



UNIVERSIDADE
CATÓLICA
PORTUGUESA

BRAGA

Relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal em adolescentes

Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de mestre em **Psicologia Clínica e da Saúde**

Renata Gonçalves Esteves

Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais

DEZEMBRO 2023



CATÓLICA
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS SOCIAIS

BRAGA

Relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal em adolescentes

Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade
Católica Portuguesa para obtenção do grau de mestre em
Psicologia Clínica e da Saúde

Renata Gonçalves Esteves

Sob a Orientação da Prof.^a Doutora **Armanda Paula
Cunha Gonçalves**

Agradecimentos

A dissertação de mestrado foi um dos maiores desafios do meu percurso acadêmico, desta forma não poderia deixar de agradecer a todos aqueles que contribuíram, direta ou indiretamente, para a concluir e chegar até aqui.

Primeiramente agradeço aos meus pais por todo o apoio e carinho que me dão, por acreditarem em mim, por incentivarem e investirem na minha educação e formação. Agradeço ao meu irmão pelo amor e por todo o incentivo que me dá para alcançar os meus objetivos.

Às minhas amigas pela ajuda e companheirismo, por estarem sempre ao meu lado e tornarem tudo mais fácil.

À minha família por me encorajar e dar ânimo sempre que precisei.

A todos os participantes que dispensaram um bocadinho do seu tempo para me ajudar na realização deste estudo.

Por fim, gostaria de agradecer à minha orientadora, Prof.^a Doutora Armanda Gonçalves, por todo o apoio, pela dedicação e pelo profissionalismo que tornaram possível a realização deste trabalho.

Resumo

O uso das redes sociais torna-se cada vez mais uma realidade, sobretudo na adolescência, onde estas plataformas são utilizadas como ferramentas de entretenimento, expressão e comunicação. Este tema tem sido cada vez mais motivo de estudo e interesse de forma a compreender esta problemática e as suas repercussões, principalmente por se tratar de uma faixa etária jovem e que ainda se encontra em fase de desenvolvimento da própria identidade, enquanto está exposta a plataformas que dão ênfase a *status*, imagem corporal ou a um estilo de vida ideal. Neste sentido, foi realizado um estudo de natureza descritivo-correlacional com 75 adolescentes, maioritariamente do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 13 e os 17 anos, com o objetivo de explorar a relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal e a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal. Para isso, foi aplicado um questionário sociodemográfico que aborda o uso das redes sociais e a presença de sintomas da perturbação dismórfica corporal, a Escala de Autoestima de Rosenberg e o Inventário de Esquemas sobre a Aparência. Os resultados obtidos revelaram uma relação estatisticamente significativa entre a utilização das redes sociais e a imagem corporal ($r = .361$; $p = .001$) e a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal ($r_s = .258$; $p = .026$). Relativamente às finalidades do uso foi encontrada uma relação estatisticamente significativa com a autoestima ($X^2 = 85.47$; $p = .031$). Além do mais verificaram-se diferenças significativas em termos de sexos relativamente à imagem corporal ($U = 471.50$; $p = .023$) e à sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal ($U = 445.50$; $p = .011$), sendo a ordem média mais elevada no sexo feminino. Estes resultados destacam a importância de perceber o que está associado ao uso das redes sociais, o que pode ter implicações importantes para a prática e para a intervenção com esta população.

Palavras-chave: redes sociais, autoestima, imagem corporal, perturbação dismórfica corporal, adolescentes

Abstract

The use of social networks is increasingly becoming a reality, especially in adolescence, where these platforms are used as tools for entertainment, expression, and communication. This topic has increasingly been a reason for study and interest in order to understand this problem and its repercussions, mainly because it is a young age group that is still in the phase of developing its own identity, while being exposed to platforms that emphasize status, body image or an ideal lifestyle. In this sense, a descriptive-correlational study was carried out with 75 adolescents, mostly female, aged between 13 and 17, with the aim of exploring the relationship between the use of social networks, self-esteem, body image and the symptoms associated with body dysmorphic disorder. For this, a sociodemographic questionnaire was applied that addresses the use of social networks and the presence of symptoms of body dysmorphic disorder, the Rosenberg Self-Esteem Scale and the Appearance Schema Inventory. The results obtained revealed a statistically significant relationship between the use of social networks and body image ($r = .361$; $p = .001$) and symptoms associated with body dysmorphic disorder ($r_s = .258$; $p = .026$). Regarding the purposes of use, a statistically significant relationship was found with self-esteem ($X^2 = 85.47$; $p = .031$). Furthermore, there were significant differences between genders in terms of body image ($U = 471.50$; $p = .023$) and symptoms associated with body dysmorphic disorder ($U = 445.50$; $p = .011$), with the average order being more elevated in females. These results highlight the importance of understanding what is associated with the use of social networks, which may have important implications for practice and intervention with this population.

Keywords: social media, self-esteem, body image, body dysmorphic disorder, adolescents

Índice

Introdução	8
1. Redes Sociais	9
2. Autoestima	11
3. Imagem corporal	14
4. Perturbação dismórfica corporal	17
5. Metodologia	19
5.1 Modelo concetual	19
5.2 Objetivos	20
5.3 Questões de investigação	20
5.4 Hipóteses	21
5.5 Desenho do estudo	21
5.6 Amostra/Participantes	21
5.7 Instrumentos	24
5.7.1 Questionário Sociodemográfico	24
5.7.2 Escala de Autoestima de Rosenberg	25
5.7.3 Inventário de Esquemas sobre a Aparência – Revisto	25
5.8 Procedimentos e Análise dos dados	26
6. Resultados	27
7. Discussão	35
8. Conclusão	39
Referências bibliográficas	41
Anexos	51

Índice de anexos

Anexo A – Consentimento Informado para os pais	51
Anexo B – Consentimento Informado para os adolescentes	54

Índice de figuras

Figura 1. Modelo concetual da relação entre as variáveis	20
--	----

Introdução

O uso das redes sociais e a influência que estas têm são um fenómeno relativamente recente, sendo cada vez mais alvo de estudos nas diversas áreas do conhecimento, de maneira a perceber quais os efeitos do uso destas ferramentas em diferentes áreas da vida, e em diferentes populações (Fardouly et al., 2015).

Atualmente, os impactos do uso das redes sociais pelos adolescentes são motivo de discussão, isto porque, embora toda a população faça uso destes meios, estes são especialmente populares entre os adolescentes (Kuss et al., 2017). Estas aplicações tornaram-se uma ferramenta/atividade muito comum nesta faixa etária, não só para entretenimento, mas também como forma de comunicação e expressão (Rebelo et al., 2020).

A adolescência é uma fase do desenvolvimento na qual os indivíduos vivenciam conflitos e crises de identidade, que se baseiam nas mudanças corporais, aspetos pessoais, e conflitos familiares, sendo que, enquanto enfrentam estas crises, os adolescentes tendem a manifestar comportamentos variáveis, confusos e imprevisíveis (Júnior et al., 2022). A influência das redes sociais pode dificultar a perceção da realidade da vida para os adolescentes, já que estes se estão a descobrir a si próprios, e estas plataformas podem afetar a vida desta população (França et al., 2019). Isto porque, estes meios dão muito ênfase a aparências, *status* e fazem com que os indivíduos idealizem um estilo de vida perfeito, assim como um estereótipo de beleza que não é facilmente alcançado na vida real (Silva, 2021).

No seguimento desta ideia, percebe-se que as redes sociais desempenham um papel muito importante na forma como os adolescentes se veem. No entanto, elas reforçam padrões de beleza e estilos de vida, que muitas das vezes são irreais e que podem ter impacto na autoestima, imagem corporal, e levam também a outras comorbidades psicológicas como é o caso da perturbação dismórfica corporal (Tiggemann et al., 2016; Maymone et al., 2022), sendo esta uma perturbação ainda pouco estudada, e que foi reconhecida e diagnosticada por profissionais de saúde recentemente (Koehler, 2020).

