

REVISÃO NARRATIVA

A INFLUÊNCIA DA AUTOIMAGEM CORPORAL DISTORCIDA SOBRE O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DISFUNCIONAL

THE INFLUENCE OF DISTORTED BODY SELF-IMAGE ON DYSFUNCTIONAL EATING BEHAVIOR

**Felipe Gustavo Galves Coelho da Rocha¹; Danillo Schaefer Souza Nunes²; Luísa Sadra
Tristão Barbosa³; Luana Lisner de Oliveira Santos⁴; Tânia Maria Leite da Silveira⁵**

1. Graduando em Nutrição. Centro Universitário de Belo Horizonte – UniBH, 2022. Belo Horizonte, MG. felipegalves.meioambiente@gmail.com

2. Graduando em Nutrição. Centro Universitário de Belo Horizonte – UniBH, 2022. Belo Horizonte, MG. danilloschaefer@gmail.com

3. Graduanda em Nutrição. Centro Universitário de Belo Horizonte – UniBH, 2022. Belo Horizonte, MG. luisasadra123@hotmail.com

4. Graduanda em Nutrição. Centro Universitário de Belo Horizonte – UniBH, 2022. Belo Horizonte, MG. lisner472@gmail.com

5. Doutora em Ciência de Alimentos. UFMG, 2008. Professora Adjunto I do Centro Universitário de Belo Horizonte – UniBH. Belo Horizonte, MG. tania.silveira@prof.unibh.br

RESUMO: Teve-se como objetivo nesse trabalho apontar como a percepção da autoimagem corporal distorcida pode influenciar no comportamento alimentar disfuncional. Para tanto, adotou-se como metodologia a revisão narrativa de forma a levantar a literatura que atendesse o objetivo proposto. A pesquisa realizada se destaca no período de 2013 a 2022, nas bases de dados Google Acadêmico, Portal Capes, SciELO e LILACS por meio dos descritores: conduta alimentar; hábitos alimentares; hábitos alimentares saudáveis; hábitos alimentares pouco saudáveis; amor-próprio; autoestima; autopercepção. A partir dos artigos selecionados efetuou-se a conceituação de autoimagem corporal, as diferenças entre comportamento alimentar disfuncional e saudável e por fim, a associação entre autoimagem corporal distorcida e o comportamento alimentar disfuncional. Concluiu-se que o processo de percepção da imagem corporal é multifatorial e pode ser influenciado pelo meio em que o indivíduo convive, levando-o a desenvolver um comportamento alimentar disfuncional e sendo gatilho para transtornos alimentares. Cabe portanto, ao nutricionista respeitando os limites da sua atuação um papel de protagonismo como agente de informação e transformação para colaborar com uma sociedade mais sadia através da desconstrução de crenças limitantes.

PALAVRAS-CHAVE: Transtorno alimentar. Comportamento alimentar. Hábitos alimentares. Autoimagem.

ABSTRACT: The objective of this work was to point out how the perception of distorted body self-image can influence dysfunctional eating behavior. To this end, the narrative review was adopted as a methodology in order to survey the literature that met the proposed objective. The research carried out stands out in the period from 2013 to 2022, in the Google Scholar, Portal Capes, SciELO and LILACS databases through the descriptors eating behavior; eating habits; healthy eating habits; unhealthy eating habits; self-love; self-esteem; Self perception. From the selected articles, the conceptualization of body self-image, the differences between functional and healthy eating behavior and, finally, the association between distorted body self image and dysfunctional food composting was carried out. It

was concluded that the process of body image perception is multifactorial and can be influenced by the environment in which the individual lives, leading him to develop a dysfunctional eating behavior and being a trigger for eating disorders. It is therefore up to the nutritionist, respecting the limits of his performance, to play a leading role as an agent of information and transformation to collaborate with a healthier society through the deconstruction of limiting beliefs.

KEYWORDS: *Eating disorder. Feeding behavior. Eating habits. Self image*

1. INTRODUÇÃO

O termo comportamento é definido como a maneira de se comportar ou de se conduzir atitudes; procedimentos; conjunto de ações observáveis de um indivíduo (ALVARENGA, 2019).

Quando se trata de comportamento alimentar é considerado sua natureza multidimensional, assim deve ser entendido como um conjunto de fatores que envolve cognições e afetos os quais estão diretamente relacionados as condutas alimentares dos indivíduos e que sofrem influências psicológicas, sociais e culturais (INC, 2022).

