Imagem corporal, uma perspectiva *lifespan*: breve revisão narrativa

Body image, lifespan perspective: a brief narrative review

Daniela Medeiros Couto ¹

[1] Universidade dos Açores

danielacouto_20@hotmail.com

Resumo

Objetivo: A presente revisão da literatura pretende analisar de que modo é que a imagem corporal pode oscilar ao longo das principais etapas da vida (infância, adolescência, adultez, envelhecimento) e como pode ser influenciada por um conjunto de fatores socioculturais. **Metodologia:** Elegeram-se uma abordagem de revisão da literatura da narrativa, recorrendo às bases de pesquisa *B-On* e *Scholar Google*, através da pesquisa das palavras: Imagem Corporal, Satisfação Corporal, Insatisfação Corporal, Infância, Adolescência, Adultez e Pessoa Idosa. **Resultados:** A imagem corporal parece ser mais influenciada por fatores intrínsecos e extrínsecos (e.g. físicos, psicológicos e sociais) nas fases do ciclo vital mais marcadas pela mudança, a saber, a puberdade e a meia-idade. Apurou-se que as mulheres tendem a apresentar maiores índices de pressão sobre a sua imagem corporal do que os homens. Por outro lado, uma maior insatisfação corporal parece corresponder a uma maior rigidez e crítica advinda dos meios de comunicação, pais e pares. **Conclusões:** Este estudo denota a falta de investigação desta temática em certas faixas etárias, nomeadamente na população geriátrica, bem como no género masculino. A construção de uma imagem corporal positiva e estável, ao longo da vida, poderá evitar psicopatologias associadas, pelo que é importante investir mais numa educação para a aceitação de si mesmo e do outro.

Palavras-chave: Imagem Corporal, Infância, Adolescência, Adultez, Pessoa idosa

Abstract

Objective: This literature review aims to analyze how body image may fluctuate throughout the main life stages (childhood, adolescence, adulthood, aging) and how it may be influenced by a set of sociocultural factors. **Method:** A narrative literature review approach was chosen, using the *B-On* and *Scholar Google* search bases, through the search for the words: Body Image, Body Satisfaction, Body Dissatisfaction, Childhood, Adolescence, Adulthood and Older Person. **Results:** Body image appears to be most influenced by intrinsic and extrinsic factors (e.g., physical, psychological, and social) in the stages of the life cycle most marked by change, namely puberty and middle age. It was found that women tend to have higher levels of pressure about their body image than men. On the other hand, greater body dissatisfaction seems to correspond to greater rigidity and criticism from the media, parents, and peers. **Conclusions:** This study denotes the lack of research on this subject in certain age groups, namely the geriatric population, as well as in the male gender. The construction of a positive and stable body image throughout life may prevent associated psychopathologies, so it is important to invest more in education for self-acceptance and acceptance of the other.

Keywords: Body image, Childhood, Adolescence, Adulthood, Elderly person

<https://doi.org/10.52014/rppa.v1.i1.2021.16>

Recebido: outubro 2020
Revisão 1: novembro 2020
Revisão 2: dezembro 2020
Revisão 3: maio 2021
Aceite: agosto 2021

I. INTRODUÇÃO

A imagem corporal desempenha um papel importante na compreensão da experiência humana, sendo reconhecida como um constructo complexo, constituída por um conjunto de processos fisiológicos, psicológicos, sociais, emocionais e cognitivos que funcionam de forma interligada, ao longo da vida (Cash & Pruzinsky, 2004). A imagem corporal é influenciada por um conjunto de fatores psicológicos, sociodemográficos, biológicos e socioculturais (Grogan, 2017; Ribeiro & Tavares, 2011) e tem um determinado impacto na qualidade de vida do indivíduo, em que a insatisfação com a imagem corporal pode influenciar o bom funcionamento psicossocial (Cash et al., 2004).

A imagem corporal positiva tem sido alvo de muito interesse empírico e clínico, gerando medidas e métodos que avaliam uma variedade de construções de imagem corporal positiva em diversas populações (Webb et al., 2015). Para estes autores, o crescimento da investigação na imagem corporal positiva pode ajudar a expandir a compreensão do conceito de imagem corporal. De facto, nos últimos anos os estudos sobre esta temática têm aumentado, pois acredita-se que a imagem corporal influencia a saúde física e mental do indivíduo e respetivo comportamento (Jain & Kumar, 2016).

Neste sentido, o presente artigo, pretende contribuir para o aprofundar dos fatores socioculturais (e.g., meios de comunicação social, família, pares) que na opinião de Aliyev e Türkmen (2014) contribuem para o desenvolvimento da imagem corporal.

II. IMAGEM CORPORAL

A imagem corporal é definida como um conjunto de perceções, sentimentos e comportamentos desenvolvidos pelo indivíduo, com base na avaliação da sua própria aparência física (Aliyev & Türkmen, 2014; Araújo, 2001; Grogan, 2017; Saur & Pasian, 2008; Vargas, 2014), caracterizada pela representação mental do corpo, fazendo parte da identidade pessoal de cada indivíduo (Gama & Baptista, 2020). A aparência do indivíduo e a sua perceção sobre ela podem resultar em sentimentos de apreciação, aceitação e conforto com o seu próprio corpo – imagem corporal positiva, ou em sentimentos e pensamentos negativos, níveis baixos de apreciação e aceitação e níveis elevados de desconforto com o seu corpo – imagem corporal negativa (Piran & Tylka, 2019). Na opinião de Reategui e Palmer (2017) a avaliação da própria imagem corporal é influenciada por três fatores: social (e.g., meios de comunicação social e publicidade); individual (e.g., autoestima e grau de satisfação/insatisfação corporal) e interpessoal (e.g., críticas ou elogios).