Diante do que foi exposto, e devido ao crescente número de adolescentes a fazer uso das redes sociais, torna-se necessário e pertinente estudar este assunto (Neto et al., 2019). Assim sendo, o objetivo deste trabalho passa por perceber a relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal em adolescentes portugueses.

Relativamente à organização do trabalho, primeiramente será apresentado o enquadramento teórico, baseado na revisão da literatura, focado nas redes sociais, na autoestima, na imagem corporal e na perturbação dismórfica corporal. Após isso será apresentada a parte metodológica, os resultados e a discussão dos mesmos e por último a conclusão do trabalho.

1. Redes sociais

O desenvolvimento tecnológico e a *internet* proporcionaram grandes mudanças sociais, transformando-se em ferramentas imprescindíveis e intimamente inseridas no quotidiano dos indivíduos, sobretudo porque favorecem e facilitam as informações e a comunicação através de chamadas, de *e-mails* ou das redes sociais (Souza et al., 2019). Este desenvolvimento implicou o surgimento de novas vivências, uma vez que permitiu outras formas de comunicação interpessoal, através de computadores, telemóveis e outros dispositivos que causaram mudanças nos comportamentos, hábitos e rotinas da população (Soares et al., 2018). Assim sendo, torna-se evidente que as tecnologias são um auxiliar para as relações sociais, já que trazem novas formas de interação e socialização, especialmente para as gerações nascidas após a década de 1990 (Jhala et al., 2016).

Com o surgimento e a disseminação do acesso à internet, chegaram as redes sociais como ferramentas geradoras de informação social (Przybylski et al., 2013). As redes sociais podem ser definidas como plataformas digitais, *sites* ou aplicações que permitem a criação e a partilha de conteúdos assim como a conexão entre pessoas (Abolfathi et al., 2022). Nestas comunidades virtuais, é possível a construção de perfis individuais e parcialmente públicos, sendo este espaço um lugar para todos os tipos de pensamentos e ideologias (Angelo, 2016). Embora toda a população faça uso das redes sociais, estas ferramentas são mais populares na faixa etária da adolescência (Kuss et al., 2017).

As tecnologias digitais tornaram-se uma característica universal na vida dos jovens, e quando estes chegam à adolescência, a maioria já está totalmente imersa no mundo dos *smartphones*, computadores e redes sociais. Existem estatísticas que sugerem que 95% dos adolescentes entre os 13 e os 18 anos têm acesso a *smartphones*, e 88% têm acesso a computadores em casa, sendo que 45% deles afirmaram estar *online* “quase constantemente” (Anderson, 2018, cit in Nesi, 2020). De acordo com o Fundo

das Nações Unidas para a Infância (UNICEF, 2013, cit in Goulart et al., 2019), a internet faz parte do dia-a-dia da maioria dos adolescentes e, embora possa ser um espaço de interação e aprendizagem, também pode ser um ambiente de práticas agressivas e discriminatórias, que provocam riscos consideráveis em várias áreas da vida desta população.

As redes sociais podem atrair de forma única os adolescentes, dadas as características e circunstâncias próprias deste período de desenvolvimento, tornando-os particularmente suscetíveis às oportunidades e aos riscos que estão associados às novas tecnologias (Nesi, 2020). Quase todos os adolescentes entre os 13 e os 17 anos usam alguma rede social, sendo que atualmente as mais populares nesta população são: o *YouTube* (85%), o *Instagram* (72%), o *Snapchat* (69%), e o *Facebook* (51%). No entanto, novas plataformas vão sendo criadas e introduzidas, como é o caso do *TikTok*, que tem vindo a ganhar muito destaque entre os jovens (Nesi, 2020).

O *YouTube* é uma plataforma onde se partilham vídeos, que ficam disponíveis para quem quiser visualizar, podendo deixar *likes* e comentários. Também é possível encontrar filmes, documentários, músicas e respetivos videoclipes, assim como fazer transmissões de eventos ao vivo. No *Instagram* é possível a publicação de fotos e vídeos de curta duração, podendo colocar efeitos e filtros nos mesmos. Esta aplicação permite a interação entre os sujeitos através dos *likes*, e dos comentários, havendo também a possibilidade de seguir as contas que se tem interesse e assim acompanhar as publicações das mesmas. Nesta plataforma o número de seguidores contribui para a visibilidade do perfil (Suls, 2017, cit in Siebel et al., 2019). O *Snapchat* introduz um formato de interação por meio de imagens partilhadas, sejam elas fotografias ou vídeos, que desaparecem após 24 horas, sendo que aqui também possível adicionar filtros (Kannenberg et al., 2017). No *Facebook* os utilizadores criam perfis, que tanto podem ser privados como públicos, e a partir daí partilham fotos, trocam mensagens privadas ou públicas, participam em grupos com amigos ou com pessoas com quem partilham interesses semelhantes (Boyd et al., 2007).

O uso destas redes sociais influencia a comparação social, que é um dos riscos do uso destas ferramentas na adolescência. Os jovens tendem a comparar-se às imagens e publicações que são geralmente elaboradas para causar boa impressão aos outros, e isso pode levar a que os adolescentes façam comparações negativas em relação às suas habilidades, realizações ou aparência (Nesi, 2020). Ao assumir como parâmetro o mundo da aparência, os adolescentes caminham para uma baixa autoestima, que

fragiliza não só as relações interpessoais, mas também a relação com o próprio corpo (Silva, 2021). Estudos afirmam que comparações em relação à aparência física nas redes sociais, podem levar a preocupações excessivas com a imagem corporal (Carter et al., 2016).

É inegável que as redes sociais desempenham um papel importante na percepção de beleza e na formação da imagem corporal. No entanto, também se sabe que as fotos e os vídeos que são publicados nestas redes são muitas vezes editados e retratam uma realidade falsa e inatingível, levando a crenças negativas sobre a imagem corporal, a inseguranças, a baixa autoestima, e podem criar também uma sensação de dismorfia corporal nos indivíduos que veem estas publicações (Khan et al., 2022; Maymone et al., 2022).

Além disto, plataformas como o *Instagram* e o *Snapchat*, são redes onde facilmente se podem editar as fotos e os vídeos, e isto é um comportamento muito comum em pessoas com perturbação dismórfica corporal. Estas plataformas levam também a que os adolescentes fantasiem os ideais das celebridades e influenciadores que seguem, o que promove a insatisfação corporal, a baixa autoestima e outras comorbidades psicológicas (Maymone et al., 2022).

2. Autoestima

Na literatura existem várias expressões que são utilizadas para definir autoestima, consoante a abordagem teórica, os autores privilegiam um ou outro aspeto (Schultheisz et al., 2013). Este conceito tem vindo a ganhar uma grande importância nos últimos tempos, sobretudo nos campos de estudo da psicologia (Rosenberg et al., 1995). Rosenberg (1965), uma das autoras mais importantes no que diz respeito à autoestima, define que este conceito é um conjunto de sentimentos e pensamentos que o indivíduo tem em relação ao seu próprio valor, competência, confiança, adequação e capacidade para encarar desafios, e isto pode refletir numa atitude positiva ou negativa em relação a si próprio. Neste sentido, o conceito de autoestima traduz a forma e o quanto a pessoa gosta de si mesma (Dini et al., 2004).

A autoestima é considerada um fator importante que influencia na maneira como o sujeito percebe, sente e responde ao que o rodeia. O facto de esta poder ser alta ou baixa relaciona-se com as experiências vividas ao longo da vida, especialmente, as experiências relacionadas com o amor, afeto, valorização, sucesso ou fracasso (Schraml et al., 2011). Vários autores defendem que uma autoestima positiva é fundamental para

que seja possível desenvolver o máximo das capacidades desde tenra idade (Bean et al., 2009; Hair et al., 2003; Martínez et al., 2010). Sendo que este é um processo que acontece ao longo de toda a vida (Curry et al., 1992).