Considerando toda a complexidade que envolve o comportamento alimentar percebe-se que alguns indivíduos não tem uma boa relação com a comida. Isso é relacionado a um comer transtornado que abrange toda relação alimentar não saudável e disfuncional podendo evoluir para um transtorno alimentar (MATHIAS, et. al. 2021)

A utilização do termo imagem corporal é uma forma de padronizar os diferentes componentes que integram a imagem que um indivíduo tem de seu corpo. Dentre eles tem-se: satisfação com o peso, avaliação e orientação da aparência, estima corporal, corpo ideal, padrão do corpo, esquema corporal, percepção corporal, distorção corporal e desordem da imagem corporal, dentre outras (THOMPSON, COOVERT, STORMER, 1999, apud SILVA, et. al., 2021).

Quando um determinado indivíduo tem uma autopercepção da sua imagem corporal distorcida é considerado uma patologia "transtorno dismórfico corporal", sendo manifestada quando a pessoa desenvolve uma visão irrealista do próprio corpo, que não condiz com o que de fato é (ASSAL, FERNANDES, 2014). Estudos de prevalência indicam que cerca de 1 a 6 % da população geral foi incluída nos critérios diagnósticos de transtorno dismórfico corporal (BRITO, 2016). Dados da OMS (2021) estimam que 4,7% dos brasileiros possuem algum tipo de transtorno alimentar, e que o principal grupo acometido são as mulheres de 18 a 24 anos (CREMEPE, 2022).

Com isso, existe uma busca de um corpo ideal que muitas vezes não é alcançado, o que gera frustrações que podem resultar em um desvio de comportamento alimentar (ASSAL; FERNANDES, 2014).

Diante do exposto, o objetivo do presente trabalho é apontar como a percepção da autoimagem corporal distorcida pode influenciar no comportamento alimentar disfuncional.

2 . METODOLOGIA

A metodologia utilizada foi do tipo revisão narrativa da bibliografia, que tem como objetivo conhecer as principais contribuições teóricas a respeito de um determinado assunto, respeitando um limite temporal. No caso da presente pesquisa ela se enquadra entre os

anos 2013 a 2022, contemplando as bases de dados Google Acadêmico, Portal Capes, SciELO e LILACS.

Os descritores utilizados em língua portuguesa na pesquisa foram colhidos na plataforma DeCs e truncados pelos booleanos AND, NOT e OR conforme a necessidade de modo a garantir uma melhor recuperação de dados. Sendo esses descritores: a) conduta alimentar; b) hábitos alimentares; c) hábitos alimentares saudáveis; d) hábitos alimentares pouco saudáveis; e) amor-próprio; f) autoestima; g) autopercepção.

Tem-se como critérios de inclusão a) artigos entre 2013 e 2022; b) artigos em língua portuguesa; c) artigos disponíveis online; d) artigos que contivessem um ou mais dos termos de busca em seu título ou resumo. Como critérios de exclusão: a) trabalhos indisponíveis online, b) trabalhos fora do período estipulado; c) trabalhos fora da temática do trabalho.

3. DESENVOLVIMENTO

3.1. A PERCEPÇÃO DA AUTOIMAGEM CORPORAL

A imagem corporal é a percepção da figura do corpo que o indivíduo tem de si, ou seja, como ele concebe e percebe seu próprio corpo podendo ser de forma consciente ou inconsciente. Essa visualização e interpretação são multidimensionais, pois é formada por sensações como: reflexo de desejos, atitudes emocionais e interações sociais, e não apenas por uma construção cognitiva, demonstrando assim uma representação interna da estrutura de sua aparência (REGO; CHAUD, 2022).

Esse desenvolvimento surge na infância a partir de 2 anos de idade, quando a criança passa a se reconhecer no espelho e a ter maiores relações interpessoais, assim aprendendo como a sociedade enxerga as suas atuais características físicas (NEVES, 2017).