Alves et al. (2009) defendem que cada sociedade é constituída por um conjunto de valores, normas e comportamentos transmitidos de geração em geração, perante a qual o indivíduo sente a necessidade de agir em conformidade. O conceito de imagem corporal veio a modificar-se ao longo dos anos, sendo que a conceção do corpo perfeito do Século XXI não corresponde à dos séculos passados, tendo ocorrido uma mudança cultural (Grogan, 2017) consoante a modificação dos valores, normas e comportamentos das sociedades (Alves et al., 2009; Amor, 2017). Segundo Nechar (2018), foi possível observar que desde a época medieval até ao Século XX, houve uma modificação entre a valorização e desvalorização do corpo considerado gordo. Este autor defende que no Século XVI, a figura gorda era considerada o padrão de beleza da época e sinónimo de prestígio, assistindo-se à sua valorização nas artes (e.g., pintura). Acrescenta ainda o progresso das áreas como a medicina, a fisiologia e a química, no Século XVIII, fazendo surgir uma desvalorização, críticas e estigma do corpo gordo, levando a que os indivíduos procurassem alcançar um corpo magro. A magreza, no caso das mulheres, começou a ser associada a características de juventude e atratividade (Alves et al., 2009), e no caso dos homens, associada ao desejo de aumentar a massa muscular da parte superior do corpo através do exercício físico vigoroso (Amor, 2017). A imagem corporal não é sentida da mesma forma em ambos os sexos, sendo que, de um modo geral, acredita-se que os homens apresentam menores níveis de preocupação com a sua imagem corporal e avaliações mais positivas de si mesmos, enquanto que as mulheres exibem maiores níveis de preocupação e avaliações menos positivas (Medeiros et al., 2018; Mendes & Medeiros, 2019; Mendes et al., 2019), sendo as mais influenciadas pelos meios de comunicação social (Lira et al., 2017; Mills et al., 2017).

Os meios de comunicação social têm influenciado a forma como cada indivíduo interioriza os ideais de beleza (Mills et al., 2017; Vermelho et al., 2015) e contribuem para o aumento da pressão dos indivíduos alcançarem um corpo ideal (Amor, 2017). Na opinião de Mills et al. (2017) a perceção do corpo ideal está ligada à forma como os ideais da sociedade são interpretados, sendo natural que a imagem corporal negativa surja associada à divergência existente entre a perceção dos indivíduos sobre o corpo real e o corpo ideal (Grogan, 2017).

A partir do Século XIX, os meios de comunicação social começaram a divulgar imagens de indivíduos com figuras esbeltas (e.g., magro, esguio) (Amor, 2017) e o corpo perfeito começou a ser caracterizado por uma figura com um índice de massa corporal baixo, visto que um índice de massa corporal elevado estava associado a uma maior insatisfação corporal (McGuinness & Taylor, 2016; Mills et al., 2017). Ao propagarem este tipo de

informação, os meios de comunicação social levam a que os indivíduos sintam uma maior preocupação com a sua imagem corporal, recorrendo a alternativas (e.g., cirurgias estéticas, excesso de exercício físico, prática de bodybuilding e dietas) com o objetivo de modificarem o seu corpo (Grogan, 2017).

Um estudo de Pepin e Endresz (2015) averiguou que a maioria dos indivíduos, ao utilizar as redes sociais, sentem-se pressionados a perder peso, mudar a sua aparência e a tornarem-se mais atraentes. Os comportamentos, pensamentos e emoções dos indivíduos sobre o seu corpo são influenciados pela modelagem (e.g., reprodução dos comportamentos dos outros através da observação) e/ou pelo reforço social (e.g., modificação dos comportamentos de forma a procurarem a aceitação social) (Vargas, 2014). Este autor menciona que alguns dos comportamentos que visam a mudança da aparência podem ser prejudiciais à saúde do indivíduo (e.g. o uso de anorexígenos, indução de vômitos, dietas de restrição, tratamentos estéticos, jejuns prolongados), possibilitando o aparecimento de perturbações alimentares (Grogan, 2017; Mills et al., 2017; Saur & Pasian, 2008). Por exemplo, os pais através do controlo sobre aquilo que os filhos são expostos através dos meios de comunicação de social, podem assumir-se como um fator preventivo na construção de uma imagem corporal negativa dos filhos (Damiano et al., 2015).

As figuras significativas são cruciais para o desenvolvimento dos indivíduos, devido à influência que têm nos seus hábitos e comportamentos (Lydecker et al., 2019). Estas figuras de autoridade são consideradas um fator sociocultural que pode influenciar a construção da imagem corporal (Aliyev & Türkmen, 2014; Grogan, 2017; Lydecker et al., 2019; Vargas, 2014). Por outro lado, a crítica e rigidez parental, podem influenciar negativamente a construção da imagem corporal dos filhos (Aliyev & Türkmen, 2014; Micali et al., 2015). Esta influência é feita através da ação direta dos pais (e.g., comentários sobre a aparência e peso corporal, provocação e pressão exercida para perder peso) e da ação indireta (e.g., comentários negativos sobre o seu próprio corpo, que potenciam a autocrítica) (Damiano et al., 2015; Rodgers & Chabrol, 2009). A adoção destes comportamentos disfuncionais, contribui para a interiorização e prática, incentivando o indivíduo a modificar o seu corpo por este não corresponder aos padrões da sociedade (Aliyev & Türkmen, 2014). A Teoria da Aprendizagem Social de Bandura defende que os relacionamentos interpessoais podem contribuir para esta proliferação de atitudes e comportamentos face à aparência, levando a que esta pressão e incentivo para perder peso seja também sentida no convívio entre pares (Webb & Zimmer-Gembeck, 2014).

Os pares são definidos como um grupo de indivíduos caracterizado pela igualdade e equilíbrio nos seus relacionamentos, que promovem a vivência de novas experiências e um desenvolvimento adaptativo (Rubin et al., 2005). Geralmente, a influência dos pares altera-se ao longo dos anos, mas com maior destaque no período da adolescência (Aliyev & Türkmen, 2014; Papalia & Feldman, 2013). O tipo de relação entre os pares pode influenciar a construção da imagem corporal, sendo que uma relação negativa predispõe mais facilmente para uma insatisfação corporal (Matera et al., 2013). A afirmação de poder e domínio entre os elementos no grupo de pares pode, em alguns casos, contribuir para a construção de uma imagem corporal negativa através da adoção de comportamentos como a comparação social, a internalização e a provocação (Matera et al., 2013; Rubin et al., 2005). A comparação social, a provocação e a crença de que a imagem corporal é um determinante da aceitação no grupo de pares podem ter consequências nos indivíduos, levando-os a desenvolver sentimentos negativos e de insatisfação em relação ao corpo (Matera et al., 2013), influenciando a autoconsciência da aparência (Mendes & Pereira, 2018). Os pares são considerados uma das figuras que mais influenciam, positiva ou negativamente, as tomadas de decisão e atitudes dos adolescentes, verificando que quanto maior a pressão de pares maior a probabilidade de insatisfação corporal (Tsang, 2017).