Os indivíduos que apresentam autoestima alta consideram-se pessoas com valor e encontram-se satisfeitos consigo próprios, pois têm uma percepção positiva sobre si. Contrariamente, aqueles que apresentam baixa autoestima demonstram autodesprezo, autorrejeição, e estão insatisfeitos com eles próprios (Rosenberg & Simmons, 1975).

Atualmente, a autoestima deve ser vista como um conceito multidimensional, uma vez que é um conceito que diz respeito à autoestima global, isto é, a atitude negativa ou positiva que cada indivíduo tem sobre si na sua totalidade. Esta está mais associada ao bem-estar psicológico e a componentes afetivas. A autoestima específica diz respeito a áreas como a aparência física, inteligência, entre outras, parecendo estar mais relacionada com a parte crítica e avaliativa. Contudo, e apesar de ambas estarem associadas, é importante ter em conta que estas não são necessariamente correspondentes (Rosenberg et al., 1995).

Por fim, a definição de autoestima pode ser considerada complexa, já que envolve valores, crenças, a percepção do mundo interno e externo, e porque se trata de um construto interno e pessoal, que está estreitamente sugestionado pelo contexto social e cultural em que o indivíduo se insere (Schultheisz et al., 2013).

A autoestima desempenha um papel bastante importante para os adolescentes durante este período de transição entre a infância e a idade adulta, isto porque a adolescência é uma fase crucial e crítica no desenvolvimento dos indivíduos (Minev et al., 2018). Uma vez que nesta altura da vida ocorrem várias mudanças cognitivas, sociais e afetivas, os adolescentes estão mais suscetíveis a sofrer variações na autoestima (Paixão et al., 2018). Pelo facto de a adolescência ser marcada pela vulnerabilidade e instabilidade, existe o risco da autoestima dos adolescentes ser baixa (Orth et al., 2015).

Os processos que estão relacionados com o desenvolvimento e a formação da autoestima vão determinar os limites da relação do adolescente com o mundo que o rodeia, contribuindo para o desenvolvimento de competências e para a qualidade de atividades realizadas. Estes processos devem ser agradáveis para que consigam construir uma autoestima adequada, sendo que, quanto mais realista esta for, mais adaptado estará o adolescente (Heatherton, 2001).

O sexo é um aspeto que parece ter impacto na autoestima dos adolescentes, e quando comparados, os rapazes apresentam normalmente níveis de autoestima mais elevados do que as raparigas, sendo que estas parecem estar mais vulneráveis e tendem a ter uma atitude mais negativa em relação a si mesmas (Minev et al., 2018). Balev (1996, cit in Minev et al., 2018) desenvolveu um estudo com 292 adolescentes búlgaros entre os 13 e os 19 anos de idade, e os resultados mostraram que as raparigas apresentavam autoestima mais baixa do que os rapazes. Outra pesquisa realizada em Espanha com 90 adolescentes investigou o desenvolvimento da autoestima durante a adolescência, afirmando também que nesta fase da vida a autoestima tende a ser maior nos rapazes (Sánchez-Queija et al., 2017). Da mesma forma, Von Soest e colaboradores (2016) encontraram diferenças significativas entre raparigas e rapazes no que toca à autoestima, sendo que mais uma vez os rapazes apresentam níveis mais elevados quando comparados com as raparigas.

Esta diferença entre ambos os sexos pode ser explicada pela influência dos papéis de género. Frost e colaboradores (2004) explicam que a sociedade impõe um padrão de magreza ao sexo feminino que dificilmente pode ser alcançado, nomeadamente devido às alterações que ocorrem ao nível da gordura corporal do sexo feminino durante a puberdade. No que diz respeito ao sexo masculino, é esperado pela sociedade que este apresente uma autoestima elevada, ao contrário do sexo feminino, onde uma autoestima elevada é vista como algo negativo.

Segundo o que a literatura nos diz, a autoestima é um dos aspetos que mais sofre com o impacto do uso das redes sociais (Jan et al., 2017). Para Jan e colaboradores (2017) existe uma forte relação entre as redes sociais e a autoestima, e o aumento do uso destas ferramentas leva a uma diminuição da autoestima dos sujeitos. Na pesquisa por eles feita, percebeu-se que mais tempo gasto na rede social *Facebook* está relacionado com a diminuição da autoestima dos participantes. Neste estudo também foi possível verificar que aproximadamente 88% dos sujeitos tendem a fazer comparações com outras pessoas nas redes sociais. Para Morse e colaboradores (1970) comparações depreciativas com outros indivíduos fazem com que as pessoas se sintam inferiores e façam avaliações negativas sobre si próprias. Estas comparações negativas que as pessoas têm tendência a fazer, na maioria dos casos têm um efeito igualmente negativo na sua autoestima (Vogel et al., 2014).

Nas redes sociais, existe a tendência de visitar os perfis das outras pessoas e invejá-las, achando que elas são pessoas superiores ou melhores, e como resultado

disso, começam a surgir sentimentos de inferioridade que fazem com que as pessoas se sintam mal em relação a si próprias. Estes sentimentos negativos podem estar diretamente relacionados com a autoestima dos sujeitos (Steers et al., 2014). Assim sendo, é viável concluir que estas duas variáveis estão negativamente relacionadas, verificando-se que o uso das redes sociais faz com que a autoestima dos indivíduos diminua (Jan et al., 2017).

3. Imagem corporal

Atualmente a imagem corporal (IC) pode ser considerada como um conceito multidimensional que engloba componentes cognitivas, afetivas e comportamentais. Assim, IC representa a maneira como os indivíduos pensam, sentem e se comportam em relação às suas características físicas. Podendo ser vista como uma relação entre o corpo e os processos cognitivos, como crenças, atitudes ou valores de cada um (Petroski et al., 2012). Ou seja, a IC caracteriza-se como a imagem construída na mente de cada pessoa relativamente ao seu corpo, assim como os sentimentos, ações e pensamentos sobre o mesmo (Tiggemann et al., 2016). Desta forma, percebe-se que a IC pode não ir necessariamente ao encontro da aparência física que corresponde à realidade (Pérez et al., 2016).

A IC é composta por duas facetas, as percepções e as atitudes relativas ao corpo (Cash & Szymanski, 1995 cit in Nazaré et al., 2010). As percepções referem-se ao rigor da avaliação que as pessoas fazem do seu tamanho, peso e forma, em comparação com as suas características reais. Já as atitudes incluem duas componentes, uma avaliativa/afetiva, que diz respeito aos sentimentos que as pessoas tem em relação ao seu aspeto físico, e uma cognitiva/de investimento, que abrange os pensamentos e crenças a respeito da aparência e da forma corporal (Bandield & McCabe, 2002 cit in Nazaré et al., 2010).

Para Cash (2005) a IC define-se segundo uma perspetiva cognitivo-comportamental, isto é, deve ser direcionada no sentido de compreender a experiência e o desenvolvimento de uma relação positiva entre o indivíduo e o seu corpo. Para esta perspetiva deve-se diferenciar a avaliação da IC e o investimento que é feito na mesma. A avaliação da IC aborda a satisfação ou insatisfação que os sujeitos sentem em relação à sua aparência física, que depende da autopercepção física e dos ideais que cada um tem a respeito deste assunto. Já o investimento está relacionado com a importância

cognitiva, comportamental e emocional que os indivíduos conferem à sua aparência física (Cash, 2005).

O investimento é composto por duas facetas, que são elas: a saliência motivacional e a saliência auto-avaliativa da aparência. A primeira faceta diz respeito ao nível em que os sujeitos estão atentos ou valorizam a sua aparência, de forma a realçar a sua atratividade e a apresentarem-se da melhor forma possível. Isto não é necessariamente desadaptativo, pode apenas refletir cuidado e satisfação com o aspeto físico. A segunda faceta refere-se à medida em que os indivíduos consideram que a sua aparência integra a sua identidade, permitindo avaliar o seu valor pessoal. Neste caso já poderá haver mais disfuncionalidade, uma vez que há associação a maior insatisfação com a IC, patologia do comportamento alimentar e interferência em várias áreas do funcionamento psicossocial (Cash et al., 2004).