Como dito anteriormente, o processo de percepção da autoimagem corporal perpassa por diversos aspectos da vida pessoal e social do indivíduo. Quando se fala de influência social, cabe compreender que apenas com base nos comportamentos e padrões de sua época um indivíduo é capaz de formar sua percepção acerca daquilo que é belo e aceitável e aquilo que não é. Cabe citar diversos momentos da história da humanidade onde o padrão do que é belo se alterou ao longo do tempo, sendo constantemente associado ao status social, como no período greco-romano onde a obesidade era sinal de fartura e maior poder aquisitivo e como no início do século XXI o padrão magro influenciado por Britney Spears tomava conta das televisões levando diversas garotas ao redor do mundo a desejar um corpo magro quase impossível de se obter naturalmente (BRACHT, et. al., 2013).

Um dos principais fatores de mudança na percepção da imagem corporal é o ambiente midiático, social e esportivo que impõe um padrão corporal considerado ideal, que algumas pessoas associam ao sucesso e à felicidade. Esse fator, juntamente com alguns transtornos alimentares e psicológicos, contribui para o desenvolvimento de comportamentos inadequados que podem comprometer a saúde e a vida social do indivíduo (RODRIGUES, et. al., 2017).

Atualmente, a aparência é supervalorizada socialmente, servindo como critério para adesão a determinados grupos e sendo parâmetro para determinar o capital social do indivíduo. A busca pela beleza tornou-se comum, com as pessoas indo a quaisquer instâncias em busca da aparência "perfeita". Vendo isso como uma tentativa de melhorar sua autoimagem e autopercepção, ajudar a melhorar suas relações sociais e aumentar suas perspectivas de sucesso em diversas situações (MATHIAS, et. al. 2021).

Diante disso, tem-se um padrão corporal ideal, que se altera conforme as necessidades da mídia e do mercado, nunca permanecendo o mesmo, criando assim um ideal físico inalcançável, desfigurado da realidade e muitas vezes impossível de se alcançar por meio de comportamentos saudáveis. Muitas vezes, tal padrão, é impossível de se alcançar pela população em geral, sendo um objeto de desejo de consumo, causando ainda mais insatisfação. Insatisfação essa cuidadosamente alimentada através de um mercado que usa essa constante insatisfação como modo de vender um padrão quase impossível de se alcançar de forma natural. Causando na população geral um constante sentimento de inadequação, de ausência de representatividade e assim tendo como consequência um indivíduo que não se veja em nenhum momento como integrante daquilo que é considerado “padrão” e muito menos que consiga construir um referencial corpóreo de si mesmo que seja satisfatório e condizente com a realidade (BRACHT, et. al., 2013).

Há uma série de fatores que fazem com que os sujeitos desenvolvam relações positivas ou negativas em relação à sua imagem corporal: experiências do dia a dia que determinam pensamentos; sentimentos e reações relacionadas à aparência. O primeiro sinal de perda de autoconfiança é sentido quando o corpo não se conforma aos estereótipos idealizados pela sociedade. Assim, a imagem corporal negativa (insatisfação e/ou distorção da imagem corporal) está associada à insatisfação do indivíduo com sua aparência (REGO; CHAUD, 2022).

Nesse sentido, os problemas com a imagem corporal podem ter origem na insatisfação com o corpo e evoluir para uma preocupação extrema com a aparência, levando a imagem corporal negativa como um dos principais motivos das alterações na percepção corporal. A imagem, como padrão físico imposto pela mídia, sociedade e esporte, é considerada desejável e associada ao sucesso e à felicidade. A mídia expõe

imagens de modelos para as massas, como imagens de espelho, nas quais as massas avaliam seus corpos em relação ao olhar dos outros, o que pode interferir em sua autoestima e construção de autoimagem (MATHIAS, et. al. 2021).

3.2 COMPORTAMENTO ALIMENTAR SAUDÁVEL E COMPORTAMENTO ALIMENTAR DISFUNCIONAL

A população sempre veio mudando a forma de como se alimentar no decorrer do tempo, mas atualmente esta alimentação vem acarretando sérias consequências a saúde de toda sociedade pela perda da identidade alimentar, seja ela familiar ou cultural. O padrão alimentar vem sendo padronizado por meio de comidas rápidas (*fast-food*) que muitas empresas alimentícias oferecem a todo o momento através de propagandas (COELHO; et. al., 2014).

