

| O PREÇO DA PERFEIÇÃO: NUTRIÇÃO, MODA E SAÚDE DOS MODELOS |

Maria Eduarda Ganan Nogueira ¹

Douglas Roberto Guimarães Silva ²

Marcio Augusto Trindade ³

1 Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN

E-mail para contato: dudaaganan@gmail.com

2 Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN

E-mail para contato: douglas.roberto@uniptan.edu.br

3 Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN

E-mail para contato: marcio.trindade@uniptan.edu.br

RESUMO: O artigo estuda a influência da moda e da mídia na busca pelo corpo perfeito, especialmente entre modelos e como isso impacta sua saúde física e mental. A pressão para se encaixar nesses padrões corporais idealizados leva a uma obsessão por formas, muitas vezes inatingíveis, resultando em consequências negativas para a saúde. A propagação de notícias falsas sobre métodos rápidos e inseguros para alcançar esses padrões vem crescendo, gerando preocupações entre profissionais da saúde. Promover a diversidade de corpos nos desfiles de moda é essencial para incentivar a inclusão e minimizar os impactos negativos já causados.

Palavras-chave: Corpo idealizado, Imagem corporal, Influência midiática

1. INTRODUÇÃO

A roupa é um meio de comunicação com as demais pessoas, é sua identidade. Nas passarelas as modelos precisam de um corpo e um rosto bonito para moldar a roupa e passar exatamente o que cada peça expressa, pois estudos comprovam que a aparência física e o que você está vestindo diz muito sobre quem você é, e pode influenciar o modo como as outras pessoas interagem com você. (CHEN-HO, LEI, WANG, WANG; 2020).

Para ter que se enquadrar a este padrão, os modelos irão mudar os seus hábitos alimentares para conseguir chegar ao objetivo principal proposto pelos grandes chefes da moda. Não há estudos que comprovam como é exatamente a ingestão alimentar de um jovem modelo brasileiro, mas há hipóteses de que os modelos apresentam uma composição corporal e ingestão alimentar diferentes de pessoas não modelos. (CAROLINE, FISBERG, MAGNA, PÁDUA, TUFIK, TÚLIO; 2009).

Os padrões de beleza mudam a cada estação, cultura e ano, mas prevalecendo sempre um modelo de corpo que consideramos perfeito. Com as mídias sociais obtendo um impacto

muito forte as pessoas se tornam mais influentes, colocando corpos que na visão deles são perfeitos e muita das vezes impossíveis de alcançar. Esses padrões propostos influenciam muito, principalmente entre as modelos onde irão em busca desse corpo perfeito para se destacar no mundo da moda. Mas essa busca por corpos padrões irreais impactam tanto na saúde física quanto na saúde mental. (MELO, SANTOS, 2020).

Há um preço muito alto para se pagar estando neste mundo, há procura de um corpo ideal faz com que modelos procurem métodos errados colocando sua própria saúde em risco e desenvolvendo distúrbios, e até mesmo se envolvendo com o uso de substâncias. Há necessidade de um cuidado com quais dietas “milagrosas” vão seguir, pois nosso corpo necessita de ingestão de nutrientes diários e a restrição de algum componente pode levar a uns problemas de saúde mesmo que no início da dieta ela o leve ao emagrecimento. (CRISTINA, CARLOS, RÚBIA; 2013).

Este presente Trabalho de Conclusão de Curso tem como objetivo explorar a relação entre nutrição e o mundo da moda na busca pelo corpo perfeito, analisando como a alimentação impacta diretamente na construção de padrões estéticos. Ao entender a conexão entre saúde, estética e autoestima, busca-se promover uma visão crítica sobre os padrões de beleza propostos pela mídia e pela indústria da moda. O estudo também avaliará os impactos nutricionais na formação dessas ideais de corpo, refletindo sobre as consequências para a saúde física e mental dos modelos que utilizam regimes alimentares rigorosos em busca de um corpo perfeito.

2. METODOLOGIA

O presente Trabalho de Conclusão de Curso irá realizar uma busca seletiva de artigos científicos nas plataformas: pubmed, scielo e google acadêmico, em anos mais antigos, pois o tema se expandiu a partir dos anos de 2003 a 2010. Com isso o intuito do artigo é mostrar como a busca pelo corpo perfeito pode impactar na saúde e alimentação de modelos, principalmente em mulheres.

