables, the BSQ scale, the Stunkard Silhouette Scale (ESS), and a measure of perception of social networks. A significance level of 5% and a sample power of 99% were adopted for 175 participants. **Results:** The mean BMI was 24.42; 54.3% did not engage in physical activity; 45.2% were moderately concerned about

Autor
Correspondente



Marcos Hirata Soares
E-mail:
mhirata@uel.br

their body image. A linear association was observed between increased BMI and the perception that social networks influence the search for body image satisfaction. **Conclusion:** The pursuit of an ideal body influenced by social networks can generate dissatisfaction, especially among women with negative feelings about their body image.

Descriptors: Body dissatisfaction; Students, Nursing; Body image, Mental Health; Psychometrics

RESUMEN

Objetivo: Analizar la influencia percibida de las redes sociales en la satisfacción con la imagen corporal de las estudiantes de enfermería. **Métodos:** Estudio analítico transversal realizado con estudiantes de enfermeira de dos universidades del sur de Brasil en 2023. La recopilación de datos incluyó variables sociodemográficas, de salud, la escala BSQ, la Escala de Siluetas de Stunkard (ESS) y una medida de percepción sobre las redes sociales. Se adoptó un nivel de significación del 5 % y un poder muestral del 99 % para 175 participantes. **Resultados:** El IMC medio fue de 24,42; el 54,3 % no practicaba actividad física; el 45,2 % estaba moderadamente preocupado por su imagen corporal. Se observó una asociación lineal entre el aumento del IMC y la percepción de que las redes sociales influyen en la búsqueda de la satisfacción con la imagen corporal. **Conclusión:** La búsqueda de un cuerpo ideal influenciada por las redes sociales puede generar insatisfacción, especialmente entre las mujeres con sentimientos negativos sobre su imagen corporal.

Descriptores: Insatisfacción corporal; Estudiantes de Enfermería; Imagen corporal; Salud Mental; Psicometría

INTRODUÇÃO

A imagem corporal é um conceito multidimensional que engloba percepções, atitudes, pensamentos e comportamentos sobre o próprio corpo, podendo ser positivos ou negativos⁽¹⁾. Em tempos recentes, as redes sociais digitais, especialmente plataformas como Instagram® e Facebook®, tornaram-se ambientes potentes de comparação social, influenciando diretamente a forma como indivíduos, especialmente mulheres jovens, percebem e se relacionam com seu corpo⁽²⁻³⁾.

A insatisfação com a imagem corporal é definida como a percepção negativa sobre o peso ou a forma física, sendo fator de risco para transtornos alimentares, depressão, ansiedade, baixa autoestima e comportamentos prejudiciais à saúde⁽⁴⁾. Esse descontentamento pode ocorrer mesmo entre mulheres com índice de massa corporal (IMC) dentro da faixa considerada saudável, configurando o chamado “descontentamento normativo”, em que a maioria acredita que seria mais bonita se fosse mais magra⁽⁵⁾.

As redes sociais, ao priorizarem padrões estéticos idealizados, promovem práticas e narrativas que reforçam a busca por um corpo considerado perfeito, frequentemente por meio de dietas restritivas e procedimentos não recomendados. Estudos apontam que o uso intensivo dessas plataformas está relacionado à insatisfação corporal entre universitários da área da saúde, inclusive no Brasil e em outros países⁽⁶⁻⁷⁾.

Além disso, há evidências de que o tipo de conteúdo consumido nas redes, como imagens manipuladas e vídeos com padrões irreais, afeta diretamente o estado emocional e a autoestima de estudantes universitárias⁽⁸⁾. Assim, torna-se relevante investigar como graduandos em Enfermagem percebem essa influência, visto que como futuros profissionais da saúde, também estão inseridos nesse contexto sociotécnico.

OBJETIVO

Analisar a influência percebida das redes sociais na satisfação com a imagem corporal de graduandos de Enfermagem.

MÉTODOS

Aspectos Éticos

Foram respeitados todos os princípios éticos relacionados à pesquisa com seres humanos. A pesquisa teve início após a autorização e aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa, segundo a resolução n. 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e CAAE n. 69911023.5.0000.523. Os critérios de inclusão para a pesquisa foram requerer que as participantes fossem do sexo feminino e idade maior que 18 anos. De acordo com a legislação brasileira, os sujeitos não foram remunerados.

Desenho e Amostra

Trata-se de um estudo transversal, que permite observar associações entre variáveis em um único momento no tempo, sem estabelecer relações de causa e efeito. Esse tipo de estudo é amplamente utilizado em pesquisas em saúde pública para identificar fatores associados a condições de interesse em populações específicas. O estudo foi redigido segundo as diretrizes do *Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology* (STROBE).