O conceito de comportamento alimentar é um estilo de vida ou rotina da qual o indivíduo tem em prática no seu cotidiano. Consiste em uma forma de se alimentar, podendo ser influenciado por familiares, pelo âmbito de trabalho, círculo de amizades ou até mesmo pela parte cultural da sociedade que este indivíduo está inserido, podendo ser algo saudável ou não. “A alimentação ela é muito mais do que uma necessidade fisiológica, ela está muito conectada com sua vida social e com ela se pode abrir caminhos de novos conhecimentos e valores” (COSTA, 2018).

O comportamento alimentar pode ser classificado em saudável e disfuncional, sendo que o primeiro é definido como a soma de todas as nossas experiências de vivência positiva com a comida. Para atingir uma postura saudável referente a sua alimentação deve-se ter em primeiro momento respeito com seu próprio corpo para que assim você conheça todos os indicativos de fome, saciedade, sede e entre outros

sintomas fisiológicos que faz total diferença (COSTA, 2018).

Já o comportamento alimentar disfuncional ou comer transtornado abrange todo tipo de comportamento alimentar inadequado ,como por exemplo dietas restritivas ,jejum prolongado,ingesta muito baixa de alimentos ,utilização de substitutos para refeições como shakes ou suplementos ,utilização de medicação para o controle do peso ou outros tipos de comportamentos que visam diminuir a quantidade de alimento ingerido e o controle de peso de forma inadequada.(LEAL,et al, 2013; MATHIAS, et. al. 2021).Sendo que o comer transtornado é considerado um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares ,como bulimia e anorexia porém com frequência e gravidade dos sintomas diminuídos (ALVARENGA,et al , 2020; MATHIAS, et. al. 2021).

3.3 A RELAÇÃO DA AUTOIMAGEM CORPORAL DISTORCIDA E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DISFUNCIONAL

O corpo magro é extremamente valorizado na sociedade, sendo as mulheres as principais afetadas. Um desses efeitos é a distorção da própria imagem corporal, que pode ocorrer na população geral, mas está demasiadamente presente em pessoas com transtornos alimentares (TA) específicos, como bulimia, anorexia nervosa e obesidade mórbida gerando nessas pessoas um foco excessivo no seu peso e em dietas restritivas, o que muitas vezes se trata de uma imagem corporal distorcida, comportamentos alimentares irregulares e controle insuficiente de peso (SILVEIRA, et. al., 2013).Com isso, existe uma busca de um corpo ideal que muitas vezes não é alcançada, o que gera frustrações que podem resultar em um desvio de comportamento alimentar. (GIROTTTO, et. al., 2020).

Geralmente, quando existe uma insatisfação corporal, o indivíduo é levado a seguir dietas restritivas,

principalmente na fase da adolescência, buscando a perda de peso, o que pode trazer riscos para a saúde, com o desenvolvimento de transtornos alimentares. (FATTORI, 2018)

Indivíduos que já demonstraram praticar algum comportamento que foge do saudável para controlar o peso têm maior risco de desenvolver algum transtorno alimentar. Devido à maior modificação do corpo da mulher na adolescência, a partir da menarca, as mulheres tendem a acumular mais gordura e isso é um fator que pode influenciar negativamente no comportamento alimentar. Outro fator é a influência da classe socioeconômica. Um estudo com alunas do Equador, de escolas públicas e privadas, constatou que distúrbios no comportamento alimentar eram mais presentes em meninas com a renda familiar menor (FATTORI, 2018).

No momento da alimentação, fatores psicológicos podem influenciar na forma com o qual o indivíduo se alimenta, o que pode acarretar riscos à saúde. O tipo de comportamento alimentar de uma pessoa pode estar relacionado com o comer emocional, que faz com que a pessoa que se encontre em quadros de ansiedade e "desconte " seus problemas na comida tendo episódios de compulsão alimentar. As chances do desenvolvimento de transtornos alimentares são maiores em jovens e adultos, principalmente quanto a práticas alimentares inadequadas pelos jovens e quanto à cobrança maior que cada um faz de si mesmo quando está fase adulta. (OLIVEIRA; CAMPOS, 2021).

A sociedade cobra corpos "ideais" das pessoas e, diante disso, estas criam uma cobrança muito grande consigo mesmas e, nessa busca incessante pelo corpo perfeito, frustram-se e criam uma imagem distorcida e negativa de seus corpos. Essa imagem corporal, hoje em dia, está ligada à autoestima, à confiança e à felicidade. (MACEDO, 2019). A autoestima é a percepção que temos de nós mesmos, não apenas

quanto ao físico, e está ligada à satisfação ou à insatisfação da imagem corporal. (OLIVEIRA; CAMPOS, 2021).