A construção da imagem corporal vem a alterar-se e consolidar-se ao longo dos diferentes períodos de desenvolvimento da vida do ser humano (Rodríguez-Camacho & Alvis-Gomez, 2015), sendo que a vivência e a pressão exercida pelos pares e familiares tem uma maior influência na imagem corporal durante a infância e adolescência (Mendes & Silva, 2021).

III. INFÂNCIA

A infância é um dos períodos mais cruciais no desenvolvimento do ser humano (Mendo-Lázaro et al., 2017), em que se inicia a construção da imagem corporal (Levin, 2008). Segundo Mendes et al. (2019) um comprometimento da imagem corporal nas crianças afeta a sua qualidade de vida e compromete o seu desenvolvimento biopsicossocial. Durante os primeiros anos de vida, as crianças são confrontadas com um conjunto de estímulos e informações do meio ambiente que condicionam o desenvolvimento da sua imagem corporal, sob a qual surgem preocupações relacionadas com a aparência (Levin, 2008; Mendo-Lázaro et al., 2017). Através da família as crianças vivenciam um conjunto de experiências interpessoais e constroem as suas primeiras crenças e perceções sobre si mesmas (Vazquez-Arevalo et al., 2018). As atitudes e perceções que a própria família tem

de si (Kościcka et al., 2016), podem influenciar a forma como as crianças desenvolvem a sua imagem corporal. Por exemplo, quando os membros da família demonstram uma postura negativista perante a obesidade, as crianças tendem a partilhar as mesmas opiniões (Duarte et al., 2018). A literatura regista que as crianças demonstram, de um modo geral, uma preferência por silhuetas mais magras, consideradas normais, e subvalorizam as silhuetas mais obesas (Duarte et al., 2018; Kościcka et al., 2016).

A imposição de padrões de beleza na sociedade pode levar as crianças a sentirem uma necessidade de corresponder a tais padrões, o que geralmente contribui para uma imagem corporal negativa que afeta o seu bem-estar psicológico (Grogan, 2017). A imposição destes padrões da sociedade está inerente ao dia-a-dia das crianças. Vários estudos sugerem que o uso de brinquedos infantis, jogos de computador e a leitura de revistas podem transmitir esta idealização da imagem corporal nas crianças (Dittmar et al., 2006; Duarte et al., 2018; Jeanne, 2010). Para estes autores, alguns destes brinquedos infantis e jogos de computador refletem a divulgação de uma imagem do corpo ideal através do uso de personagens com características corporais difíceis de alcançar (e.g., Batman, Barbie, LaraCroft).

A incapacidade de atingir o corpo ideal terá implicações na autoestima e satisfação corporal, especialmente durante a infância, uma vez que as crianças tendem a percecionar estas figuras como modelos, potenciando sintomatologia depressiva e distorções corporais por não conseguirem atingir tais ideais (Dittmar et al., 2006; Jeanne, 2010). Por outro lado, as revistas e os meios de comunicação social contribuem também para a proliferação do corpo ideal na infância (Kościcka et al., 2016). Pinheiro e Giugliani (2006) sugerem que a exposição da criança, desde muito cedo, a imagens que reflitam esta idealização do corpo influencia a forma como esta se perceciona e avalia.

O período da infância e adolescência é muitas vezes marcado pela preocupação com a imagem corporal (Rodríguez-Camacho & Alvis-Gomez, 2015) e o período da pré-adolescência é entendido como um dos estádios mais críticos no desenvolvimento humano, devido às mudanças corporais, cerebrais, sexuais, emocionais e sociais (Mendo-Lázaro et al., 2017; Papalia & Feldman, 2013).

V. ADOLESCÊNCIA

O período da adolescência é definido como a transição entre a infância e a vida adulta, marcada por um conjunto de alterações fisiológicas, cognitivas e psicossociais (Papalia & Feldman, 2013). Este período é considerado um dos mais sensíveis para o desenvolvimento

da imagem corporal, porque é durante a adolescência que surgem as grandes alterações na aparência, e estas mudanças podem influenciar a construção da imagem corporal (Gattario & Frisé, 2019; Ivanović et al., 2017; Reel et al., 2015).

Ferreira e Nelas (2006) sugerem que uma das fases mais críticas da adolescência é a puberdade, devido ao conjunto de modificações inerentes ao corpo (e.g., maturação sexual) que ocorrem tanto no sexo feminino, por volta dos 10-13 anos de idade, como no sexo masculino entre os 12-14 anos. A puberdade acaba por ser um dos períodos onde os indivíduos estão mais suscetíveis à insatisfação corporal, devido às alterações fisiológicas (e.g., mudanças de peso e forma corporal, altura, aparecimento de pêlos, a modificação da voz), que variam consoante o estado nutricional e o sexo do indivíduo (Miranda et al., 2014; Papalia & Feldman, 2013; Reel et al., 2015). Acresce ainda a vivência de um conjunto de mudanças sociais nos adolescentes, que contribuiu para a construção da sua identidade pessoal, muitas vezes influenciada pelas relações interpessoais, intrapessoais e cultura em que se inserem (Schoen-Ferreira et al., 2003). Estas modificações sociais podem ser um dos principais fatores externos que condicionam a forma como os adolescentes percecionam e aceitam a sua aparência (Gonçalves & Martínez, 2014).

Tal como acontece na infância, também na adolescência se espera que na relação entre pares e família, surjam comentários positivos e de apoio, considerados fundamentais para que haja um desenvolvimento social, emocional e cognitivo equilibrado e uma imagem corporal positiva e consistente durante a adolescência (Bearman et al., 2006; Correia, 2013; Walter & Shenaar-Golan, 2017). Estes relacionamentos nem sempre têm um impacto positivo e saudável nos adolescentes. A adoção de comentários rígidos e críticos pelas pessoas significativas sobre a aparência pode levar os adolescentes a sentirem-se ridicularizados e insatisfeitos consigo próprios (Neumark-Sztainer et al., 2010). A vivência de experiências negativas durante a adolescência (e.g., *bullying*) entre pares pode diminuir a autoestima e satisfação com a vida dos adolescentes e contribuir para hábitos de comparação da sua aparência com a dos outros de forma pejorativa (Gattario & Frisé, 2019). Neste sentido, os profissionais de saúde nos cuidados de saúde primários desempenham um papel fundamental na identificação de situações de *bullying* (Mendes et al., 2019).