O presente estudo trata-se de uma revisão bibliográfica, que se produz por meio de estudos e artigos publicados sobre comportamento alimentar, dietas da moda, nutrição e estética, distúrbios alimentares, corpo idealizado e influência da mídia.

Com essas plataformas irá realizar uma revisão sistemática conforme os assuntos abordados e as palavras-chaves.

3. RESULTADOS

Neste presente estudo foi analisado e estudado artigos relacionados ao tema e o livro intitulado “Aprendizados” de Gisele Bündchen, modelo aposentada. No livro ela relata um pouco como se sente em ser exemplo para as mulheres em relação ao seu corpo e sua alimentação.

Os artigos analisados variam muito o seu ano de publicação, pois é um assunto que mesmo com muita repercussão há poucos estudos e artigos publicados. Sua base temática principal foi o Google Acadêmico, onde foram destacados maiores números de artigos identificados dentro do tema proposto. Ressaltando que as buscas pelos artigos foram iniciadas em fevereiro de 2024, mas selecionada em outubro de 2024.

Destaca-se que os anos com maiores números de artigos dentro dessa temática é entre os anos de 2003 a 2010 onde as modelos fizeram mais sucesso no mundo todo e todas queriam ter o seu corpo, que se intitulava o “corpo perfeito” e para chegar perto dessa perfeição as mulheres modelos e não modelos usavam métodos irreais para emagrecer e se parecer com determinada modelo.

Destaca-se que esses anos foram os anos de maior sucesso das maiores modelos brasileiras no mundo, sendo elas Adriana Lima e Gisele Bündchen, que na época eram as principais Ángel’s da famosa marca americana de lingerie e produtos de beleza Victoria’s Secret.

No presente trabalho, é apresentado o envolvimento de diversos autores, incluindo orientadores e orientados, a maioria compostos por estudantes das áreas de Nutrição, Medicina, Biomedicina e Psicologia. Foram redigidos artigos que abordam especificamente esta temática, refletindo a colaboração interdisciplinar e o compromisso com a produção de conhecimento.

Quadro 1: Descrição dos artigos publicados e incluídos na revisão bibliográfica segundo o título, autores e resultados.

ARTIGOS	TÍTULO DO ARTIGO	AUTORES	RESULTADO
A1	Consequências Nutricionais Causadas Pelas Dietas Da Moda: Uma Revisão Da Literatura	Carolayne Marly Pereira Dos Santos, Rafael Fernandes Da Silva, Tayane Ferreira De Assis	As dietas da moda, são usadas para a rápida perda de peso. Elas podem causar diversas alterações no organismo, gerando riscos nutricionais e psicológicos. Essas dietas, muitas vezes

			insustentáveis, afetam negativamente a saúde ao expor o indivíduo ao desequilíbrio nutricional e complicações emocionais.
A2	Influência Da Mídia Na Construção Da Autoimagem De Jovens Na Sociedade Pós-Moderna: A Busca Do Corpo Perfeito	Andressa Vince De Oliveira, Priscila Abreu De Carvalho, Simone Rodrigues Alves De Melo	Os jovens de Itajubá MG buscaram cirurgias plásticas por motivos específicos, como melhorar a autoestima, corrigir imperfeições, influência da mídia e a pressão para alcançar padrões de beleza idealizados. A mídia, especialmente as redes sociais, desempenha um papel central nessa busca pelo “corpo perfeito”, o que gera expectativas irreais. Os cirurgiões confirmaram que a demanda por esses procedimentos está fortemente ligada à imagem corporal promovida pela mídia.
A3	Dietas Da Moda E Transtornos Alimentares: A Busca Pelo “Corpo Perfeito”	Cleusa Wichoski, Karen Erina Watanabe	As mulheres, mesmo com peso normal, ainda buscam uma silhueta menor, enquanto os homens, em sua maioria com sobrepeso, também desejam uma silhueta menor, mas dentro dos padrões de normalidade. O