A seleção da amostra foi não probabilística por conveniência. As participantes foram convidadas por meio das redes sociais das universidades e, posteriormente, agendadas para entrevista em horários flexíveis, visando à conciliação com suas atividades acadêmicas. A coleta se deu entre fevereiro e junho de 2023.

Protocolo do Estudo

Foram incluídas graduandas do sexo feminino, com idade ≥ 18 anos, regularmente matriculadas no curso de Enfermagem de duas universidades (uma pública e uma privada) no sul do Brasil, que aceitaram participar mediante assinatura do TCLE. Foram excluídas as estudantes que estavam de atestado ou que faltaram no dia da distribuição dos questionários. A coleta contemplou variáveis sociodemográficas e de saúde (idade, série, prática de atividade física, dieta, peso, altura e uso de redes sociais). O peso e a altura foram autorreferidos para cálculo do IMC, abordagem com confiabilidade adequada em jovens adultas e que viabiliza estudos de campo com amostras universitárias.

Foram coletadas variáveis sociodemográficas e de saúde: idade, série, prática de atividade física, dieta, peso, altura e uso de redes sociais. O método auto referendado de obtenção da informação do peso e altura para cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) possui confiabilidade equivalente, quando comparada a obtenção de forma presencial, dispensando, desta forma, a necessidade de pesagem e aferição da estatura⁽⁹⁾.

A insatisfação corporal foi avaliada por meio do *Body Shape Questionnaire* (BSQ)⁽¹⁰⁾, adaptado e validado para a população brasileira⁽¹¹⁾. O instrumento possui 34 itens autoaplicáveis, com escala do tipo Likert de 6 pontos, totalizando escore de 0 a 204. Para análise, adotou-se a dicotomização: escores de 0 a 110 indicam satisfação corporal e escores de 111 a 204, insatisfação corporal.

A Escala de Silhuetas de Stunkard (ESS)⁽¹²⁾ foi utilizada para verificar discrepâncias entre a silhueta percebida (SP) e a silhueta desejada (SD). A escala apresenta nove figuras representando diferentes formas corporais, e as participantes indicaram as que melhor representavam sua percepção atual e o ideal corporal⁽¹³⁾.

As nove figuras variam de 1 (mais magra) a 9 (mais corpulenta). As participantes escolhem a silhueta atual (SP) e a desejada (SD). A partir daí, calcula-se a Insatisfação com Imagem

Corporal ($IIC = SP - SD$), em que $IIC > 0$ indica desejo de reduzir a silhueta, $IIC = 0$ satisfação e $IIC < 0$ desejo de aumentar.

É uma ferramenta amplamente usada para avaliar o status do peso e, mais recentemente, a percepção da imagem corporal em pessoas com obesidade. Avalia com precisão o status do peso e a percepção da imagem corporal, com um valor de corte de silhueta atribuído ao IMC de 6 para obesidade e 5 para sobrepeso ⁽¹⁴⁾.

Para mensurar a influência percebida das redes sociais (IPRS), foi desenvolvido um questionário com 12 itens, apresentados em Escala Visual Analógica (EVA), com variação de 0 (nenhuma influência) a 100 (influência total), cujo uso vem sendo bem avaliado também em estudos psicossociais ⁽¹⁵⁾. A EVA foi submetida à avaliação de cinco juízes especialistas em saúde mental, com experiência superior a 10 anos e titulação de doutorado. O índice de concordância interjuízes, obtido por meio do Kappa de Fleiss, foi de 0,76 ($p < 0,001$).

Análise dos resultados e estatística

O poder requerido para este estudo foi calculado com auxílio do IBM *Sample Power*, v.3.0, resultando num valor de 99%, para uma amostra de 175 sujeitos. Os testes estatísticos foram realizados com auxílio do *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS)[®], v.26 para o teste de tendência linear *Jonckheere Terpstra* e tabulação cruzada e pelo JASP, software de análise estatística idealizado pela Universidade de Amsterdam, para as análises de confiabilidade.

O teste de *Jonckheere-Terpstra* é recomendado na comparação de medianas populacionais ordenadas. É a melhor escolha quando se busca identificar diferenças significativas entre as medianas de mais de duas populações ordenadas ⁽¹⁶⁾. Testes não-paramétricos foram utilizados para variáveis ordinais e paramétricos para variáveis intervalares. Foi adotado o nível de significância de 5%.

RESULTADOS

Ao todo foram entrevistadas 175 alunas de graduação em enfermagem, destas, 94 (53,6%) estão matriculadas na instituição pública, enquanto 81 (46,3%) na privada. Destacam-se abaixo, na tabela 1, as variáveis sociodemográficas das estudantes de enfermagem. A média de idade foi de 21,6 anos, com amplitude de 17 a 49 anos.

A tabela 1 indica que não há prática de atividade física para 54,3% das estudantes. O IMC médio calculado foi de 24,42 ($dp=3,88$; IC95% 23,83-25,00), amplitude de 15kg/m² a 35 kg/m². Pela análise da tabela 2, a seguir, as medidas de consistência interna sugerem evidência de confiabilidade para as escalas aplicadas.