De realçar que, muitas vezes, os adolescentes comparam a sua aparência com a dos seus pares devido à influência dos meios de comunicação social (e.g., publicidade, revistas, televisão), transmitindo muitas vezes a divulgação do corpo ideal, que pode contribuir para uma avaliação negativa da sua aparência, insatisfação corporal e possível surgimento de

difficultades em se aceitarem a si próprios (Gonçalves & Martínez, 2014). Os meios de comunicação social podem ter um maior impacto nos adolescentes do sexo feminino, devido à divulgação de imagens corporais com características difíceis de alcançar neste período de desenvolvimento (e.g., ser-se magro com seios grandes) e na difusão de práticas que ajudem a alcançar estes ideais (e.g., dietas, exercício físico), dificultando a capacidade de lidar com as alterações fisiológicas próprias desta fase do desenvolvimento no sexo feminino (Reel et al., 2015). Perante estas vivências, os adolescentes podem desenvolver uma imagem corporal negativa pelo desejo de modificar o seu corpo através do aumento de massa muscular, no caso dos rapazes, ou à diminuição de peso no caso das raparigas, com o objetivo de obterem um corpo mais magro (Marques et al., 2016; Santos et al., 2011).

Para que os adolescentes possam ser capazes de modificar a perceção que têm sobre si próprios, é necessário que estes se insiram num contexto social em que se sintam incluídos e aceites, aumentem o seu *empowerment* e possam recorrer a estratégias que melhorem a sua imagem corporal (Gattario & Frisé, 2019). Estes autores consideram ainda que a imagem corporal que os adolescentes constroem nesta fase do desenvolvimento, tende a ser a mesma no período inicial da idade adulta.

V. ADULTEZ

O período inicial da idade adulta, definido como adulto emergente, é uma fase da vida humana situada entre a adolescência e a idade adulta, aproximadamente entre os 18 e os 25 anos de idade, caracterizada por um conjunto de mudanças e situações que requerem a capacidade de adaptação e transição do indivíduo (Arnett, 2009). É neste período emergente que os indivíduos experienciam menores preocupações com a sua imagem corporal (Araújo, 2001), sendo que o sexo feminino tende a exibir maiores níveis de preocupação com a sua aparência e uma maior insatisfação corporal (Medeiros et al., 2018; Mendes & Medeiros, 2019). Os jovens neste período consolidam a sua identidade e adquirem uma autonomia psicossocial que lhes auxiliará no desempenho do seu papel enquanto adultos (Andrade, 2016), estando a imagem corporal muito vinculada ao nível da afirmação da identidade do indivíduo durante esta fase do ciclo vital (Mendes & Medeiros, 2019).

Na opinião de Belogai (2019) embora haja uma diminuição da insatisfação corporal nos indivíduos durante a fase adulta, assiste-se ao fenómeno oposto durante a meia-idade. A meia-idade é percebida como uma subdivisão da idade adulta na qual decorre um conjunto de características típicas do envelhecimento, onde os indivíduos se deparam com a necessidade de se distanciar do conceito de juventude e reconhecem que a mortalidade é

uma realidade inevitável (Cabral & Barbosa, 2012). Este período é considerado dos mais propensos ao desenvolvimento de preocupações com a imagem corporal pela existência de mudanças biológicas, sociais e psicológicas que ocorrem nesta fase da vida (McGuinness & Taylor, 2016). Avants (2014) revela que o ganho de peso, o aparecimento de cabelos brancos e a flacidez da pele integram algumas destas mudanças biológicas decorrentes do processo de envelhecimento que têm impacto na perceção da imagem corporal.

Algumas mudanças biológicas que ocorrem apenas no sexo feminino devido a determinadas características inerentes a este género (e.g., menstruação, parto, amamentação, gravidez), aparecimento de doenças e problemas de saúde, podem contribuir para uma maior preocupação com o peso, forma e funcionalidade do corpo, principalmente em mulheres de meia-idade (Belogai, 2019; Kilpela et al., 2015). Estes autores revelam ainda que estas características podem justificar os motivos de as mulheres se sentirem mais insatisfeitas com a imagem corporal nesta fase.

Uma vez mais, os meios de comunicação social podem influenciar as preocupações com o corpo na meia-idade, derivado também das mensagens muitas vezes transmitidas em que o corpo ideal se associa à juventude, e assim contribuir para o desenvolvimento de uma imagem corporal negativa (Slevec & Tiggemann, 2011). Os homens não são exceção, uma vez que estes tendem a desenvolver sentimentos de insatisfação corporal, focando a sua atenção no ombros, barriga e peito e comparam a sua aparência com imagens de corpo ideal também divulgadas nos meios de comunicação social (Reddy, 2013).

Fawkner e McMurray (2002) revelam que as imagens podem afetar os homens tanto ao nível psicológico como comportamental, em que os da comunidade LGBTQIA+ podem ser os mais afetados. Características relacionadas com o aspeto físico (e.g., altura, peso, músculos, cabelo), a posição social (e.g., comentários entre os pares) e o envelhecimento (e.g., alterações fisionómicas) contribuem para a insatisfação com a imagem corporal, atribuindo maior dedicação e investimento na sua aparência e saúde física (Reddy, 2013).

O sexo masculino, durante o início da meia-idade, depara-se com o aparecimento de novas prioridades na vida e novos acontecimentos que podem colocar em causa a importância e atenção dada à sua aparência (Malik et al., 2019). Na opinião destes autores o tempo despendido com os filhos, a dificuldade em ultrapassar situações de divórcio (e.g., solidão e vulnerabilidade) podem influenciar na imagem corporal e numa fase tardia da meia-idade, o desenvolvimento de preocupações face à funcionalidade e eficácia do próprio corpo. Evidencia-se também uma discrepância entre a imagem corporal em jovens do sexo masculino, que se preocupam em melhorar a sua aparência física (e.g., melhor estatuto

social) e em homens de meia-idade, que se preocupam principalmente com a funcionalidade do corpo manifestando maior preocupação com a saúde e prática de exercício físico (Reddy, 2013). Cabral e Barbosa (2012) referem que a prática de exercício físico demonstra ser benéfica para indivíduos que estejam neste período de desenvolvimento. Segundo estes autores, o exercício físico reduz consequências ao nível da saúde, ajuda os indivíduos a manter a forma e auxilia a aceitação da sua imagem corporal, contribuindo para um envelhecimento ativo.