			uso das dietas da moda foi mais comum entre as mulheres, em comparação aos homens. A dieta low carb foi a mais popular entre ambos os sexos. O transtorno alimentar mais frequentemente relatado foi a compulsão alimentar, mas as mulheres também relataram anorexia e bulimia. A insatisfação com a imagem corporal e a inclusão de dietas da moda estão relacionadas ao desenvolvimento de transtornos alimentares.
A4	Nutrição Estética: Valorização Do Corpo E Da Beleza Através Do Cuidado Nutricional	Aline Petter Schneider, Juliana Da Silveira Gonçalves Zanini Wit	O artigo indica que o aumento pela busca da beleza e pelos padrões de corpo magro, impulsionada por influências socioculturais e principalmente pelas mídias sociais tem levado muitas mulheres a adotar dietas e métodos drásticos para controle de peso. O estudo destaca que essa preocupação excessiva com a estética pode resultar em práticas prejudiciais à saúde, incluindo procedimentos cirúrgicos. Além

			disso, analisa que o atendimento nutricional deve ir além de simplesmente fornecer dietas, mas sim, um estilo de vida saudável, visando melhorar a qualidade de vida das pessoas.
A5	A Influência Da Mídia Na Construção Da Imagem Corporal	Eliza Garonci Alves Vargas	Este artigo analisou que a mídia exerce uma forte influência na valorização e na formação da imagem corporal de muitas pessoas na sociedade. A procura pelo corpo perfeito aumenta a cada dia, influenciada principalmente pela mídia na percepção do corpo e na formação da autoimagem.
A6	Dietas Da Moda E Transtornos Alimentares: A Construção De Sentidos Na Busca Do Corpo Perfeito E Da Vida Saudável	Mariana Costa Fernandes	O artigo explora impacto das dietas da moda e da ortorexia na sociedade, explorando como a mídia e o discurso do corpo e da alimentação ideal podem influenciar a população. No presente artigo as dietas são comparadas a rituais de magia, com profissionais de saúde como “feiticeiros” e a sociedade como “enfeitiçados”. A ortorexia é uma obsessão por

			alimentação saudável, que é abordada como um transtorno, que leva o indivíduo a adoecer tanto fisicamente quanto psicologicamente.
A7	Corpo Padrão: Um Estudo Sobre As Concepções Do Corpo Feminino Exposto Pela Mídia	Ariza Maria Rocha, Erika Suyanne Sousa Silva, José De Caldas Simões Neto, Marcos Antônio Araújo Bezerra, Rafael Cândido Tomaz	Foi realizado um estudo para saber o papel da mídia no ideal de corpo perfeito. Foi observado que a mídia desempenha um papel fundamental na manipulação e propagação de padrões estéticos, renovando constantemente suas estratégias de influência para alcançar ainda mais pessoas para o seu ideal de corpo. O estudo destaca a importância dessa discussão para aprimorar o cuidado com essas informações e reforçar a responsabilidade com a saúde, procurando profissionais capacitados para te ajudar da maneira correta.
A8	Do Corpo Desmedido Ao Corpo Ultra Medido. Reflexões Sobre O Corpo Feminino E Suas Significações Na Mídia Impressa	Selma Peleias Felerico Garrini	O ideal de corpo está em todos os lugares, principalmente nas mídias sociais, sendo representado de várias maneiras. Essa pressão e influência

			especialmente sobre as mulheres, leva há um desespero constante para a busca de ser manter no padrão para ser aceita na sociedade, com isso o indivíduo se desespera atrás de dietas, exercícios e cirurgias para atender aos padrões de beleza associados ao sucesso, frequentemente promovidos pela mídia.
A9	Internalização, Pressão Estética E Esteriótipos Nas Mídias Digitais: Uma Abordagem Historiográfica (2008 - 2019)	Izabella Chrystina Rodrigues Ferreira Leles	Nos dias de hoje na era digital, as pessoas buscam fazer parte de grupos sociais para se sentirem aceitas, o que leva a uma dependência de certos comportamentos e estereótipos. Nas redes sociais, como o Instagram, mostram principalmente momentos felizes e ocultam os problemas, criando a imagem de que aquela pessoa tem uma vida e um corpo lindo e perfeito. Esse cenário cria problemas de saúde mental e incentiva o indivíduo a seguir determinado estilo de vida ideal. O artigo também analisou o aumento do tempo que