Escolha das Silhuetas corporais

Em relação a ESS não houve concordância nem correlação entre a silhueta desejada e a atual dos participantes desta pesquisa. Em relação a escolha de silhuetas próprias, 59,6% das estudantes foram classificadas com IMC eutrófico. Para classificar como subestimação da imagem corporal, 49,15% das classificadas como sobrepeso escolheram as 4 silhuetas mais magras e 50% das estudantes obesas escolheram as silhuetas magras (1 a 5), sugerindo, desta forma, subestimação da silhueta corporal pelas estudantes com IMC ≥ 30 kg/m².

A superestimação da silhueta atual foi observada em 3 (1,71%) estudantes, com IMC < 20 kg/m² e em 16 (9,14%) para estudantes com IMC < 30 kg/m², resultando em superestimação no total de 10,85%.

Tabela 1: Dados Sociodemográficos das alunas de graduação em Enfermagem. Londrina, Paraná. Brasil, 2023

Variáveis	N°	%
Série		
3ª série	59	33,71
2ª série	47	26,85
1ª série	43	24,57
4ª série	26	14,85
Raça Autodeclarada		
Branca	100	57,14
Parda	39	22,28
Não declarado	36	20,57
Instituição		
Pública	94	53,71
Privada	81	46,28
Uso de medicação para perda de peso		
Sim	11	6,28
Não	164	93,71
Prática de Atividade física		
Sim	80	45,71
Não	95	54,28
Realiza algum tipo de dieta		
Sim	23	13,14
Não	152	86,85

Tabela 2: Medidas de consistência interna das escalas de Satisfação com a imagem corporal (BSQ) e da influência Percebida das Redes Sociais (IPRS). Londrina, Paraná, Brasil, 2023

	BSQ	IRS
Alfa de Cronbach	0,938 (0,924-0,950) 0,901 (0,877 – 0,921)	
Ômega de Mc Donald (IC 95%)	0,939 (0,923-0,951)	0,902 (0,873-0,924)
Média da Correlação entre itens (IC 95%)	0,307 (0,258-0,360)	0,430 (0,362- 0,500)
Média (IC 95%) e desvio-padrão	3,177 (3,017-3,357); 1,114	58,435 (54,825-62,045); 24,476

Já, em relação à escolha da silhueta desejada, 50% das classificadas como baixo peso, indicaram o desejo pela silhueta 4. Entre as participantes classificadas como eutróficas, 41,2% escolheram a silhueta 3 e 32,9% a silhueta 2. Das com sobrepeso, 41,4% escolheram a silhueta 2 e 31,3% a silhueta 3. Em relação às obesas, 44,4% escolheram a silhueta 2 e 27,8% a silhueta 3. Por fim, 5,71% das estudantes classificadas com IMC < 20 kg/m² escolheram as silhuetas de 4 a 9 e 8,57% das estudantes com IMC < 30kg/m² escolheram as silhuetas de 6 a 9.

Calculamos o Índice de Insatisfação Corporal (IIC) como silhueta atual – silhueta desejada (valores maiores indicam desejo de reduzir a silhueta; 0 = satisfeito; negativos = aumentar). Nesta classificação, 67,4% dos estudantes desejam reduzir (IIC > 0; 118/175), 13,1% estão satisfeitos (IIC = 0; 23/175) e 19,4% desejam aumentar (IIC < 0; 34/175). Em termos práticos, a mediana = 1 indica que, para a maioria, a silhueta ideal é uma unidade abaixo da percebida nas figuras de Stunkard.

Observa-se na tabela 3, que 75% das estudantes classificadas como baixo peso não apresentam preocupação com sua imagem corporal. Das estudantes eutróficas, 46% apresentam preocupação moderada com sua imagem corporal, 61,5% das com sobrepeso têm preocupação moderada e apenas 22,2% das estudantes classificadas como obesas apresentaram preocupação severa com seu peso. O escore médio do BSQ foi de 105,36 (dp= 35,16), amplitude de 34-191.

O teste de correlação de *Spearman* como indicado na tabela 4, revelou os valores de 0,401 entre o IMC e a percepção da própria silhueta, de -0,170 entre o IMC e o desejo por uma silhueta mais magra e entre a insatisfação com a imagem corporal e de 0,209 entre a percepção da influência das redes sociais na busca pela satisfação com a imagem corporal (p < 0,001).