V. PESSOA IDOSA

O envelhecimento é marcado por um conjunto de mudanças fisiológicas e perdas de funcionalidade (e.g., perda de força, agilidade, velocidade, saúde) que podem contribuir para uma diminuição da saúde mental da pessoa idosa (Tomas-Aragones & Marron, 2014). As mudanças inerentes ao envelhecimento podem dificultar a adaptação da pessoa idosa à sua aparência, surgindo o medo de envelhecer (Copatti et al., 2017; Souto et al., 2016). No entanto, a cultura e o aparecimento de problemas de saúde são alguns dos preditores que contribuem para a construção de uma imagem corporal negativa durante o envelhecimento.

A sociedade pode contribuir para a acentuação destes preditores e geralmente influenciam a perceção do envelhecimento de forma menos positiva e como sinónimo de falta de juventude e vitalidade (Marques et al., 2015; Viana & Santos, 2015). Estes autores revelam ainda que a pessoa idosa pode desenvolver uma avaliação negativa de si mesma e criar sentimentos de alguma vulnerabilidade. Esta perceção de envelhecimento tende a ser diferente consoante o sexo dos indivíduos (e.g. padrão duplo de envelhecimento) e de um modo geral, desenvolve-se uma melhor impressão sobre o processo de envelhecimento nos homens quando comparado com a perceção de envelhecimento nas mulheres (Rocha & Terra, 2013).

Recentemente, um estudo de Mendes et al. (2020) com pessoas idosas, revela que os esquemas da aparência influenciam a construção de uma imagem corporal positiva, em que a prática de exercício físico contribuiu significativamente para a qualidade de vida. A prática de exercício físico ajuda na aceitação e compreensão destas mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais e, por sua vez, no desenvolvimento de uma melhor imagem corporal, facilitando a adaptação da pessoa idosa à sociedade (Marques et al., 2015). O exercício físico considera-se uma alternativa benéfica que tem vindo a mostrar a sua influência na melhoria da autoestima e imagem corporal dos indivíduos, visto que a saúde física e o exercício físico

podem ser fatores determinantes na forma como as pessoas idosas percecionam a sua aparência (Copatti et al., 2017; Rocha & Terra, 2013).

Assim revela-se pertinente compreender melhor como a pessoa idosa pode adquirir a capacidade de aceitar e se adaptar às mudanças do corpo inerentes ao processo de envelhecimento (Tomas-Aragones & Marron, 2014). Marques et al. (2015) defendem a necessidade de a pessoa idosa se desprender da autoimagem percebida no passado e aceitar a sua aparência atual.

V. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A imagem corporal é um conceito idiossincrático, revelando ser um processo dinâmico, subjetivo e inerente a todos os indivíduos e que se altera durante todo o ciclo vital, consoante os fatores internos e externos inerentes ao desenvolvimento humano. Através da presente revisão de literatura, é possível verificar que a representação mental que os indivíduos fazem do seu próprio corpo tende a oscilar com maior frequência e intensidade nas fases da puberdade e da meia-idade. Esta oscilação pode dever-se ao facto de que ambos os períodos são considerados períodos de transição, marcados por um conjunto de alterações fisiológicas, psicológicas e sociais. Muitas destas mudanças trazem, por vezes, algo de novo para o indivíduo, levando-o a sentir a necessidade de se adaptar, aceitar e aprender a viver com tais alterações. Contudo, este processo de adaptação e aceitação nem sempre é linear, podendo gerar dificuldades e oscilações na imagem corporal dos indivíduos.

Considera-se assim que o processo de construção da imagem corporal influencia os indivíduos de forma positiva ou negativa ao longo da vida. Perante tais evidências recomenda-se que este processo seja trabalhado de forma a minimizar as consequências negativas que dele possam advir. Atualmente, verifica-se já alguma mudança de paradigma sobre os padrões de beleza da sociedade. Os meios de comunicação social têm começado a demonstrar alguma preocupação em divulgar imagens mais inclusivas e de aceitação de todos os tipos de corpo e tons de pele, bem como outras características mais particulares, com o objetivo de promover a diversidade, sentimentos de inclusão, integração e uma imagem corporal mais positiva. A título de exemplo, empresas tais como a Apple (2017), a Lounge Underwear (2020) e a Dove (2016), demonstram essa adaptação, integrando a participação de indivíduos muito diferenciados entre si, desde a forma e tipo de corpo, tons de pele, orientação sexual entre outros indivíduos que apresentam características que não se integram na norma. Verifica-se que esta preocupação tem recaído mais sobre o público-alvo

do sexo feminino, havendo recomendações para uma inclusão semelhante do sexo masculino e de outras etapas do ciclo vital.

As principais limitações deste artigo assentam na pesquisa dos artigos se ter concentrado somente em duas bases de dados e pela discrepância na quantidade de literatura sobre a imagem corporal que atendem às etapas do ciclo vital. Por outro lado, outras limitações ficam patentes pelo maior número de estudos sobre a imagem corporal durante a adolescência e adultez, em detrimento do período das pessoas idosas. Apesar destas limitações, foi possível verificar uma maior concentração de estudos em relação ao género feminino.

Sugerem-se estudos futuros que foquem o desenvolvimento da imagem corporal especificamente nos homens, atendendo a todas as suas características (e.g., percepção, emoções, crenças, comportamentos, entre outros) tendo como objetivo compreender melhor a construção dos esquemas e autoconsciência da aparência. De salientar também a pertinência da realização de estudos que foquem o desenvolvimento da imagem corporal no período do envelhecimento.

Conflitos de interesse: A autora recusa qualquer tipo de publicidade nos vídeos referenciados. Os vídeos apresentados são interpretados numa perspetiva de investigação e evolução do conceito da Imagem Corporal.

Fontes de financiamento: Não existem fontes externas de financiamento para a realização deste artigo.