			brasileiros passam nas redes e os impactos da influência social na representação de mulheres, que sofrem essa opressão. Foi analisado que não é somente os grupos sociais e a mídias sociais que oprimem principalmente mulheres para ter o corpo perfeito, mas também a sua pressão de seu cônjuge. Embora a internet traga benefícios, o uso consciente é fundamental para evitar a propagação de notícias mentirosas e incentivar o bem-estar.
A10	Indústria Da Beleza Como Vetor Da Pressão Estética: A Influência Das Novas Mídias Na Imposição De Padrões	Ana Beatriz Pereira Rocha, Michelly Santos, Suelly Maux	A pressão estética e os distúrbios de autoestima nas mulheres são consequências da sociedade, principalmente das mídias sociais. Este determinado artigo busca entender temas como, o papel da indústria da beleza em promover um corpo ideal totalmente irreal e como as mídias sociais aumentam essa pressão.
A11	Moda E Subjetividade: Corpo, Roupas E Aparência Em Tempos Ligeiros	Maria Dolores De Brito Mota	A moda desempenha um papel fundamental no processo de formação de

			identidade, por meio da relação entre corpo e vestuário. Ela cria e expressa imagens que refletem identificação e diferenciação entre pessoas e grupos sociais, possibilitando uma constante reinvenção dos indivíduos e mantendo a diversidade de estilos e marcas.
A12	A Representatividade Do Corpo Na Publicidade Brasileira: Os Estereótipos De Beleza X O Corpo Diferente	Keliny Silva, Rogério Covaleski	Este artigo analisou como a publicidade e mídias sociais brasileira molda os padrões de beleza e o corpo, refletindo sobre os estereótipos de perfeição que ela promove. Embora o corpo estereotipado ainda predomine, há sinais de diversidade crescente com a inclusão de corpos “diferentes”, impulsionados pela visibilidade das minorias, já que a mídia é um grande influenciador da beleza, que busca por padrões estéticos desde a antiguidade até os dias atuais. A pesquisa sugere que a publicidade das mídias sociais, procure e elabore a diversidade com representações mais inclusivas e saudáveis.

A13	Comparação De Elementos Da Imagem Corporal Feminina Entre Modelos De Passarela E Público De Não-Modelos	Pedro Antônio Lira Patrício	Este artigo estudou a influência da mídia na imagem corporal de mulheres brasileiras entre 18 e 28 anos, comparando modelos de passarela com não modelos. Foram selecionadas 352 participantes, sendo 102 modelos vinculadas a agências de moda e 250 não modelos, através de redes sociais com os questionários online. O estudo utilizou instrumentos como questionários de atitudes em relação à aparência e o índice de massa corporal (IMC) para avaliar satisfação com o corpo, cuidado disfuncional com a aparência e preocupação com o peso. Os resultados mostraram que tanto modelos quanto não modelos sentem influência dos padrões de beleza imposto pela mídia, as não modelos tendem a sofrer mais pressão para adequar-se a esses padrões na sociedade. As modelos em geral, apresentam maior satisfação corporal e autovalorização,
-----	--	------------------------------------	---

			porém sem muitas diferenças nos comportamentos disfuncionais em relação a dietas extremas e aparência física quando comparadas às não modelos. A pesquisa conclui que a mídia exerce uma função muito grande na formação e valorização corporal, mas os efeitos colaterais variam conforme o perfil do indivíduo de cada grupo.
--	--	--	--

4. DISCUSSÃO

Falar sobre o corpo não é apenas um artigo, é vida, e qualquer informação errada que influencie o indivíduo ele pode ter sérios riscos à saúde e até mesmo perder a vida. Vamos observar essa linha do tempo, que desde muitos anos atrás, o corpo influencia no pensamento da sociedade.

Grécia Antiga: Na Grécia Antiga o corpo era sua principal característica, sendo muito valorizado e seus cuidados fazia parte da sua rotina. Para seguir o padrão corporal da Grécia Antiga você tinha que ser atlético, saudável e fértil (corpos fortes sem problemas de saúde). Em algumas cidades da Grécia as práticas de atividades físicas estavam ligadas à participação nos Jogos Olímpicos, já em Atenas era para a própria beleza corporal, agora para as classes menos favorecidas da Grécia era para o preparo da guerra, o que era de grande interesse do país.