A IC pode ser influenciada por diversos fatores. Ao nível cultural, é comum que os padrões ou as expectativas que a sociedade tem em relação ao aspeto físico se transmitam, fazendo com que os indivíduos internalizem essas expectativas impactando as suas atitudes relativamente ao aspeto físico. Também as experiências interpessoais podem ter impacto através das opiniões e expectativas que são passadas através das interações que os sujeitos fazem com aqueles que os rodeiam, por exemplo, as interações entre pais e filhos, que podem transmitir criticismo, comparações ou estabelecer padrões que façam a criança comparar-se. Também as características físicas podem afetar a IC, isto ocorre porque a atratividade e a aceitação social das características físicas têm impacto na maneira como os sujeitos se veem e na forma como é tratada pelos demais. Os fatores da personalidade são aspetos igualmente importantes, já que influenciam nas atitudes relativas à IC. Quem tem um conceito positivo de si mesmo irá formar uma IC positiva, o que fará com que reaja melhor a situações adversas relativamente à sua perceção corporal (Cash, 2002). Em suma, a IC é influenciada por diversos aspetos, dos quais três deles têm maior importância: os pais, os amigos, e os meios de comunicação social, sendo que estes últimos são os mais pervasivos na influência (Thompson et al., 1999, cit in Lira et al., 2017).

Na adolescência, a IC pode significar um importante stressor que causa preocupação e dificuldades emocionais (Lemes et al., 2018). Nesta fase da vida ocorrem mudanças tanto a nível biológico como emocional, mudanças essas que podem ser difíceis de lidar (Lira et al., 2017). O adolescente encontra-se no processo de construção da sua identidade pessoal e social, e estas mudanças ocorrem em simultâneo com a

maturação biológica, o que aumenta as preocupações com a aparência física. Aqueles que não correspondem aos padrões idealizados socialmente, mostram-se excessivamente preocupados com o seu aspeto físico e manifestam insatisfação com a sua IC (Bruin et al., 2007).

Ainda que o género seja um fator importante no que concerne à satisfação com a IC, é importante considerar que tanto rapazes como raparigas apresentam dificuldades relativamente a este aspeto durante a adolescência (Lemes et al., 2018). No entanto, as pesquisas que têm vindo a ser feitas demonstram que a insatisfação corporal é mais frequente nas raparigas, que tendem a apresentar preocupações com o peso, pois desejam ter um corpo magro e receiam ser rejeitadas, sendo elas um grupo mais vulnerável às influências socioculturais e dos media (Zametkin et al., 2004). A insatisfação com a IC é mais frequente em raparigas com excesso de peso, mas também é algo comum naquelas que apresentam um estado nutricional adequado (Morais et al., 2018).

No que concerne à relação entre o uso das redes sociais e a IC, percebe-se que os adolescentes são consumidores de tendências, sendo as redes sociais uma das tendências que estes jovens mais usam para comunicação e informação, porém, estas parecem ter uma influência importante relativamente à satisfação com a IC (Lira et al., 2017). Holland e colaboradores (2016) apontaram algumas atividades problemáticas no uso das redes sociais, tais como, a visualização e publicação de fotos, já que estas atividades favorecem a comparação social baseada na aparência, o que reforça a sua relação com a IC. Desta forma, estes autores sugerem que as redes sociais podem aumentar as crenças negativas em relação à IC, já que promovem características de beleza universais.

As redes sociais e os meios digitais no geral, espalham imagens de corpos padrão, ou seja, corpos idealizados, magros e definidos, o que gera comparações ao nível da aparência e interferem na perceção que se constrói do próprio corpo, gerando consequentemente insatisfação em relação ao mesmo. Esse tipo de imagens também pode promover ideais de beleza dificilmente alcançáveis, já que são pouco realistas e pouco idênticos com os corpos da maior parte da população. Além de tudo isto, existem programas de edição de imagem que conseguem facilmente manipular e criar imagens de corpos perfeitos (Marcuzzo et al., 2012; Campos et al., 2016; Krawitz, 2014).

Ao nível dos estudos realizados relativamente a este assunto, quase todos mostram uma relação negativa do uso das redes sociais na IC (Silva et al., 2020). Um estudo realizado no Brasil com 4.325 adolescentes verificou insatisfação corporal de

51% nos rapazes, e 65.6% nas raparigas (Dumith et al., 2012). Outro estudo feito na Bélgica por Rousseau e Eggermont (2018) contou com 1.986 adolescentes, onde os resultados sugeriram um papel importante das redes sociais na gestão da IC dos adolescentes, sendo que a longo prazo poderão estar relacionadas com a conceção da IC. Lira e colaboradores (2017) ainda afirmam que adolescentes que fazem uso diário de redes sociais como *Facebook*, *Instagram*, e *Snapchat* correm maior risco de estar insatisfeitos com a sua IC. Posto isto, é esperado que uma relação negativa entre redes sociais e IC.

4. Perturbação dismórfica corporal

A perturbação dismórfica corporal (PDC) enquadra-se atualmente nas perturbações obsessivo-compulsivas e perturbações relacionadas, identificada no Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais, quinta edição (DSM-V) (APA, 2014).

Segundo o DSM-V a PDC caracteriza-se pela preocupação com um ou mais defeitos que o sujeito percebe na sua aparência física, sendo pouco ou nada observáveis por terceiros. Também é comum que indivíduos com esta perturbação realizem comportamentos repetitivos, como por exemplo, autocuidado excessivo, verificação constante no espelho, escoriação da pele, procura de asseguração, ou até mesmo através de atos mentais como comparação da sua aparência com a dos outros, tudo isto em resposta às preocupações com o seu aspeto físico (APA, 2014). Estes comportamentos acabam por se tornar rituais que consomem muito do tempo das pessoas, na tentativa de corrigir, atenuar, ou esconder as partes que elas consideram defeituosas (Fang et al., 2015). Nesta perturbação existe ainda um subtipo designado de “dismorfia muscular”, que consiste na preocupação com a ideia de que a sua constituição física é demasiado pequena ou pouco musculada (APA, 2014).

Quando o defeito que a pessoa acredita ter realmente existe de uma forma ligeira ou quase impercetível, a preocupação é acentuadamente desproporcional. Em virtude dos pensamentos repetitivos de que existem vários defeitos no seu corpo, pessoas com PDC sentem-se constantemente insatisfeitas e inseguras relativamente à sua imagem, desta forma, esta perturbação afeta principalmente a autoestima dos indivíduos (Koehler, 2020). Além do mais, esta preocupação excessiva pode acabar por causar mal-estar clinicamente significativo, e pode comprometer a área social, ocupacional, ou

outras áreas do funcionamento do indivíduo, podendo traduzir-se numa baixa qualidade de vida (APA, 2014; Phillips et al., 2005).

A PDC está muito associada a crenças delirantes, e *insight* pobre ou ausente para a perturbação (Phillips, 2004). Por um lado, existem indivíduos que entendem que a sua aparência é adequada apesar da preocupação que sentem em relação à mesma, e por outro lado, existem aqueles que apresentam crenças delirantes e convicções absolutas relativamente aos seus defeitos físicos. No meio termo, existem aqueles indivíduos que apresentam ideias sobrevalorizadas de vergonha e deformação, e acreditam que os outros estão a prestar especial atenção aos seus defeitos (Fang et al., 2015). Em consequência da pobreza de *insight*, várias pessoas com PDC recorrem a intervenções ou cirurgias estéticas na tentativa de remover os defeitos percebidos. Porém, este tipo de intervenções pode ter consequências negativas que levam ao agravamento da sintomatologia, que por sua vez, leva à insatisfação e diminuição da autoestima (Phillips et al., 2001).