Agradecimentos: Ao Dr. João Ribeira pela revisão do artigo.

Referências

- Aliyev, B., & Türkmen, A. (2014). Parent, peer and media effect on the perception of body image in preadolescent girls and boys. *Universal Journal of Psychology*, 2(7), 224-230. <https://doi.org/10.13189/ujp.2014.020703>
- Alves, D., Pinto, M., Alves, S., Mota, A., & Leirós, V. (2009). Cultura e imagem corporal. *Fundação Técnica e Científica do Desporto*, 5(1), 1-20. https://www.researchgate.net/publication/262670612_Cultura_e_imagem_corporal
- Amor, M. (2017). Imagem corporal e redes sociais: Confronto entre duas campanhas de comunicação digital [Mestrado, Escola Superior de Comunicação Social]. <https://repositorio.ipl.pt/bitstream/10400.21/8267/1/Dissertação-Final-AM-Mariana-Amor-9566.pdf>
- Andrade, C. (2016). A construção da identidade, auto-conceito e autonomia em adultos emergentes. *Psicologia Escolar e Educacional*, SP, 20(1), 137-146. <https://doi.org/10.1590/2175-3539/2015/0201944>
- Apple. (2017, Novembro 9). Apple-Inclusion & Diversity-Open [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=cvb49-Csq1o>

- Araújo, S. (2001). Satisfação com a imagem corporal, autoestima e variáveis morfológicas [Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto]. <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/9668>
- Arnett, J. (2009). Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach. Library of Congress Cataloging.
- Avants, R. (2014). The impact of body image on women in later life: Effects on quality of life and body perception [Dissertation, University of Arkansas]. <http://scholarworks.uark.edu/etd/2264>
- Bearman, S., Martinez, E., Stice, E., & Katherine Presnell. (2006). The skinny on body dissatisfaction: A longitudinal study of adolescent girls and boys. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 217–229. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9010-9>
- Belogai, K. N. (2019). Body image in women during midlife. *Bulletin of Kemerovo State University*, 21(2), 375–383. <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2019-21-2-375-383>
- Cabral, F., & Barbosa, R. (2012). Meia idade - —IMC e satisfação da imagem corporal relacionada a percepção do peso e altura. *Boletim Informativo Unimotri Saúde em Sociogerontologia*, 3(2), 2-13. <https://periodicos.ufam.edu.br/BIUS/article/view/386>
- Cash, T. F., Morrow, J. A., Hrabosky, J. I., & Perry, A. A. (2004). How has body image changed? A cross-sectional investigation of college women and men from 1983 to 2001. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(6), 1081–1089. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.72.6.1081>
- Cash, T., & Pruzinsky, T. (Eds.). (2004). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Copatti, S., Kuczmainski, A., Ferretti, F., & Sá, C. (2017). Imagem corporal e autoestima em idosos: Uma revisão Integrativa da literatura. Estudos. Interdisciplinares. sobre o Envelhecimento, 22(3), 47–62. <https://doi.org/10.22456/2316-2171.60583>
- Correia, J. (2013). As relações entre pares de jovens adolescentes socialmente retirados [Doutoramento, Instituto Universitário Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida]. <http://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/2733/1/TES%20CORR1.pdf>
- Damiano, S. R., Hart, L. M., & Paxton, S. J. (2015). Development and validation of parenting measures for body image and eating patterns in childhood. *Journal of Eating Disorders*, 3(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s40337-015-0043-5>
- Dittmar, H., Halliwell, E., & Ive, S. (2006). Does Barbie make girls want to be thin? The effect of experimental exposure to images of dolls on the body image of 5- to 8-year-old girls. *Developmental Psychology*, 42(2), 283–292. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.283>
- Dove US. (2016, Junho 28). Dove - Beauty on your own terms #MyBeautyMySay [Video] YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=XOa7zVqx44>
- Duarte, M. A., Voser, R. D. C., Hernández, J. A. E., & Goulart, C. K. L. da S. (2018). A insatisfação corporal na infância e início da adolescência. *Pensar a Prática*, 21(1). <https://doi.org/10.5216/rpp.v21i1.42899>
- Fawkner, H., & McMurray, N. (2002). Body Image in Men: Self-Reported Thoughts, Feelings, and Behaviors in Response to Media Images. *International Journal of Men's Health*, 1(2), 137–162. <https://doi.org/10.3149/jmh.0102.137>
- Ferreira, M., & Nelas, P. (2006). Adolescências... Adolescentes... *Educação, ciência e tecnologia*, 32(11), 141-162. <https://revistas.rcaap.pt/millennium/article/view/8399>
- Gama, A. C. V., & Baptista, T. J. R. (2020). O tema “imagem corporal” nas publicações do Scientific Electronic Library Online - SciELO: Revisão integrativa. *Revista ciências em saúde*, 10(1), 52–59. <https://doi.org/10.21876/rcshci.v10i1.836>