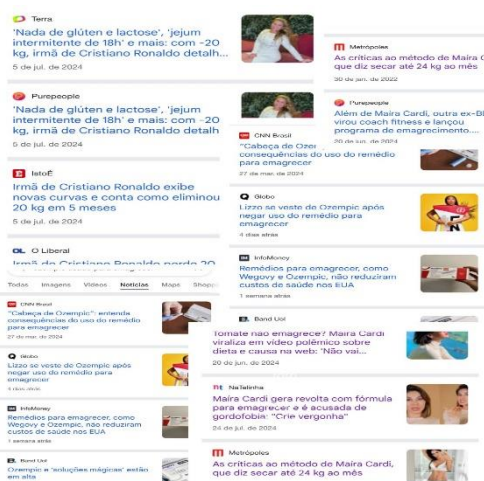
Idade Média: Na Idade Média mudamos completamente o pensamento sobre o corpo ideal, já que naquela época seguia sob a influência da igreja, que em sua visão ter um corpo atlético era considerado pecaminoso. Se você fosse contra ao pensamento da igreja e tivesse um físico atlético como na Grécia Antiga você era penalizado podendo ser executado na frente da população. Não há muitos registros de valorização do corpo nesse período, o que sabemos é que para a igreja e a população o “corpo padrão” era corpos mais robustos que passava uma visão de saúde e fecundidade.

Dias Atuais: Nos dias de hoje a visão sobre o “corpo ideal” é distorcida e explorada pelas mídias sociais. O julgamento e a forma do seu corpo continua sendo um problema, mas agora sem os castigos drásticos das épocas passadas, mas a população obteve a obsessão pelo corpo perfeito afeta principalmente jovens e adolescentes. Essa pressão colocada pela mídia e por grupos sociais faz com que o indivíduo desenvolva sérios problemas de saúde na busca pelo corpo perfeito, como por exemplo os transtornos alimentares como bulimia e anorexia. (FARHAT; 2008).

Vimos que essa busca para estar dentro do padrão imposto pela sociedade não é um problema para os dias atuais, ela já vem desde muito tempo, só ganhou mais destaque quando a era digital começou. A ideia de corpo evoluiu de uma maneira complexa, passando pela valorização natural na Grécia Antiga para uma repressão extrema na Idade Média e sendo uma redescoberta nos Dias Atuais. Essa visão sobre o corpo ideal nos dias de hoje é totalmente distorcida pela mídia e pela sociedade que impõe padrões até mesmo irreais. Essa obsessão pelo corpo ideal afeta a saúde mental e física dos indivíduos.

Em decorrência a influência da mídia, foi analisado em uma pesquisa a imagem corporal de mulheres brasileiras de 18 a 28 anos, comparando-as entre as modelos e não modelos. Foram no total 352 participantes e foi concluída que ambas as categorias sentem a pressão em relação aos padrões de beleza impostos pela mídia, mas observando que as mulheres não modelos sofrem mais. Embora sabemos que as modelos tenham maior satisfação corporal, não há diferenças entre elas em relação aos comportamentos disfuncionais. (PATRÍCIO; 2020)

Fortes influências nos dias de hoje nas mídias sociais são pessoas que não são formadas no assunto e por ser influenciada na mídia se vê no direito de falar sobre um assunto que no dia-a-dia está em alta. No anexo 1 apresenta algumas notícias de influenciadores espalhando notícias falsas sobre o tipo de corpo ideal e a alimentação utilizada para chegar ao seu objetivo.