Em termos de prevalência, estima-se que cerca de 1,7% a 2,4% da população em geral apresente PDC (Buhlmann et al., 2010). Segundo o estudo de Fang e colaboradores (2015), existe uma incidência ligeiramente maior na população feminina em comparação com a masculina. Os indivíduos do sexo masculino tendem a ter mais preocupações com a região genital, e a dismorfia muscular ocorre quase exclusivamente nesta população. Já o sexo feminino tende a ter mais preocupações com os hábitos alimentares, tendo frequentemente uma perturbação alimentar comórbida (APA, 2014). Na adolescência, o estudo de Dyl e colaboradores (2006), verificou que 4,8% da amostra apresentava PDC. Noutro estudo de Schneider et al. (2017) com 3.149 adolescentes entre os 12 e os 18 anos, a prevalência foi de 1,7%, não se verificando diferenças entre os géneros. No entanto, os adolescentes mais velhos relataram maior prevalência de PDC do que os adolescentes mais jovens. A maioria dos estudos internacionais mostrou que a PDC é mais frequente nos adolescentes e jovens adultos do sexo feminino, e isto pode ser explicado pelo facto destas populações serem geralmente mais preocupadas com a sua aparência, e porque estão sujeitos a maior pressão por parte dos pares (Veale et al., 2016).

O surgimento da PDC ocorre habitualmente no período da adolescência, sendo que a idade mais comum de início é entre os 12 e os 13 anos (Bjornsson et al. 2013; APA, 2014). O início é geralmente gradual, com um curso crónico e contínuo (Phillips et al., 2013). É descrita como uma perturbação silenciosa, já que muitas das vezes os

indivíduos tendem a ter vergonha em demonstrar as suas preocupações com a aparência, preferindo esconder ou corrigir os defeitos por eles percebidos (Fang et al., 2015).

A literatura tem vindo a mostrar que a PDC é uma perturbação complexa, que envolve vários fatores como o ambiente, a cultura, e os valores impostos pela sociedade, que posteriormente têm impacto na personalidade de cada indivíduo. Atualmente, as redes sociais têm dado muita importância ao corpo, sendo um lugar que mostra ideais de beleza, e padroniza a aparência de determinadas partes do corpo (Koehler, 2020). Nestes meios existe uma hipervalorização de corpos atléticos, musculosos, magros e perfeitos, que se distanciam da realidade de grande parte da população, e permeiam o imaginário coletivo. Isto faz com que a sociedade viva numa constante busca por estes corpos, e consequentemente se envolvam, ainda que involuntariamente, em perturbações como a PDC (Morgado et al., 2009).

Posto isto, a literatura sugere que o uso frequente das redes sociais são um potencial fator de risco para o desenvolvimento de sintomas da PDC (Ryding et al., 2020). Ainda assim, esta problemática não é muito abordada no contexto nacional, não havendo ainda instrumentos válidos para a população portuguesa que avaliem esta perturbação, o que torna pertinente aprofundar mais este tema.

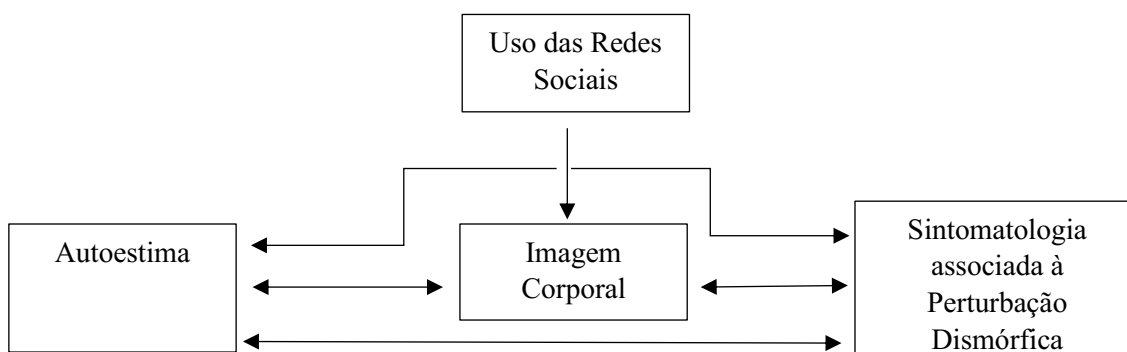
5. Metodologia

5.1 Modelo concetual

O presente estudo pretende compreender melhor a relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes. Desta forma, será apresentado em seguida o modelo concetual da relação entre as variáveis anteriormente apontadas, que serviu como base para o desenvolvimento deste projeto.

Figura 1

Modelo conceitual da relação entre as variáveis



5.2 Objetivos

Considerando a revisão da literatura feita no âmbito das variáveis em estudo, estabelecer como objetivo explorar a relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes portugueses.

Quanto aos objetivos específicos, estes passam por caracterizar a amostra ao nível do uso das redes sociais, da autoestima, da imagem corporal, e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal. Perceber de que forma é que as variáveis teóricas se relacionam com as variáveis sociodemográficas, nomeadamente, perceber a relação entre o uso das redes sociais, a autoestima, a imagem corporal, a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal e o sexo. Além disso, pretende-se conduzir um estudo exploratório sobre o instrumento “Body Dysmorphic Disorder Modification of the Yale-Brown Obsessive-Compulsive Scale for Adolescents” (BDD-YBOCS) (Phillips, 1997) e o instrumento criado para avaliar a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal, especificamente para esta investigação.

5.3 Questões de investigação

Para os objetivos que foram definidos, e onde a literatura não foi consistente o suficiente para ser definida uma hipótese, optou-se por formular as questões de investigação:

1. Qual a relação entre o número de horas gastas nas redes sociais com a autoestima, imagem corporal e a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes?

2. Qual a relação entre as finalidades do uso das redes sociais a autoestima, imagem corporal e a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes?
3. Qual a relação entre imagem corporal e a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes?

5.4 Hipóteses

De acordo com os objetivos definidos foram estabelecidas as seguintes hipóteses de investigação:

H1: A insatisfação com a imagem corporal é mais frequente nos adolescentes do sexo feminino (Zametkin et al., 2004).

H2: A sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal é mais incidente nos adolescentes do sexo feminino (Fang et al., 2015).

5.5 Desenho do estudo

Tendo em consideração os objetivos deste estudo, o método para a construção e operacionalização do mesmo é o método quantitativo, já que se pretende medir e analisar as variáveis de forma a obter resultados numéricos que sejam quantificáveis e traduzam o fenómeno em questão. Este é um método que permite verificar proposições teóricas, e é adequado para confirmar hipóteses. Uma vez que a aplicação dos instrumentos ocorre apenas num determinado momento, e é relativo ao fenómeno presente no momento da investigação, este estudo assume-se como sendo de carácter transversal. O desenho de estudo que está aqui implícito é o descritivo-correlacional, já que possibilita a seleção das variáveis que farão parte do estudo, permitindo a exploração das relações entre as mesmas, no sentido de descrevê-las (Fortin et al., 2006).

5.6 Amostra/Participantes

O processo de amostragem deste estudo é de carácter não probabilístico por conveniência, visto que os questionários foram maioritariamente realizados de forma aleatória, a todos aqueles que corresponderam às características pretendidas (Fortin et al., 2006).

A amostra foi constituída por 75 adolescentes com idades entre os 13 e os 17 anos ($M= 15.64$, $DP= 1.249$), na sua maioria do sexo feminino ($n= 44$, 58%), com escolaridade entre o 7º e o 12º ano ($Mdn= 10^\circ$ ano), como se apresenta na tabela 1.

Tabela 1.

Descrição da amostra

Variável	Grupo	<i>n</i>	%
Idade	13	6	8
	14	8	10.7
	15	16	21.3
	16	22	29.3
	17	23	30.7
Sexo	Feminino	44	58.7
	Masculino	31	41.3
Ano escolar	7º	4	5.3
	8º	8	10.7
	9º	17	22.7
	10º	11	14.7
	11º	16	21.3
	12º	19	25.3

Relativamente ao uso das redes sociais, podemos verificar que o início do uso variou entre os 6 e os 14 anos de idade ($M= 11.19$, $DP= 1.608$), sendo que 58.7% da amostra afirma passar cerca de duas a três horas por dia nas redes sociais ($n= 44$). Verificou-se ainda que 41.3% da amostra utiliza 3 redes sociais ($n= 31$), sendo o Instagram a rede mais usada pelos adolescentes ($n= 57$, 76%), a segunda mais utilizada é o TikTok ($n=33$, 44%). Por fim, 56% dos adolescentes afirmaram que utilizam as redes sociais para entretenimento ($n= 42$), como se vê na tabela 2.