- Gattario, K. H., & Frisén, A. (2019). From negative to positive body image: Men's and women's journeys from early adolescence to emerging adulthood. *Body Image*, 28, 53–65. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.12.002>
- Gonçalves, V., & Martínez, J. (2014). Imagem corporal de adolescentes: Um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia. *Comunicação & Informação*, 17(2), 139–154. <https://doi.org/10.5216/31792>
- Grogan, S. (2017). *Body Image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (3rd ed.). Routledge.
- Ivanović, M., Milosavljević, S., & Ivanović, U. (2017). Sociocultural influences of parents on body dissatisfaction in adolescents. *Physical Education and Sport Through the Centuries*, 4(1), 45–70. <https://doi.org/10.1515/spes-2016-0021>
- Jain, P., & Tiwari Kumar, G. (2016). Positive body image and general health: A mixed methods study. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(176), 33–51. <https://doi.org/10.25215/0476.003>
- Jeanne, M. (2010). The development of ideal body image perceptions in the United States. *Nutrition Today*, 45(3), 98–110. <https://doi.org/10.1097/NT.0b013e3181dec6a2>
- Kilpela, L. S., Becker, C. B., Wesley, N., & Stewart, T. (2015). Body image in adult women: Moving beyond the younger years. *Advances in Eating Disorders*, 3(2), 144–164. <https://doi.org/10.1080/21662630.2015.1012728>
- Kościcka, K., Czepczor, K., & Brytek-Matera, A. (2016). Body size attitudes and body image perception among preschool children and their parents: A preliminary study. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 18(4), 28–34. <https://doi.org/10.12740/APP/65192>
- Levin, E. (2008). La imagen corporal sin cuerpo: Angustia, motricidad e infancia. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10(1), 91–112. <https://www.redalyc.org/pdf/802/80210107.pdf>
- Lira, A. G., Ganen, A. de P., Lodi, A. S., & Alvarenga, M. dos S. (2017). Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 66(3), 164–171. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166>
- Lounge Underwear. (2020, Março 8). Introducing #MyBoobsMyBody This International Women's Day [Video] Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=CfiLqjic0NM>
- Lydecker, J. A., Cunningham, P. M., O'Brien, E., & Grilo, C. M. (2019). Parents' perceptions of parent-child interactions related to eating and body image: An experimental vignette study. *Eating Disorders*, 1–17. <https://doi.org/10.1080/10640266.2019.1598767>
- Malik, M., Grogan, S., Cole, J., & Gough, B. (2019). Men's reflections on their body image at different life stages: A thematic analysis of interview accounts from middle-aged men. *Journal of Health Psychology*, 26(8), 1222–1232. <https://doi.org/10.1177/1359105319871640>
- Marques, M., Pimenta, J., Reis, S., Ferreira, L., Peralta, L., Santos, M., Santos, S., & Santos Elisabete. (2016). (In)Satisfação com a imagem corporal na adolescência. *Nascer e Crescer*, 15(4). <http://www.scielo.mec.pt/pdf/nas/v25n4/v25n4a04.pdf>
- Marques, R., Palma, A., Assis, M., & Neto, G. (2015). Insatisfação com imagem corporal entre pessoas de meia-idade e idosas praticantes de atividade física. *Estudos Interdisciplinares sobre Envelhecimento*, 20(1), 27–40. <https://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/30953/34919>
- Matera, C., Nerini, A., & Stefanile, C. (2013). The role of peer influence on girls' body dissatisfaction and dieting. *European Review of Applied Psychology*, 63(2), 67–74. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2012.08.002>

- McGuinness, S., & Taylor, J. (2016). Understanding body image dissatisfaction and disordered eating in midlife adults. *New Zealand Journal of Psychology*, 45(41). <https://psycnet.apa.org/record/2016-22712-001>
- Medeiros, T., Cunha, A., Lima, C., Ponte, V., Furtado, S., & Mendes, J. (2018). Imagem corporal positiva em adultos emergentes: Um estudo em contexto universitário. http://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/6293/1/12CongNacSaude_813.pdf
- Mendes, J. C. S., & Medeiros, M. T. P. (2019). Imagem corporal positiva em estudantes do ensino superior. In I. G. S. Arioli, *Psicologia da saúde: Teoria e Intervenção* (pp. 94-107). Atena Editora. <https://doi.org/10.22533/at.ed.7011912037>
- Mendes, J. Tavares, M. J., Pires, M., & Medeiros, M. T. (2020). Imagem Corporal Positiva e Satisfação com a Vida em Pessoas Idosas. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, 25(3), 207-223 <https://doi.org/10.22456/2316-2171.98477>
- Mendes, J., & Pereira, V. (2018). Versão Reduzida da Escala Portuguesa de Avaliação da Aparência de Derriford (DAS-14): análise exploratória e confirmatória. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 4(2), 25-32. <https://doi.org/10.31211/rpics.2018.4.2.79>
- Mendes, J., & Silva, J. V. A. (2021). Introdução à Psicologia da Aparência. *Revista Portuguesa de Psicologia da Aparência*, 1(1), 1-4. <https://doi.org/10.52014/rppa.v1.i1.2021.19>
- Mendes, J., Alcaldinho, M., & Alcaldinho, D. (2019). Autoconsciência e investimento esquemático da aparência em indivíduos com deficiência visual. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 5(1), 1-13. <https://doi.org/10.31211/rpics.2019.5.1.99>
- Mendes, J., Queirós, S., Pedro, M., & Oliveira, M. (2019). Importância dos enfermeiros na identificação do cyberbullying: Revisão sistemática. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 5(1), 99-110. <https://doi.org/10.31211/rpics.2019.5.1.105>
- Mendes, J., Rego, R., & Pereira, V. (2019). Tradução e Adaptação da Escala CARSAL/CARVAL para Portugal: Estudo psicométrico. *PSICOLOGIA*, 33(1), 47-54. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v33i1.1425>
- Mendo-Lázaro, S., Polo-del-Río, M. I., Amado-Alonso, D., Iglesias-Gallego, D., & León-del-Barco, B. (2017). Self-concept in Childhood: The role of body image and sport practice. *Frontiers in Psychology*, 8, 853. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00853>
- Micali, N., De Stavola, B., Ploubidis, G., Simonoff, E., Treasure, J., & Field, A. E. (2015). Adolescent eating disorder behaviours and cognitions: Gender-specific effects of child, maternal and family risk factors. *British Journal of Psychiatry*, 207(4), 320-327. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.114.152371>
- Mills, J. S., Shannon, A., & Hogue, J. (2017). Beauty, body image, and the media. In M. P. Levine (Ed.), *Perception of Beauty*. InTech. <https://doi.org/10.5772/intechopen.68944>
- Miranda, V., Conti, M., Carvalho, P., Bastos, R., & Ferreira, M. (2014). Imagem corporal em diferentes períodos da adolescência. *Revista Paulista de Pediatria*, 32(1), 63-69. <https://doi.org/10.1590/S0103-05822014000100011>
- Nechar, P. (2018). Diversidade de corpos: A ascensão do corpo gordo através das artes, redes sociais e o movimento Plus Size. *Intercom - Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação*. <https://portalintercom.org.br/anais/nacional2018/resumos/R13-1009-1.pdf>
- Neumark-Sztainer, D., Bauer, K. W., Friend, S., Hannan, P. J., Story, M., & Berge, J. M. (2010). Family weight talk and dieting: How much do they matter for body dissatisfaction and disordered eating behaviors in adolescent girls? *Journal of Adolescent Health*, 47(3), 270-276. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.02.001>
- Papalia, D., & Feldman, R. (2013). *Desenvolvimento Humano* (12th ed.). MacGraw Hill - Artemed.