Anexo 1 (Fonte: Google Notícias)

Com a alta procura pelo corpo perfeito além das dietas de baixo valor calórico há também o surgimento de “dietas da moda” que a maioria das vezes são criadas por indivíduos que não são formados e não entendem do assunto. Essas dietas causam o efeito esperado, a perda de peso rapidamente, mas há consequências, pois podem causar alterações no organismo gerando riscos nutricionais e acarretando outros problemas de saúde mais graves. (ASSIS, SANTOS, SILVA; 2021). A pressão por padrões de beleza e corpo perfeito, tem levado muitas mulheres a utilizar métodos drásticos para a perda de peso, a maioria das vezes prejudiciais à saúde. Os estudos ressaltam a necessidade de um acompanhamento com um profissional, no caso o nutricionista, para que possa ter uma perda de peso de uma forma saudável sem ser prejudicial à saúde. (SCHNEIDER, WIT; 2012).

Já em outros estudos mostram que a mídia tem um impacto muito grande na questão corporal e qual o seu padrão ideal, levando muitas pessoas a buscar esse corpo perfeito. Essa busca está ligada na forma como a mídia apresenta o corpo ideal. (VARGAS; 2014).

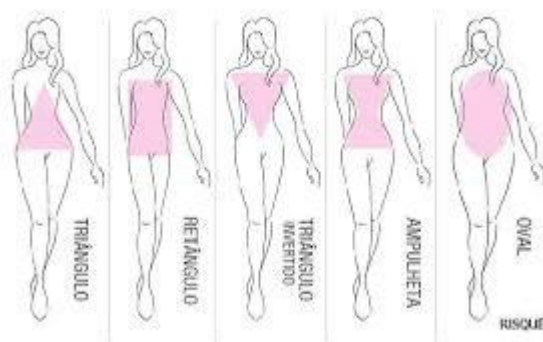
Na era digital a busca pela aceitação social aumentou ainda mais, onde leva as pessoas a seguir determinados estereótipos, especialmente nas redes sociais, que mostram muitos corpos bonitos. O determinado artigo destaca que além da mídia a pressão também vem de cônjuges e grupos sociais. (LELES; 2019). O problema de auto estima entre as mulheres são gerados pelos grupos sociais e pelas mídias sociais, trazendo uma pressão de grande importância para seguir os modelos de corpo perfeito que eles intitulam, não importando com a saúde do indivíduo, mas sim com a aparência estética. (MAUX, ROCHA, SANTOS; 2019).

Depois do corpo perfeito vem a maneira de se vestir que é crucial na formação de identidade. A maneira de se vestir cria uma identidade única que se diferencia entre os grupos sociais e indivíduos, trazendo personalidade para o indivíduo. (MOTA; 2008). Foi realizado um estudo em como as mídias sociais moldam os padrões de beleza no Brasil, promovendo estereótipos de perfeição. Apesar da predominância de corpos estereotipados e identidades visuais iguais, há um aumento de corpos diferentes com maior visibilidade em grupos de minorias. O estudo sugere que as mídias sociais criem publicidades mais inclusivas e saudáveis para refletir a diversidade. (COVALESKI, SILVA; 2014).

Os tipos de corpos variam muito devido a genética de cada indivíduo, que definem características como estrutura óssea, distribuição de gordura e composição muscular. Esses aspectos são motivos para a pressão psicológicas em modelos, pois dependendo do tipo corporal do indivíduo ele não será aceito na indústria da moda. A busca pelo corpo perfeito gera expectativas irreais podendo gerar frustrações, enquanto aceitar cada corpo é de uma maneira

de acordo com sua genética pode aliviar um pouco essa pressão, mas essa ideia não é seguida para os modelos somente para a sociedade que não está dentro da indústria da moda. No artigo “Corpos Reconfigurados” a autora faz a crítica a visão de teóricas criadas sobre o seu estilo de corpo, que principalmente mulheres aceitam essas teorias criadas sem questioná-las. Essas ideias criadas sobre o estilo de corpo ideal acabam desvalorizando o corpo feminino e aumentando a pressão psicológica sobre as mulheres, um problema que já está em grandes números no mundo. (GROSZ, 2000).

No anexo 2 mostra que no atual ano de 2024, existem cinco tipos de corpos femininos. Cada corpo é único, representa a diversidade e a sua cultura, que estão presentes em diferentes formas e proporções.



Anexo 2 (Fonte: Google Fotos)

No livro “Aprendizados”, Gisele Bündchen cita que aos 22 anos enfrentou ataques de pânico e depressão devido a sua busca incansavelmente pelo corpo perfeito e o estilo de vida estressante, com muita pressão psicológica. (BUNDCHEN, 2020, p.45). Gisele Bündchen que foi um fenômeno na indústria da moda como modelo, enfrentou desafios profundos em relação à pressão constante sobre o seu corpo, com a exposição constante e o julgamento do público, sua saúde física e mental foram afetadas.

5. CONCLUSÃO

Essa revisão bibliográfica, conclui que os padrões de beleza atuais são totalmente moldados pelas mídias sociais e pela indústria da moda, que promovem um ideal de corpo quase irreal, especialmente para as mulheres. Pesquisas mostram que as constantes imagens de corpos ideais nas redes sociais, propagandas e desfiles de moda cria uma pressão sobre as pessoas, onde elas se sentem na obrigação de ter esse “corpo perfeito”. Atualmente ocorreu um desfile da Victoria’s Secret, onde foi passado por uma reformulação para introduzir uma maior diversidade de corpos em sua passarela, buscando uma representatividade maior na sociedade, modelos com diferentes formas, tamanhos e etnias foram incluídas para criar um evento mais

inclusivo. No entanto, a mudança não agradou ao público, parte dos fãs criticaram a novidade trazida pela marca afirmando que esses modelos fugiam da imagem clássica e glamorosa que associavam à marca, já outros fãs elogiaram a inclusão dizendo que a pressão em cima de corpos estereotipados acabaria. Essa reação mostra as dificuldades enfrentadas pelas marcas que tentam se adaptar aos valores culturais da sociedade em evolução. Essa influência faz com que a sociedade busque métodos para se igualar aos modelos, o que podem trazer graves consequências na saúde física e mental do indivíduo.

Os estudos destacam a importância e necessidade de uma abordagem de informações mais responsáveis e de maior diversidade corporal na mídia, promovendo a aceitação de diversos corpos e a busca pela saúde em primeiro lugar.

6. REFERÊNCIAS

AMARAL SERRA, GIANE MOLIARI; SANTOS, ELIZABETH MOREIRA DOS. Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Departamento de Nutrição em Saúde Pública, Rio de Janeiro, Brasil; Fiocruz, Escola Nacional de Saúde Pública, Departamento de Endemias Samuel Pessoa, 26 fev. 2004.

CAROLINE, L.S., MAGNA, A.R., PÁDUA, I.C., TUFIK, S. FISBERG. M., TÚLIO, M.M. (2009). Composição corporal, gasto energético e ingestão alimentar em modelos brasileiras. Universidade Federal de São Paulo.

COSTA, M.F. (2014). Dietas da moda e transtornos alimentares: a construção de sentidos na busca do “corpo perfeito” e da “vida saudável”. Tese (Doutorado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

CRISTINA, N.L.S., RÚBIA, T.A.S., CARLOS J.R.L. (2013). Dieta da moda: O preço pago pela beleza. Faculdade União de Goyazes.

FARHAT, DAMIAN GUIMARÃES KONOPCZYK MALUF. As diferentes concepções de corpo ao longo da história e nos dias atuais e a influência da mídia nos modelos de corpo de hoje. 2008. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em

Educação Física) - Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Instituto de Biociências, Rio Claro.

GARRINI, SELMA PELEIAS FELERICO. Do corpo desmedido ao corpo ultra medido: a revisão do corpo na Revista Veja de 1968 a 2010. 2010. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Comunicação e Semiótica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP).

BUNDCHEN (2020, p. 45). “O equilíbrio entre corpo e mente é a chave para uma vida saudável, e é por meio de práticas como alimentação consciente e meditação que conseguimos alcançar esse bem-estar”.

GROSZ, ELIZABETH. Corpos reconfigurados. Departamento de Literatura Comparada, Universidade de Buffalo, 2000.

LELES, IZABELLA CHRYSTINA RODRIGUES FERREIRA. Internalização, pressão estética e estereótipos nas mídias digitais: uma abordagem historiográfica (2008 - 2019). 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em História) - Universidade Federal de Uberlândia, Instituto de História, Uberlândia.

MELO, LARA SANTOS MENDES DE; SANTOS, NÁDIA MACEDO LOPES. Padrões de beleza impostos às mulheres. Revista Científica Eletrônica de Ciências Aplicadas da FAIT, n. 1, maio 2020. Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva – FAIT.

MOTA, MARIA DOLORES BRITO. A roupa como artefato social – por uma sociologia da moda. 2008. Disponível em: Academia.edu.

OLIVEIRA, ANDRESSA VINCE DE; CARVALHO, PRISCILA ABREU DE; MELO, SIMONE RODRIGUES ALVES DE. Influência da mídia na construção da autoimagem de jovens na sociedade pós-moderna: a busca do corpo perfeito. Revista Científica Universitas, 2016.

OLIVEIRA, LETICIA LANGLOIS; HUTZ, CLÁUDIO SIMON. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 06 jan. 2011. CNPq, Bolsista I-A.

PATRÍCIO, PEDRO ANTÔNIO LIRA. Comparação de elementos da imagem corporal feminina entre modelos de passarela e público de não-modelos. 2020. Dissertação (Mestrado) – Universidade de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, 2020.

POLI NETO, P.; CAPONI, S. N. C. The ‘medicalization’ of beauty. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, v. 11, n. 23, p. 569-584, set. /dez. 2007.

REIS, ANTONIO; LAVORATO, BIANCA; BAFFA, CAMILA; DIAS, FABIANA; PATRÍCIO, GABRIELA; MAGALHÃES, IARA; QUEIROZ, ISADORA; TOLEDO, CRISTINA. Construção da imagem corporal na adolescência: relações com os transtornos alimentares. Última alteração: 12 ago. 2018.

ROCHA, A. B. P.; SANTOS, M.; MAUX, S. Indústria da beleza como vetor de pressão estética: a influência das novas mídias na imposição de padrões. Congresso de Ciências da Comunicação na Região Nordeste, 2019.

SANTOS, CAROLAYNE MARLY PEREIRA DOS; SILVA, RAFAEL FERNANDES DA; ASSIS, TAYANE FERREIRA DE. Consequências nutricionais causadas pelas dietas da moda: uma revisão da literatura. Recife: Centro Universitário Brasileiro, Núcleo de Saúde, Curso de Nutrição, 2021.

SANTOS, CÍNTIA DA CONCEIÇÃO; STUCHI, ROSAMARY APARECIDA GARCIA; ARREGUY-SENA, CRISTINA; DESSIMONI, NÍSIA ANDRADE VILLELA PINTO. A influência da televisão nos hábitos, costumes e comportamento alimentar / Television’s influence on eating habits, practices and behavior / La influencia de la televisión en hábitos, costumbres y comportamiento alimentar. *Cogitare Enfermagem*, v. 17, n. 1, p. 65-71, jan.-mar. 2012.

SILVA, KELINY; COVALESKI, ROGÉRIO. A representatividade do corpo na publicidade brasileira: os estereótipos de beleza x o corpo diferente. 2014. Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

SILVA MOURA, CARLOS ANDERSON; SANTOS, YARLA MARIA DOS; SILVA NETO, JERÔNIMO GREGÓRIO DA; CAVALCANTE, SARA KALINE CARVALHO CARNEIRO; SOUSA, ERICA FERNANDA GOMES DE; HONÓRIO FILHO, SILVIO MARCOS; ALVES, MARIA EDUARDA PEREIRA; PEREIRA, THAYANNE EVELLYN DE FREITAS; PEREIRA, THAYNARA CRISTINA DE FREITAS; BRITO, ANDREA NUNES MENDES DE. Publicado em RECIMA21 - Revista Científica, 30 de janeiro de 2022.

VARGAS, ELIZA GARONCI ALVES. A influência da mídia na construção da imagem corporal. Meios de Comunicação, Imagem Corporal, Beleza, 2014.

WATANABE, K.; WICHOSKI, C. Dietas da moda e transtornos alimentares: a busca pelo “corpo perfeito”. Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa, v. 38, p. [sem página], especial, 2022.

WITT, JULIANA DA SILVEIRA GONÇALVES ZANINI; SCHNEIDER, ALINE PETTER. Nutrição estética: valorização do corpo e da beleza através do cuidado nutricional. Depto. de Medicina Social, FAMED/UFRGS, 2012.