Tabela 2.

Descrição do uso das redes sociais

Variável	Grupo	<i>n</i>	%
Idade que começou a usar redes sociais	6-8	3	3.9
	9-11	40	53.3
	12-14	32	42.6
Tempo diário usado nas redes sociais	1 hora ou menos	7	9.3
	2-3 horas	44	58.7
	4-5 horas	21	28
	6 horas ou mais	3	4
Nº de redes sociais que usa	3	31	41.3
	4	26	34.7
	5	11	14.7
	6	3	4
	7	3	4
	9	1	1.3
Rede social que mais usa	Instagram	57	76
	TikTok	9	12
	WhatsApp	2	2.7
	YouTube	5	6.7
	Facebook	2	2.7
Segunda rede social que mais usa	Instagram	14	18.7
	TikTok	33	44
	Twitter	4	5.3
	WhatsApp	6	8
	YouTube	3	4
	Snapchat	3	4
	Facebook	12	16
Fins da utilização das redes sociais	Entretenimento	42	56
	Trocar mensagens	17	22.7
	Ver e publicar fotos/vídeos	9	12
	Todas as anteriores	7	9.3

5.7 Instrumentos

No que diz respeito aos instrumentos utilizados para a recolha de dados foram aplicados três instrumentos: um questionário sociodemográfico, a Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965; versão portuguesa de Santos et al., 2003) e o Inventário de Esquemas sobre a Aparência (ASI-R; Cash et al., 2004; versão portuguesa de Nazaré et al. 2010).

5.7.1 Questionário sociodemográfico

O questionário sociodemográfico é um questionário de autopreenchimento, elaborado especificamente para este projeto, estando dividido em três partes. A primeira parte diz respeito ao perfil sociodemográfico dos participantes e é composto por três perguntas: idade, sexo e o ano escolar que frequenta.

A segunda parte, designada por “uso das redes sociais”, é destinada a onze questões relativas ao uso destas plataformas, sendo elas: idade com que começou a usar as redes sociais; se faz uso das redes sociais diariamente; quanto tempo passa diariamente nas redes sociais; quantas redes sociais usa, e quais as duas que mais utiliza; e para que fins usa as redes sociais. Em algumas das perguntas os participantes deviam selecionar uma das opções como resposta, sendo que três das questões eram abertas. Estas questões foram elaboradas tendo em conta algumas das questões feitas num estudo de Lima e colaboradores (2017).

Na terceira e última parte encontra-se o “Questionário de Sintomatologia Associada à Perturbação Dismórfica Corporal”, que visa abordar questões que estão relacionadas com as alterações na perceção física e com falhas ou defeitos percebidos na mesma, estando relacionadas com a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal. Esta parte foi construída com base em questões do questionário “Body Dysmorphic Disorder Modification of the Yale-Brown Obsessive-Compulsive Scale for Adolescents” (BDD-YBOCS) (Phillips, 1997) e nos critérios do DSM-5 (APA, 2014). Num primeiro momento foi feita a tradução das questões que estavam em inglês para português. A literatura refere que se deve evitar traduções literais dos itens (Hambleton, 2005), neste sentido, as questões foram tratadas tendo em conta considerações linguísticas, culturais e científicas sobre o construto. Para isso, foi utilizado o DSM-5 na versão portuguesa e inglesa, de forma a comparar os construtos e perceber como são escritos nas duas línguas, ou seja, cada pergunta foi escrita tendo por

base a linguagem utilizada no DSM, que já é direcionada para o mesmo contexto e cultura.

O questionário conta com um total de 18 questões (e.g., “Tem-se sentido preocupado/a com alguma falha ou defeito na sua aparência física?”; “Quanto tempo gasta a pensar nessa falha ou defeito na sua aparência física?”), e apresenta uma escala de resposta de *likert* de quatro pontos (0 - Não/Nenhum; 1 – Levemente; 2 – Moderadamente; 3 – Gravemente; 4 – Extremamente), onde o valor total é obtido através da soma dos itens. Uma pontuação final mais elevada pode ser sugestiva de sintomatologia associada à perturbação. Nesta investigação obteve-se um alfa de *Cronbach* de .94, podendo-se considerar uma consistência muito boa (Pestana et al., 2008).

5.7.2 Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES)

A Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965; versão portuguesa de Santos et al., 2003) é a uma das escalas mais utilizadas para a avaliação da autoestima global. É constituída por 10 itens, cinco formulados positivamente (e.g., “Globalmente estou satisfeito(a) comigo próprio(a)”; “Sinto que tenho um bom número de qualidades”) e cinco formulados negativamente (e.g., “Por vezes penso que nada valho”; “Sinto que não tenho muito de que me orgulhar”), avaliados através de uma escala de tipo *Likert* de quatro pontos (1- discordo fortemente; 2- discordo; 3- concordo; 4- concordo fortemente). O valor total é obtido através da soma dos itens, podendo variar entre 10 e 40 pontos. Quanto maior for o resultado, maior será a autoestima global do inquirido. A adaptação desta escala para a população portuguesa revelou boas qualidades psicométricas, sendo o valor do alfa de *Cronbach* de .77. Em termos de consistência interna os resultados mostraram-se bastante estáveis, e a validade do instrumento apresenta níveis aceitáveis para o contexto português. No presente estudo o valor do alfa de *Cronbach* foi de .90, o que sugere uma boa consistência (Pestana et al., 2008).

5.7.3 Inventário de Esquemas sobre a Aparência – Revisto (ASI-R)

O Inventário de Esquemas sobre a Aparência – Revisto (ASI-R) (Cash et al., 2004; versão portuguesa de Nazaré et al., 2010) é um inventário de autorresposta que tem como objetivo avaliar o nível de investimento dos sujeitos relativamente à sua imagem corporal, procurando analisar crenças nucleares em relação à importância,

influência e significado da aparência ao longo da vida. É composto por 20 itens, divididos em duas subescalas, a *saliência auto-avaliativa*, e a *saliência motivacional*, sendo respondido numa escala tipo *Likert* cinco pontos (1- discordo fortemente; 2- discordo; 3- não concordo nem discordo; 4- concordo; 5- concordo fortemente).

Como referido anteriormente, este inventário é composto por dois fatores: a *saliência auto-avaliativa*, constituída por 12 itens (e.g., “Raramente comparo a minha aparência com a das outras pessoas”; “A minha aparência física tem tido pouca influência na minha vida”) que dizem respeito às crenças que os indivíduos têm relativamente ao modo como o seu aspeto físico influencia o seu valor social ou pessoal e no seu sentido de *self*. E ainda a *saliência motivacional*, composta por oito itens (e.g., “Perco pouco tempo com a minha aparência física”; “Tento ser fisicamente tão atraente quanto consigo”) relativos à motivação dos sujeitos para serem atraentes e gerirem a sua aparência. A pontuação final é alcançada através da média das pontuações obtidas nos 20 itens do instrumento, sendo que quanto mais próxima for do cinco, maior será o nível de investimento na aparência (Nazaré et al., 2010).

Em relação ao alfa de *Cronbach* a escala total obteve .89, o fator um .85, e o fator dois .82. A validade do instrumento apresenta bons níveis, e por isso é capaz de avaliar de forma eficaz aquilo que pretende avaliar (Nazaré et al., 2010). Neste estudo, o alfa de *Cronbach* da escala total foi de .92, o fator um obteve .91, considerado níveis de consistência muito bons, o fator dois obteve .83 o que revela um alfa considerado bom (Pestana et al., 2008).

5.8 Procedimentos e análise dos dados

Após a seleção dos instrumentos que seriam utilizados para o estudo, procedeu-se aos pedidos de autorização aos autores, para que fosse possível a aplicação dos mesmos.