- Pepin, G., & Endresz, N. (2015). Facebook, Instagram, pinterest and co.: Body image and social media. *Journal of Eating Disorders*, 3(S1), O22. <https://doi.org/10.1186/2050-2974-3-S1-O22>
- Pinheiro, A. P., & Giugliani, E. R. J. (2006). Body dissatisfaction in Brazilian schoolchildren: Prevalence and associated factors. *Revista de Saúde Pública*, 40(3), 489-496. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102006000300018>
- Piran, N., & Tylka, T. L. (Eds.). (2019). *Handbook of positive body image and embodiment: Constructs, protective factors, and interventions*. Oxford University Press.
- Reategui, A., & Palmer, R. (2017). Unfiltered: The Effect of Media on Body Image Dissatisfaction. *International Journal of Social Science and Humanity*, 7(6), 367-372. <https://doi.org/10.18178/ijssh.2017.7.6.850>
- Reddy, S. (2013). Understanding the body image experiences of older men. *International Journal of Humanities and Social Science*, 3(9), 34-42. <https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.1089.2107&rep=rep1&type=pdf>
- Reel, J., Voelker, D., & Greenleaf, C. (2015). Weight status and body image perceptions in adolescents: Current perspectives. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 6, 149-158. <https://doi.org/10.2147/AHMT.S68344>
- Ribeiro, P., & Tavares, M. (2011). As contribuições de Seymour Fisher para os estudos em imagem corporal. *Motricidade*, 7(4), 83-95. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712012000300004>
- Rocha, L., & Terra, N. (2013). Body image in older adults: A review. *Scientia Medica*, 23(4), 255-261. <https://doi.org/10.15448/1980-6108.2013.4.15357>
- Rodgers, R., & Chabrol, H. (2009). Parental attitudes, body image disturbance and disordered eating amongst adolescents and young adults: A review. *European Eating Disorders Review*, 17(2), 137-151. <https://doi.org/10.1002/erv.907>
- Rodríguez-Camacho, D., & Alvis-Gomez, K. (2015). Review Article: Overview of the body image. *Revista de la Facultad de Medicina*, 63(2), 279-287. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v63n2.49387>
- Rubin, K. H., Coplan, R., Chen, X., Buskirk, A. A., & Wojslawowicz, J. C. (2005). Peer Relationships in Childhood. In M. H. Bornstein & M. E. Lamb (Eds.), *Developmental science: An advanced textbook* (pp. 469-512). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Santos, E., Tassitano, R., Nascimento, W., Petribú, M., & Cabral, P. (2011). Satisfação com o peso corporal e fatores associados em estudantes do ensino médio. *Revista Paulista de Pediatria*, 29(2), 214-223. https://www.scielo.br/pdf/rpp/v29n2/en_a13v29n2.pdf
- Saur, A., & Pasian, S. (2008). Satisfação com a imagem corporal em adultos de diferentes pesos corporais. *Avaliação Psicológica*, 7(2), 199-209. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v7n2/v7n2a11.pdf>
- Schoen-Ferreira, T., Aznar-Farias, M., & Silveiras, E. (2003). A construção da identidade em adolescentes: Um estudo exploratório. *Estudos de Psicologia*, 8(1), 107-115. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2003000100012>
- Slevec, J., & Tiggemann, M. (2011). Media Exposure, Body Dissatisfaction, and Disordered Eating in Middle-aged Women: A Test of the Sociocultural Model of Disordered Eating. *Psychology of Women Quarterly*, 35(4), 617-627. <https://doi.org/10.1177/0361684311420249>
- Souto, S., Novaes, J., Monteiro, M., Neto, R., Carvalhal, M., & Coelho, E. (2016). Imagem corporal em mulheres adultas vs. Meia-idade e idosas praticantes e não praticantes de hidroginástica. *Motricidade*, 12(1), 53-59. <https://doi.org/10.6063/motricidade.5000>

- Tomas-Aragones, L., & Marron, S. (2014). Body Image and Body Dysmorphic Concerns. *Acta Dermato Venereologica, Supl.*, 47-500. <https://doi.org/10.2340/00015555-2368>
- Tsang, W. Y. (2017). Exploring the Relationships Among Peer Influence, Media Influence, Self-esteem, and Body Image Perception. In W. K. Ma, C. K. Chan, K. Tong, H. Fung, & C. W. R. Fong (Eds.), *New Ecology for Education-Communication X Learning* (pp. 237–250). Springer Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-10-4346-8_20
- Vargas, E. (2014). A influência da mídia na construção da imagem corporal. *Revista Brasileira de Nutrição Clínica* 29(1), 73–75. <http://www.braspen.com.br/home/wp-content/uploads/2016/12/12-A-influencia-da-midia-na-construcao-da-imagem.pdf>
- Vazquez-Arevalo, R., Rodríguez Nabor, A., López Aguilar, X., & Mancilla-Díaz, J. M. (2018). Assessment of body image in preschoolers: Perception of parents and children. *Mexican Journal of Eating Disorders*, 9(2), 208–220. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2018.2.540>
- Vermelho, S. C., Velho, A. P. M., & Bertoncele, V. (2015). Sobre o conceito de redes sociais e seus pesquisadores. *Educação e Pesquisa*, 41(4), 863–881. <https://doi.org/10.1590/s1517-97022015041612>
- Viana, H., & Santos, M. (2015). Análise de percepção da imagem corporal e satisfação com a vida em idosos praticantes de hidroginástica. *Revista Kairós Gerontologia*, 18(2), 299–309. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2015v18i2p299-309>
- Walter, O., & Shenaar-Golan, V. (2017). Effect of the parent-a-adolescent relationship on adolescent boys' body image and subjective well-being. *American Journal of Men's Health*, 11(4), 920–929. <https://doi.org/10.1177/1557988317696428>
- Webb, H. J., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2014). The role of friends and peers in adolescent body dissatisfaction: A review and critique of 15 years of research. *Journal of Research on Adolescence*, 24(4), 564–590. <https://doi.org/10.1111/jora.12084>
- Webb, J. B., Wood-Barcalow, N. L., & Tylka, T. L. (2015). Assessing positive body image: Contemporary approaches and future directions. *Body Image*, 14, 130–145. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.03.01>