Tabela 3: Índice de Massa Corporal (IMC) e Satisfação com a Imagem Corporal (BSQ) entre graduandas de Enfermagem, Londrina, PR, 2023

			IMC (%)				Total
			Baixo Peso	Eutrófico	Sobrepeso	Obesidade	
BSQ	Sem preocupação	Contagem (%)	6	29	9	1	45
		BSQ	13,3	64,4	20,0	2,2	100,0
		IMC	75,0	33,3	15,3	5,6	26,2
		Total	3,5	16,9	5,2	0,6	26,2
	Preocupação leve	Contagem	1	29	15	6	51
		BSQ	2,0	56,9	29,4	11,8	100,0
		IMC	12,5	33,3	25,4	33,3	29,7
		Total	0,6	16,9	8,7	3,5	29,7
	Preocupação Moderada	Contagem	1	23	19	7	50
		BSQ	2,0	46,0	38,0	14,0	100,0
		IMC	12,5	26,4	32,2	38,9	29,1
		Total	0,6	13,4	11,0	4,1	29,1
	Preocupação Severa	Contagem	0 _b	6	16	4 _b	26
		BSQ	0,0	23,1	61,5	15,4	100,0
		IMC	0,0	6,9	27,1	22,2	15,1
		Total	0,0	3,5	9,3	2,3	15,1
	Total	Contagem	8	87	59	18	172
		BSQ	4,7	50,6	34,3	10,5	100,0
		IMC	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
		Total	4,7	50,6	34,3	10,5	100,0

Tabela 4: Matriz de correlação de *Pearson* entre as escalas de Satisfação com a imagem corporal (BSQ), Escalas de Silhuetas de *Stunkard* (ESS), Índice de Massa Corporal (IMC) e a Influência Percebida das Redes Sociais (IPRS). Londrina, Paraná, Brasil, 2023

	BSQ	ESS-SP*	ESS-SD**	IMC	IPRS
BSQ	***	0,332 ($p<0,001$)	-0,152 ($p=0,045$)	0,366 ($p<0,001$)	0,209 ($p<0,001$)
ESS-SP*	***	***	0,055 ($p=0,471$)	0,401 ($p<0,001$)	-0,009 ($p=0,903$)
ESS-SD**	***	***	***	-0,170 ($p=0,027$)	-0,009 ($p=0,906$)
IMC	***	***	***	***	0,099 ($p=0,193$)
IPRS	***	***	***	***	***

Legenda: *Silhueta pessoal; **Silhueta desejada.

Tabela 5: Tendência Linear observada em relação aos efeitos da Insatisfação com a imagem corporal (BSQ), a influência percebida das redes sociais (IPRS) e silhueta corporal (ESS) sobre o IMC. Londrina, 2023, Brasil

	BSQ	IPRS	ESS
Estatística			
Desvio JT	4,967	2,176	5,163
Significância	$p<0,001$	$p<0,05$	$p<0,001$

A Influência Percebida das Redes Sociais foi medida por 12 itens em Escala Visual Analógica (0–100); o escore final é a média dos itens (0 = nenhuma influência; 100 = influência máxima). No presente estudo, o IPRS médio foi 58,4 (IC95% 54,8–62,0; DP 24,5), indicando intensidade moderada de influência percebida.

O teste *Jonckheere-Terpstra* é recomendado, ao invés do teste de *Kruskall-Wallis*, pois compara e fornece diferença significativa entre mais de duas medianas populacionais quando organizadas em ordem. Neste sentido, foi investigado qual o grau de relacionamento entre a insatisfação com a imagem corporal, autopercepção distorcida, percepção de influência das redes sociais na autoimagem corporal, a partir do IMC.

À medida que há aumento no IMC, a insatisfação das participantes com sua imagem corporal, no desejo por uma silhueta de aparência mais magra e percepção de que as redes sociais de relacionamento influenciam na busca pela satisfação com a imagem corporal, tendem a aumentar, como indicado pelas magnitudes reveladas pelo teste.

DISCUSSÃO

Os achados indicam associação entre IMC, insatisfação corporal (BSQ), percepções de silhueta (ESS) e influência percebida das redes sociais (IPRS). Contudo, interpretamos esses resultados à luz de determinantes estruturais que atravessam a vida universitária: jornadas acadêmicas integrais, trabalho concomitante (especialmente em instituições privadas), pressão financeira e ambientes alimentares que favorecem ultraprocessados por serem mais baratos e práticos. Tais condições limitam oportunidades reais de atividade física e de alimentação saudável e, portanto, não autorizam a leitura moralizante centrada no indivíduo. Esse enquadramento é coerente com a literatura que aponta o entrelaçamento de pressões socioculturais e economia política da saúde no campo da imagem corporal ⁽¹⁷⁻¹⁸⁾.

Embora 54,3% das graduandas tenham relatado não praticar atividade física, 45,7% praticam (Tabela 1). Assim, descrevemos alta prevalência de inatividade, mas evitamos generalizar que o conjunto das estudantes “apresenta nível de vida sedentário”. A interpretação deve considerar restrições de tempo, custo e infraestrutura no cotidiano universitário.

Um estudo investigou 348 estudantes universitários no Mato Grosso do Sul ⁽¹⁹⁾, relatando dados similares, os quais revelaram que 40,3% dos estudantes apresentaram estilos de vida sedentários. Tal hábito representa motivo de preocupação, pois se tratando de futuras enfermeiras, as quais lhes serão também requeridas a promoção de alimentação saudável e incentivo de atividades físicas ⁽¹⁸⁾.

No presente estudo, segundo a tabela 3, 50,6% das graduandas estavam eutróficas. Em pesquisas com universitários brasileiros, os percentuais de eutrofia costumam ser mais altos, como 69,5% no Mato Grosso do Sul ⁽¹⁹⁾ e 64,5% ⁽²⁰⁾ em São Paulo), sugerindo heterogeneidade regional e diferenças contextuais entre amostras. Em adolescentes chinesas ⁽²¹⁾, de 12 a 15 anos, 53,3% relataram desejo de ser mais magras, o que alinha achados internacionais de pressão por magreza em idades precoces.

Em nossa amostra, observamos superestimação da silhueta atual em 10,85% das estudantes, sobretudo entre as com sobrepeso; entre as com IMC < 20 kg/m², a superestimação foi rara. Esses dados reforçam que percepção corporal e estado nutricional não se sobrepõem perfeitamente, apontando para o papel de normas socioculturais e de conteúdos digitais na formação de expectativas sobre o corpo.”

Em outros países, as pesquisas consultadas como parte do presente estudo, indicaram melhor performance em termos de alcance de um IMC adequado de forma saudável entre os estudantes, para os quais não se tem certeza acerca dos fatores que explicariam tais diferenças quando comparados a alguns estudos nacionais ⁽¹⁹⁻²⁰⁾. Em Portugal, uma pesquisa com uma amostra de estudantes ⁽²²⁾ (equivalentes ao ensino médio), revelou que 81% das estudantes n=296) foram classificadas como eutróficas. Na Índia ⁽²³⁾, em um estudo com 358 estudantes universitários, revelou que 83,8% dos participantes foram classificados como eutróficos.

Na Turquia ⁽²⁴⁾, um estudo com 400 estudantes universitários revelou que 80,3% foram classificados como eutróficos e, enquanto em Oman ⁽²⁵⁾, dos 351 estudantes de Medicina, 88% das quais eram mulheres, 63% foram classificadas como eutróficas, sendo que destas, 64,7% das mulheres eutróficas estão insatisfeitas com sua imagem corporal. Nota-se, então, que a porcentagem de eutróficas observadas no presente estudo foi a menor, quando comparada às pesquisas reportadas aqui.

Com relação ao nível de insatisfação dos sujeitos com sua imagem corporal, na presente pesquisa, segundo a tabela 3, 51 (30,91%) das participantes apresentaram insatisfação leve, 30 (18,18%) apresentaram insatisfação moderada e 21 (12,12%), insatisfação severa. Um estudo⁽²⁰⁾ com 93 estudantes de Enfermagem em São Paulo, relatou que 17,2% dos participantes apresentaram preocupação leve, enquanto 21,5% apresentaram preocupação moderada e 17,2%, preocupação severa com a imagem corporal.

No presente estudo, a porcentagem de participantes que exibiu preocupação severa foi de 15,1%, segundo a tabela 3. Na Turquia⁽²⁴⁾, uma investigação de 400 estudantes universitários, sendo 49,3% de mulheres, relatou que 80,3% delas eram eutróficas, enquanto só 52,3% estão satisfeitas com seu peso e 67,3% relataram estar satisfeitas com a aparência corporal.

O motivo de apresentarmos dados de vários países do mundo e, desta forma, contrastar os dados do presente estudo, foi porque notamos a influência das diferentes culturas sobre os padrões de imagem corporal, reiterando o que autores vêm sugerindo há décadas⁽¹⁰⁻¹¹⁾.

As plataformas digitais monetizam a promessa de um corpo "ideal", amplificando, marcas e discursos que delegam às indústrias e comércio, o cuidado de si, associando o "bem-estar" a autocontrole estético. Esse ecossistema reconfigura normas corporais, desloca responsabilidades para o indivíduo e intensifica comparação social e insatisfação corporal, sobretudo entre mulheres jovens⁽²⁶⁻²⁷⁾.

Estudos brasileiros recentes descrevem esse imaginário neoliberal do corpo e a circulação de técnicas e mercadorias do emagrecimento no Instagram, com efeitos materiais sobre práticas e afetos⁽²⁶⁻²⁷⁾. Em nosso estudo, o nível moderado de IPRS sugere que essa influência é percebida pelas graduandas e se articula com o descontentamento normativo já descrito em mulheres jovens.

Usuários de redes sociais de relacionamento, especialmente *Instagram*, vem sendo apontados como apresentando maiores níveis de insatisfação corporal e para desenvolver transtornos alimentares, depressão, ansiedade e estresse com mais frequência. Isto porque o uso em excesso das redes sociais afeta significativamente a auto comparação com perfis de influencers digitais⁽²⁸⁾. O uso excessivo de telas pode interferir no desenvolvimento cognitivo e social, sendo prejudicial ao desempenho acadêmico e suas relações pessoais, além da exposição constantes a conteúdos inadequados, sendo risco de segurança e bem-estar juvenil⁽²⁹⁾.

Além disso, em termos psicológicos, o acesso excessivo às redes sociais pode levar à sentimentos de ansiedade, depressão e estresse e expõe os sujeitos a padrões idealizados e irreais, colaborando no aumento do surgimento de transtornos alimentares, insatisfação com a autoimagem e baixos níveis de autoestima^(2-3,28).

Foi indicado nas tabelas 4 e 5, uma relação entre estatisticamente significativas entre imagem corporal e a influência percebida das redes sociais. Neste sentido, um estudo conduzido no Líbano⁽³⁰⁾ com 292 estudantes universitários, investigou a relação entre dependência de mídias sociais e satisfação com imagem corporal e atitudes alimentares. Tal pesquisa concluiu que 41% dos participantes foram classificados como dependentes e estes apresentaram diferenças significativas em relação à satisfação com a imagem corporal e com atitudes alimentares impulsivas.

Neste sentido, um estudo experimental⁽⁷⁾ realizado com 224 estudantes de graduação do sexo feminino, no qual um grupo de participantes que foi classificado como tendo satisfação corporal aumentou este aspecto em comparação ao outro grupo, revelando que insatisfação corporal, foi associada com piora do estado afetivo, sugerindo, assim, que mídias sociais podem afetar negativamente o estado emocional, particularmente entre aqueles cujo estado afetivo já esteja prejudicado.

Assim, os dados do presente estudo vêm sendo corroborados, visto que foi observada a tendência linear positiva para a insatisfação com a imagem corporal, com base no aumento

do IMC (veja a tabela 5). Em outro estudo, do tipo experimental⁽⁸⁾, 156 estudantes universitárias do sexo feminino foram apresentadas a uma série de vídeos no *TikTok*[®], os quais foram previamente selecionados e qualificados como de impacto emocional positivo, por juízes especialistas. A pesquisa em questão concluiu que as participantes satisfeitas com sua imagem corporal, apresentaram aumento de sentimentos positivos, enquanto o outro grupo, com baixa satisfação corporal, apresentou aumento de sentimentos negativos.

As tabelas 4 e 5 corroboram também estas afirmações, no sentido de estabelecer a influência negativa das redes sociais em mulheres que estejam vulneráveis emocionalmente, particularmente com relação à sua imagem corporal e ao aumento de peso.

Limitação deste Estudo

O estudo focou-se exclusivamente em uma amostra de estudantes que foram convidadas em uma cidade no interior do Paraná, especificamente, incluindo estudantes do sexo feminino e jovens. Estudos nacionais com estratificação de amostras podem apresentar outros resultados, os quais poderiam facilitar a comparação com outros estudos relevantes. Embora a amostra abrangeu estudantes de uma universidade pública e uma privada, não houve diferenças significativas, nem tampouco o objetivo consistiu em comparar os dois públicos de estudantes.

Um estudo diagnóstico⁽³¹⁾ comparou diferentes indicadores antropométricos utilizando a bioimpedância como padrão para avaliar obesidade entre 780 pessoas, concluindo que o IMC, como indicador isolado, não é capaz de distinguir composição corporal nem distribuição de gordura, reforçando, então, que avaliações de risco metabólico devem incluir medidas adicionais como circunferência abdominal e bioimpedância, ampliando a precisão clínica além do IMC. Contudo, tais métodos não foram viáveis no presente desenho devido a restrições logísticas de campo.

Contribuições para a área da Saúde

Ao oferecer uma melhor compreensão da relevância deste tema e dos impactos deste fator na saúde mental e física de muitos estudantes contribuindo para ações de promoção da saúde e prevenção de transtornos alimentares. Iniciativas como a campanha *Aerie Real*⁽³²⁾, que utilizou imagens sem edição digital, demonstraram efeitos positivos na satisfação corporal.

Os achados apontam que estudantes de Enfermagem brasileiros apresentam maior excesso de peso e baixos níveis de atividade física, reforçando a necessidade de programas de intervenção bem estruturados. Embora muitas intervenções tenham mostrado resultados promissores, ainda falta padronização na concepção e execução desses programas, sendo mais comuns os focados em atividade física, abordagens socioculturais críticas e valorização da funcionalidade corporal⁽³³⁾.

CONCLUSÕES

Os problemas relacionados à satisfação com a imagem corporal são observados principalmente entre pessoas jovens, sugerindo que no Brasil, as estudantes universitárias apresentam os piores escores de IMC. Entretanto, os índices mensurados de insatisfação com a imagem corporal variam entre os países, sugerindo, desta forma, que os fatores socioculturais e econômicos são os principais fatores explicativos neste contexto. A hipótese de que as redes sociais de relacionamento podem ser inapropriadas para mulheres que vivenciam sentimentos negativos a respeito de sua imagem corporal, revelou ser consistente.

A amostra investigada nesta pesquisa, a qual foi selecionada no interior do Paraná, apresentou um nível maior de susceptibilidade a risco do que em relação a outras regiões do Brasil, corroborando, assim, o pressuposto de que as redes sociais de relacionamento afetam negativamente o estado emocional das estudantes universitárias.

Comparações entre esta pesquisa e estudos internacionais, revelou uma diferença cada vez maior, apontando a importância de melhorar as medidas de promoção de saúde, com o objetivo de controle mais eficaz da obesidade, especialmente sob a luz do fato de que a obesidade é um problema comum das Américas.

Soma-se a este fato, conduzir mais estudos para avaliar o impacto das redes sociais nos estudantes universitários pode contribuir para o desenvolvimento de medidas educacionais, bem como debates nos ambientes universitários, particularmente em relação aos esforços para promover saúde mental e prevenir transtornos alimentares, de humor e de ansiedade, além de programas de promoção de saúde que poderiam ser implementados.

FOMENTO E/OU AGRADECIMENTO

À Fundação Araucária pelo fomento à pesquisa. Edital PBA 2021, Chamada Publica 09/2021.

REFERÊNCIAS

1. Burychka D, Miragall M, Baños RM. Towards a comprehensive understanding of body image: integrating positive body image, embodiment and self-compassion. *Psychol Belg.* 2021;27;61(1):248-61. <https://doi.org/10.5334/pb.1057>
2. Ruiz R, Alfonso-Fuertes I, Vives G. (). Impact of social media on self-esteem and body image among young adults. *Europ Psychiatr.* 2022;65:S585-S585. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.1499>
3. Lira AG et al. Social media consume, media influence and body dissatisfaction among Brazilian female adolescents. *J Bras Psiquiatr.* 2017;66(3):164-71. <https://doi.org/10.1590/0047-208500000166>
4. Magalhães LM, Bernardes ACB, Tiengo A. A influência de blogueiras fitness no consumo alimentar da população. *Rev Bras Obes Nutr Emagrec* [Internet]. 2018[cited 2025 Jul 30];11(68):685-92. Available from: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/629>
5. Medeiros MMS, Macêdo SGGF, Nascimento RA, Vieira MCA, Moreira MA, Câmara SMA, et al. Dissatisfaction with body image and weight gain in middle-aged women: a cross sectional study. *PLoS One.* 2024;11;19(1):e0290380. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0290380>
6. Noraini H et al. Dissatisfaction about body image during social networking among university students. *Mal J Nurs.* 2022;13(4):12-8. <https://doi.org/10.31674/mjn.2022.v13i04.003>
7. Balanji S, White C, Zaitsoff S. 'Fake' Instagram use is associated with real differences in users' self-photo activities: an exploratory investigation considering body satisfaction. *Eat Behav.* 2023;50:101777. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2023.101777>
8. Dhadly PK, Kinnear A, Bodell LP. #BoPo: does viewing body positive TikTok content improve body satisfaction and mood? *Eat Behav.* 2023;50:101747. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2023.101747>
9. Pursey K, Burrows TL, Stanwell P, Collins CE. How Accurate is Web-Based Self-Reported Height, Weight, and Body Mass Index in Young Adults? *J Med Internet Res.* 2014;16(1):e4. <https://doi.org/10.2196/jmir.2909>