Em seguida foi feita a recolha de dados através da elaboração e partilha dos questionários *online*, por meio da plataforma *google forms*. Primeiramente foi mostrado o consentimento informado aos pais dos adolescentes (Anexo A), com todas as informações acerca do estudo, se eles permitissem a participação dos educandos, estes teriam igualmente acesso a um consentimento informado (Anexo B), que lhes garantia anonimato e confidencialidade e esclarecia que a participação era de carácter voluntário, sendo possível desistir do estudo, se assim o desejassem, a qualquer momento. É

importante frisar que o estudo em questão foi aplicado tendo por base todas as normas éticas científicas e cumprindo os requisitos inerentes.

Posteriormente deu-se a introdução dos dados obtidos no programa de análise estatística, o IBM SPSS *Statistics* versão 28.0. Foi realizada uma análise exploratória dos dados com o intuito de verificar a normalidade da amostra, sendo que esta análise teve por base os valores de assimetria e curtose, os valores dos testes *Kolmogoroy-Smirnoff*. Como se verificou que nem todas as variáveis seguiam uma distribuição normal, optou-se por testes não paramétricos nesses casos. Por outro lado, quando estavam presentes as variáveis que apresentavam normalidade, foram utilizados testes paramétricos.

6. Resultados

Em seguida serão apresentados os resultados do estudo. Primeiramente será apresentada a análise fatorial exploratória relativa ao questionário desenvolvido para avaliar a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal, seguindo-se os resultados obtidos nas três questões de investigação e nas duas hipóteses anteriormente formuladas.

6.1 Análise fatorial exploratória do Questionário de Sintomatologia Associada à Perturbação Dismórfica Corporal

Para explorar a estrutura fatorial do instrumento desenvolvido para avaliar a sintomatologia associada à Perturbação Dismórfica Corporal nesta amostra, os itens foram submetidos a uma análise fatorial exploratória com rotação *Varimax*. Verificou-se através dos valores dos testes de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO=.91$) e do teste de Esfericidade de Bartlett ($X^2_{(153)} = 1077.15, p = <.001$) que os valores sugerem adequabilidade para análise fatorial.

A análise de componentes principais com rotação *Varimax* revelou a presença de três fatores com *eigenvalues* próximos de 1, que explicam 70.56% da variância total. Na tabela 3 é apresentada a distribuição dos itens da escala pelos três fatores e o seu respetivo peso fatorial. O primeiro fator explica 35.31% da variância total, com cargas fatoriais que variam de .91 a .49. O segundo fator explica 17.89% com cargas fatoriais de .81 a .53. Por fim o terceiro fator explica 17.35% da variância e apresenta cargas entre os .84 e .51.

Tabela 3.

Análise fatorial exploratória do Questionário de Sintomatologia Associada à Perturbação Dismórfica Corporal

Itens	Fatores		
	1	2	3
1. Tem-se sentido preocupado com alguma falha ou defeito na sua aparência física?	.906		
2. Quanto tempo gasta a pensar nessa falha ou defeito na sua aparência física?	.887		
3. Os pensamentos sobre as falhas ou defeitos percebidos na sua aparência física são difíceis de controlar?	.875		
4. Os pensamentos sobre as suas falhas ou defeitos percebidos na sua aparência física perturbam ou causam-lhe mal-estar?	.844		
5. Estes pensamentos sobre as suas falhas ou defeitos da sua aparência física atrapalham a escola, o trabalho ou as atividades que exigem convívio social?	.772		
7.1. Verificar repetidamente os defeitos da aparência no espelho ou noutras superfícies refletoras	.633		
7.6. Comparar as áreas do corpo que não gosta, com as de outras pessoas	.643		
7.7. Questionar os outros sobre a sua aparência	.508		
7.8. Cutucar a pele quando esta não lhe parece bem	.583		
7.9. Rotinas de limpeza de pele	.494		
7.12. Evitar atividades, lugares ou pessoas por causa desse defeito na aparência	.601		

6. Sente que as pessoas olham frequentemente para as suas falhas ou defeitos na sua aparência física	.531	
7.2. Verificar, diretamente, a aparência das áreas do corpo que não gosta	.678	
7.3. Atividades de autocuidado excessivo	.654	
7.4. Exercício físico excessivo	.810	
7.5. Selecionar/trocar de roupa		.507
7.10. Arrancar/puxar o cabelo quando este não lhe parece bem		.839
7.11. Bronzeamento		.802

É importante frisar, uma vez mais, que este questionário foi elaborado tendo em conta apenas alguns dos itens do questionário “Body Dysmorphic Disorder Modification of the Y-BOCS for Adolescents” (Phillips, 1997) e os critérios do DSM-5, sendo que no estudo de avaliação psicométrica de Phillips foram encontrados dois fatores, no entanto, a autora utiliza somente o total do instrumento. Da mesma forma, no presente estudo foi utilizado o total do instrumento, por se considerar que os itens que faziam parte de cada componente, nem sempre se relacionarem entre si e porque o alfa de *cronbach* do instrumento total apresentou um valor mais alto, com mais fidelidade.

No que diz respeito à análise de consistência interna, tanto os fatores como o total do instrumento apresentam bons níveis de consistência interna. No total do instrumento, o alfa de *cronbach* foi de .94.

6.2 Resultados descritivos: autoestima, imagem corporal e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos participantes

No que respeita à autoestima, medida através Escala de Autoestima de Rosenberg, a pontuação média dos participantes foi de 29.12 ($DP = 5.50$). Estes resultados são semelhantes com os do estudo de adaptação onde a média encontrada foi de 31.40 ($DP = 4.86$) (Santos et al., 2003). Este resultado sugere que esta amostra apresenta bons níveis de autoestima, sendo que as pontuações deste questionário podem variar entre 10 a 40 pontos e quanto mais alta a pontuação maior o nível de autoestima.

Relativamente à imagem corporal, avaliada através do Inventário de Esquemas sobre a Aparência, a média foi 3.28 ($DP = .66$), no estudo de adaptação o valor médio foi 2.97 ($DP = .57$). Este resultado mostra que os participantes desta investigação revelam um maior investimento na aparência. Relativamente às subescalas deste instrumento, na Saliência auto-avaliativa a amostra apresentou um valor médio mais baixo ($M = 3.13$; $DP = .75$) comparativamente à Saliência motivacional que obteve um valor médio mais elevado ($M = 3.51$; $DP = .66$). O mesmo se verificou no estudo de adaptação, onde a componente auto-avaliativa ($M = 2.86$; $DP = .61$) também apresentou valores mais baixos relativamente à componente motivacional ($M = 3.14$; $DP = .66$).

Por último, na sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal a amostra teve uma média de 12.71 ($DP = 10.99$), o que não indica sintomatologia elevada, tal como se verifica na tabela 5.

Tabela 5.

Resultados descritivos: autoestima, imagem corporal e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos participantes (N=75)

	<i>M</i>	<i>DP</i>	Min.	Máx.
Escala de Autoestima de Rosenberg	29.12	5.50	15	40
Inventário de Esquemas sobre a Aparência (total)	3.28	.66	2	4
Saliência Auto-avaliativa	3.13	.75	2	4
Saliência Motivacional	3.51	.66	2	5
Questionário de Sintomatologia Associada à Perturbação Dismórfica Corporal	12.71	10.99	0	46

6.3 Relação entre o número de horas gastas nas redes sociais com a autoestima, imagem corporal e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes

Para avaliar a relação entre estas variáveis foi utilizado o teste de associação de *Pearson*. Os resultados mostram que não há uma relação estatisticamente significativa entre o número de horas gastas nas redes sociais com a autoestima dos adolescentes ($r = -.120, p = .306$).

Relativamente à relação entre o número de horas gastas nas redes sociais com a imagem corporal dos adolescentes, percebeu-se que existe uma relação estatisticamente significativa entre estas variáveis ($r = .361, p = .001$), sendo esta uma relação positiva e baixa, isto é, maior número de horas está relacionado com maior preocupação com a imagem corporal. Nas duas subescalas do Inventário de Esquemas sobre a Aparência a relação mostrou-se igualmente estatisticamente significativa, positiva e baixa. Na Saliência autoavaliativa ($r = .370, p = .001$), este resultado sugere que mais horas nestas aplicações pode significar que os participantes avaliam o seu valor pessoal e social tendo em conta a sua aparência. Na Saliência motivacional ($r = .270, p = .019$) o resultado pode sugerir que mais horas despendidas nas redes sociais pode estar relacionado com maior investimento na aparência, no intuito de se sentirem mais atraentes, tal como se verifica na tabela 6.

Tabela 6.

Relação entre o número de horas gastas nas redes sociais, autoestima e imagem corporal

		Autoestima	Imagem Corporal (total)	Saliência autoavaliativa	Saliência motivacional
Nº de horas gastas nas redes sociais	<i>r</i>	-.120	.361	.370	.270
	<i>p</i>	.306	.001*	.001*	.019*

Nota: * $p < .05$

Para analisar a relação entre o número de horas gastas nas redes sociais e os sintomas associados à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes foi utilizado o teste de associação de *Spearman*. Os resultados obtidos evidenciam que há uma relação

estatisticamente significativa, positiva e baixa entre estas variáveis ($r_s = .258, p = .026$), o que significa que como se verifica na tabela 7.

Tabela 7.

Relação entre o número de horas gastas nas redes sociais e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal

		Sintomas Associados à Perturbação dismórfica corporal
Nº de horas gastas nas redes sociais	r_s	.258
	p	.026*

Nota: * $p < .05$

6.4 Relação entre as finalidades do uso das redes sociais, a autoestima, imagem corporal e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes

Para verificar a relação entre estas variáveis foi utilizado o teste de Qui-Quadrado. A avaliação da relação entre as finalidades do uso das redes sociais e a autoestima permitiu identificar uma relação estatisticamente significativa entre as variáveis ($X^2_{(63)} = 85.47, p = .031$), ou seja, nesta amostra parece que as finalidades se encontram relacionadas com a autoestima dos adolescentes.

Relativamente às finalidades do uso e a imagem corporal foi possível perceber que não existe uma relação estatisticamente significativa entre as mesmas ($X^2_{(126)} = 141.80, p = .159$), assim sendo, concluímos que os fins para os quais são usadas não parecem estar relacionados com a imagem corporal.

Por fim verificou-se igualmente que não existe uma relação estatisticamente significativa entre as finalidades e a perturbação dismórfica corporal ($X^2_{(90)} = 78.60, p = .799$), da mesma forma, com este resultado podemos concluir que as finalidades não estão relacionadas com a sintomatologia desta perturbação, tal como consta na tabela 8.

Tabela 8.

Relação entre as finalidades do uso das redes sociais, a autoestima, imagem corporal e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal

		Autoestima	Imagem corporal	Sintomatologia Associada à Perturbação dismórfica corporal
Finalidades do uso das redes sociais	X^2	85.47	141.80	78.60
	gl	63	126	90
	p	.031*	.159	.799

Nota: * $p < .05$

6.5 Relação entre imagem corporal e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes

Foi utilizado o teste de associação de *Pearson* para analisar a relação entre a imagem corporal e a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes. Os resultados mostram que há uma relação estatisticamente significativa entre a os sintomas de perturbação dismórfica corporal e a imagem corporal ($r = .617$, $p = < .001$), sendo uma relação positiva e moderada. Este resultado é sugestivo de que uma maior preocupação e investimento na imagem corporal parece estar associado a maior sintomatologia da perturbação dismórfica corporal.

Na Saliência autoavaliativa ($r = .674$, $p = < .001$) e motivacional ($r = .391$, $p = .008$) a relação mostrou-se igualmente significativa. Desta forma, percebemos que a avaliação que os participantes fazem sobre o seu valor pessoal e social, tendo por base a sua aparência, assim como a motivação para serem atraentes, está relacionada com a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal, como aponta a tabela 9.

Tabela 9.

Relação entre imagem corporal e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal

		Imagem corporal (total)	Saliência autoavaliativa	Saliência motivacional
Perturbação dismórfica corporal	r	.617	.674	.391
	p	<.001*	<.001*	<.001*

Nota: * $p < .05$

6.6 Diferenças entre imagem corporal e sexo dos participantes

Para perceber se existem diferenças ao nível da imagem corporal entre raparigas e rapazes utilizou-se o teste de Mann-Whitney. Encontraram-se diferenças estatisticamente significativas na saliência autoavaliativa ($U= 444.00$; $p= .010$), sendo a ordem média superior no sexo feminino, o que sugere que as raparigas da amostra têm mais crenças de que a sua aparência influencia o seu valor pessoal e social do que os rapazes. Além disso também se encontraram diferenças estatisticamente significativas entre os sexos no total do instrumento da imagem corporal ($U= 471.50$; $p= .023$), sendo a ordem média superior no grupo feminino, o que mostra que as participantes femininas estão mais preocupadas e motivadas para serem atraentes e para gerirem a sua aparência, tal como se verifica na tabela 10.

Tabela 10.

Imagem corporal em função do sexo

	Feminino	Masculino	Mann-Whitney	
	OM	OM	U	p
Saliência autoavaliativa	43.41	30.32	444.00	.010*
Saliência motivacional	40.66	34.23	565.00	.207
Imagem Corporal (total)	42.78	31.21	471.50	.023*

Nota: * $p<.05$

6.7 Diferenças entre a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal e sexo dos participantes

Mais uma vez utilizou-se o teste de Mann-Whitney para verificar se existem diferenças no que concerne à sintomatologia de perturbação dismórfica corporal entre rapazes e raparigas. Os resultados obtidos mostraram que existem diferenças estatisticamente significativas ($U= 445.50$; $p= .011$), sendo a ordem média superior no sexo feminino, ou seja, como esperado as raparigas apresentam sintomatologia mais elevada do que os rapazes da amostra, tal como vemos na tabela abaixo.

Tabela 11.

Sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal em função do sexo

	Feminino	Masculino	Mann-Whitney	
	OM	OM	<i>U</i>	<i>p</i>
Sintomas associados à Perturbação dismórfica corporal	43.38	30.37	445.50	.011*

Nota: * $p < .05$

7. Discussão

A internet, assim como as redes sociais, têm vindo a revolucionar o mundo e da mesma forma que trazem praticidade, também causam prejuízos. A facilidade no acesso a qualquer tipo de informação pode ser desfavorável, sobretudo na adolescência, isto porque, nesta fase os adolescentes precisam de sentir que fazem parte de um contexto, relação ou grupo com que se identificam, o que os pode tornar mais vulneráveis (Gomes et al., 2014).

Como referido anteriormente, o principal objetivo deste estudo era explorar a relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes portugueses. Deste modo, foram escolhidos os instrumentos mencionados na metodologia uma vez que estes mostraram boas qualidades psicométricas, e eram válidos para serem aplicados nesta população específica. Neste sentido, e de maneira a testar os objetivos e as hipóteses previamente formuladas, foram realizadas algumas análises estatísticas, cujos resultados serão em seguida discutidos.

No que toca ao instrumento elaborado para avaliar a sintomatologia relativa à perturbação dismórfica corporal nos adolescentes, foram obtidos três fatores, tendo-se optado por usar o total do instrumento nos testes aplicados. Percebemos que sustentam a validade e a fidelidade dos resultados, ainda assim, é necessário realçar que estamos perante um estudo preliminar do instrumento, tornando-se necessário explorá-lo com outras amostras, de forma a aprofundar o trabalho iniciado.

Relativamente à relação entre o número de horas gastas nas redes sociais e a autoestima, era esperado encontrar uma relação negativa, ou seja, era esperado que

quanto mais horas de uso, mais baixa fosse a autoestima. Num estudo realizado por Sobral e seus colaboradores (2022) com 729 participantes portugueses, foi possível concluir que quanto maior o uso das redes sociais, menor era a autoestima. