25º Congresso de Stress da ISMA-BR (International Stress Management Association)
27º Fórum Internacional de Qualidade de Vida no Trabalho
17º Encontro Nacional de Qualidade de Vida na Segurança Pública
17º Encontro Nacional de Qualidade de Vida no Serviço Público
ISMA BR International Stress Management Association

PADRÕES DE BELEZA E SEUS IMPACTOS PSICOSSOCIAIS

Autores: Luciana Grandin* e Isadora Grandin dos Santos**

*Psicóloga (UNESP). Mestre em Psicologia Organizacional (MUST University-EUA). Formação em Terapias Cognitivo-Comportamentais nos Transtornos de Ansiedade (Faculdade de Medicina-USP). serpessoal@gmail.com

**Estudante do Terceiro Ano do Ensino Médio. santosisadora204@gmail.com

RESUMO

Padrões de beleza são construções sociais que impactam a forma como as pessoas enxergam seus corpos. A constante exposição a ideais estéticos irreais pode gerar stress psicológico crônico, insegurança, ansiedade e transtornos de saúde mental.
O estudo analisa como os padrões de beleza afetam a autoimagem, a autoestima e a saúde mental de adolescentes. A maioria dos participantes relatou influência negativa e falta de representatividade real, nos diferentes tipos de mídias.

MÉTODO

Foram aplicados questionários online (70 participantes,) com foco em percepção de autoimagem, autoestima e comportamentos relacionados aos padrões de beleza. A análise da pesquisa foi qualitativa.

RESULTADOS

- 91,3% dos participantes tinham menos de 18 anos.
- 92,8% acreditam que os padrões impostos influenciam sua autoimagem.
- 78,3% relataram insatisfação com a aparência.
- 82,6% afirmaram que sua autoestima já foi afetada negativamente.

CONCLUSÃO

A pesquisa evidencia os efeitos nocivos dos padrões estéticos impostos socialmente. Promover mais diversidade e aceitação corporal é essencial para o bem-estar e segurança psicológica, especialmente entre os jovens

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Greenleaf et al., 2017 Jones & Brown, 2018 Smith et al., 2020 Thompson et al., 2019