Em seu estudo, Albuquerque, et. al., (2021) relatou que 66,67% das 30 mulheres entre 18 e 35 anos se sentiam inferiores às outras, ou por serem muito magras, ou por apresentarem sobrepeso. Por outro lado, 33,33% alegaram que é necessário estar incluso nos padrões impostos pela sociedade para que se tenha felicidade. Foi relatado pelas mulheres, independentemente da adequação do IMC, que ainda existia insatisfação e autocobrança. Já quanto aos homens, notou-se que a distorção de imagem era menor (COSTA, 2018).

Um fator que influencia direta e indiretamente no comportamento alimentar são as influências advindas por meio do marketing e das mídias. Se antes essas eram divulgadas através das revistas e da TV, sendo contempladas apenas quando a estas o indivíduo tinha acesso, agora se encontram em suas mãos, por todo o dia através das redes sociais. Sendo capazes de provocar uma série de comparações do corpo real do ser humano, com o corpo magro ideal imposto. A aparência considerada “padrão de beleza” se transformou em um objetivo obrigatório a todos como forma de receber a validação social almejada por meio de elogios e enaltecimentos. Mas muitas vezes, esse objetivo não é atingido, o que gera desapontamento e sentimento de culpa (FATTORI, 2018).

Além da publicidade que pode persuadir na alimentação, nos dias atuais, um forte obstáculo para readequar a postura alimentar além do recente fenômeno das pessoas tidas como “influenciadores digitais” que acabam por induzir a atitudes que vão afetar a saúde física e mental de indivíduos que não se sentem incluídos em algum grupo da sociedade por alguma característica física. Quando alguém começa a se expor em alguma mídia social ela está se

submetendo a comparações com a estética corporal criada naquele meio (RODRIGUES, et. al., 2017).

Nos momentos de vulnerabilidade, os conteúdos postados por blogueiras e digital influencers, que são pessoas com grande número de seguidores, só alimenta a insatisfação corporal e a baixa autoestima, o que pode propiciar o aparecimento de comportamentos maléficos para a saúde. A alimentação de forma errada pode gerar problemas pertinentes à atenção e à aprendizagem, e levar a uma rotina alimentar inadequada, tendendo ao surgimento de transtornos alimentares de todos os tipos e espécies (COSTA, 2018).

Apesar da influência das mídias sociais e da publicidade, levando ao comportamento disfuncional e o culto à magreza, a Organização Mundial da Saúde publicou que as taxas de sobrepeso e obesidade continuam aumentando muito rapidamente ao longo do tempo, mesmo em meio a toda a insatisfação vigente. (COELHO; et. al., 2014).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a realização deste trabalho foi evidenciado que a imagem corporal distorcida afeta o comportamento alimentar das pessoas. Indivíduos de determinados grupos sociais uma vez influenciados pelo ambiente midiático, social e esportivo submetem-se uma pressão estética através de um conceito de padrão corporal considerado ideal somando-se aos fatores psicológicos e culturais desenvolvem uma percepção da autoimagem corporal distorcida.

A insatisfação corporal desencadeia um comportamento alimentar inadequado e disfuncional obtendo como resultado o foco excessivo no peso corporal e em dietas restritivas que são gatilhos de transtornos alimentares como bulimia e anorexia nervosa .

Portanto, cabe ao Nutricionista respeitando os limites de sua atuação um papel de protagonismo por ser o profissional especialista na compreensão da relação dos alimentos com a saúde humana, e cada vez mais se debruçando no entendimento da ciência do comportamento alimentar sendo assim um agente de informação e transformação através de uma comunicação assertiva e fazendo uso de ferramentas comportamentais para assim colaborar de fato com uma sociedade mais informada e sadia através da desconstrução de crenças limitantes propagadas através dos meios de comunicação e que por sua vez são gatilhos e que provocam uma relação com a auto percepção corporal e com o ato de se alimentar e nutrir algo prejudicial a saúde, assumindo assim um papel de educador e terapeuta nutricional, ajudando seu cliente/ paciente a ter uma melhor compreensão do que é uma relação saudável com o corpo e com a comida.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, Dayane et al. A influência da transição alimentar e nutricional sobre o aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 7, p. 74647-74664, 2021
- ALVARENGA, M. et. al. **Nutrição Comportamental**. Editora Manole. 2019.
- ASSAL, Sâmar El; FERNANDES, Daniela Canuto. Imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em praticantes de exercícios e atletas: evidências científicas. **Estudos**, Goiânia, v. 41, p. 31-41, out. 2014
- BRACHT, Claudia Michele et al. Percepção da autoimagem corporal, estado nutricional e prática de atividade física de universitários do Rio Grande do Sul. **O Mundo da Saúde**, v. 37, n. 3, p. 343-353, 2013.
- BRITO, M. J. A. et al. Escala de Sintomas da Dismorfia Corporal para pacientes que buscam a cirurgia plástica: estudo de validação cultural. **Sao Paulo Medical Journal**, v. 134, n. 6, p. 480-490, 2016.
- COELHO, Helena Martins; PIRES, António Prazo. Relações familiares e comportamento alimentar. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 30, p. 45-52, 2014.
- CONSELHO REGIONAL DE MEDICINA DO ESTADO DE PERNAMBUCO. Brasil: transtorno alimentar na crescente. **Jornal do Commercio**. 21 de Fevereiro de 2022. Disponível em: <https://www.cremepe.org.br/2022/02/21/brasil-transtorno-alimentar-na-crescente/>. Acesso em 25 de abril de 2022.
- COSTA, Muana Lucena da. **Associação entre o uso de mídias sociais e comportamento alimentar, percepção e checagem corporal**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.
- FATTORI, Sabine Bianchi. **Satisfação da imagem corporal e comportamento alimentar de bailarinas amadoras da cidade de Canela/RS**. 2018.
- GIROTTTO, Edmarlon et al. Comportamentos alimentares de risco à saúde e fatores associados entre motoristas de caminhão. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 1011-1023, 2020.
- INC - INSTITUTO NUTRIÇÃO COMPORTAMENTAL. **Nutrição comportamental**. S.d. Disponível em: <https://nutricao comportamental.com.br/> . Acesso em 25 de abril de 2022.
- MACEDO, Joyce Lopes et al. Prevalência de insatisfação corporal em praticantes de atividade física. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 13, n. 81, p. 617-623, 2019.
- MATHIAS, Mariana Giaretta. CUNHA CREJO, Bianca; Comer transtornado e o transtorno de compulsão

alimentar e as abordagens da nutrição comportamental. **Revista InterCiência-IMES Catanduva**, v. 1, n. 6, p. 37-37, 2021.

NEVES, Clara Mockdece et al. Imagem corporal na infância: Uma revisão integrativa da literatura. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 35, p. 331-339, 2017.

NOGUEIRA-DE-ALMEIDA, Carlos Alberto et al. Distorção da autopercepção de imagem corporal em adolescentes. **International Journal of Nutrology**, v. 11, n. 02, p. 061-065, 2018.

OLIVEIRA CRUZ, Marcella Cantanhêde; CAMPOS, Letícia Pereira; DA COSTA MAYNARD, Dayanne. Influência do comportamento alimentar e da imagem corporal na autoestima de indivíduos. **Advances in Nutritional Sciences**, v. 2, n. 1, p. 94-105, 2021.

REGO, Giulia Avino; CHAUD, Daniela Maria Alves. Determinantes do comportamento alimentar na adolescência. **Vita et Sanitas**, v. 16, n. 1, p. 95-111, 2022.

RODRIGUES, Maria Eduarda. FIGUEIREDO, Débora de Carvalho; NASCIMENTO, Fábio Santiago. Discurso, culto ao corpo e identidade: representações do corpo feminino em revistas brasileiras. **Linguagem em (Dis)curso**, v. 17, n. 1, p. 67-88, 2017.

SILVA, Fernanda Lopes; CASSEPP-BORGES, Vicente; DE PAIVA, Maria Sílvia Paolucci. Estudo psicométrico do Questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência-4. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 15, n. 2, 2021.

SILVEIRA, Fabiano Vanroo. JUNIOR, Moacir Pereira; JUNIOR, Wilson Campos. Percepção e distorção da autoimagem corporal em praticantes de exercício físico: A importância do exercício físico na imagem corporal. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 7, n. 42, 2013.