10. Cooper PJ, Taylor M, Cooper Z, Fairbum CG. The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *Int J Eating Disord.* 1987;4:485-94. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198707)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O)
11. 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.* 2009;31(1):21-4. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462008005000017>
12. Stunkard A. Old and new scales for the assessment of body image. *Percept Mot Skills.* 2000;90(3):930. <https://doi.org/10.2466/pms.2000.90.3.930>
13. Scagliusi FB, Alvarenga M, Polacow VO, Cordás TA, Queiroz GKO, Coelho D, Philippi ST, et al. Concurrent and discriminant validity of the Stunkard's figure rating scale adapted into Portuguese. *Appetite.* 2006;47:77-82. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2006.02.010>
14. Parzer V, Sjöholm K, Brix JM, Svensson PA, Ludvik B, Taube M. Development of a BMI-assigned stunkard scale for the evaluation of body image perception based on data of the SOS reference study. *Obes Facts.* 2021;14:397-404. <https://doi.org/10.1159/000516991>
15. Dutheil F, Pereira B, Bouillon-Minois J, Clinchamps M, Brousses G, Dewavrin S, et al. Validation of Visual Analogue Scales of job demand and job control at the workplace: a cross-sectional study. *BMJ Open.* 2022;12:e046403. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-046403>
16. Ali A, Rasheed A, Siddiqui AA, Naseer M, Wasim S, Akhtar W. Non-parametric test for ordered medians: the jonckheere terpstra test. *Int J Statist Med Res.* 2015;4:203-7. <https://doi.org/10.6000/1929-6029.2015.04.02.6>
17. Almoraie NM, Alothmani N, Alomari WD, Al-Amoudi A. Addressing nutritional issues and eating behaviours among university students: a narrative review. *Nutr Res Rev.* 2025;38(1):53-68. <https://doi.org/10.1017/S0954422424000088>
18. Li X, Braakhuis A, Li Z, Roy R. How does the university food environment impact student dietary behaviours? a systematic review. *Front Nutr.* 2022;9:840818. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.840818>
19. Silva LPR, Tucan ARO, Rodrigues EL, Pinho CPS. Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: um estudo em jovens estudantes universitários. *Einstein.* 2019;17(4):eAO4642. http://doi.org/10.31744/einstein_journal/2019AO4642
20. Duarte LS, Koba Chinen MN et al. Distorted self-perception and dissatisfaction with body image among nursing students. *Rev Esc Enferm USP.* 2021;55:e03665. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019042903665>
21. Song H, Cai Y, Cai Q et al. Body image perception and satisfaction of junior high school students: analysis of possible determinants. *Children.* 2023;10:1060. <https://doi.org/10.3390/children10061060>
22. Guimarães JP, Fuentes-García JP, González-Silva J, Martínez-Patiño MJ. Physical activity, body image, and its relationship with academic performance in adolescents. *Healthcare.* 2023;11:602. <https://doi.org/10.3390/healthcare11040602>
23. Diengdoh I, Ali A. Body image and its association with depression, anxiety, and self-esteem among college going students: a study from Northeast India. *Indian J Community Med.* 2022;47:218-22. https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm_881_21
24. Ayran G, Süleyman Z, Avcı Ü, Umut A. The effect of Internet addiction on eating attitude and body image in university students. *J Child Adolesc. Psychiatr Nurs.* 2021;34:199-205. <https://doi.org/10.1111/jcap.12320>
25. Divecha CA, Siomn MA, Asaad AA. Body image perceptions and body image dissatisfaction among medical students in Oman. *Sultan Qaboos University Med J.* 2022;22(2):218-24. <https://doi.org/10.18295/squmj.8.2021.121>

26. Pio GN, Pio LG. Escultores de sonhos, coaches de corpos: “bem-estar”, saúde e estética neoliberal no Instagram. *Rev Bras Soc.* 2024;12:e-rbs.1010. <https://doi.org/10.20336/rbs.1010>
27. Freitas DD. Os discursos de saúde como estratégia de governo: alimentação, atividade física e empresariamento de si. *Rev Didát Sist.* 2024;25(2):92–104. <https://doi.org/10.14295/rds.v25i2.16485>
28. Sattarpanahi ELK, Hesami S, Salehi N, Kavousighafi M. Body image and social media: a qualitative investigation of the influence of instagram on young women’s self-perception and body satisfaction. *Psywoman.* 2024;5(2):25–32. <https://doi.org/10.61838/kman.pwj.5.2.5>
29. Rideout V, Robb MB. Media use by kids age zero to eight: the Common Sense Census. [Internet]. San Francisco, CA: Common Sense Media; 2020 [cited 2023 Dec 14]. Available from: https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/2020_zero_to_eight_census_final_web.pdf
30. Karam, JM, Bouteen C, Mahmoud Y, Tur JA, Bouzas C. The relationship between social media use and body image in lebanese university students. *Nutrients.* 2023;15(18):3961. <https://doi.org/10.3390/nu15183961>
31. Vera-Ponce VJ, Zuzunaga-Montoya FE, Loayza-Castro JA, Vasquez-Romero LEM, Iturregui Paucar CR, Valladares-Garrido MJ, et al. Waist body mass index outperforms other anthropometric indicators in identifying obesity using bioimpedance. *J Endocrinol Metab.* 2024;14(1):13–20. <https://doi.org/10.14740/jem918>
32. Convertino AD, Rodgers RF, Franko DL, Jodoin A. An evaluation of the Aerie Real campaign: Potential for promoting positive body image? *J Health Psychol.* 2019;24(6):726–37. <https://doi.org/10.1177/1359105316680022>
33. Kerner C, Prescott A, Smith R, Owen M. A systematic review exploring body image programmes and interventions in physical education. *Europ Phys Educ Rev.* 2022;28(4):942–67. <https://doi.org/10.1177/1356336X221097318>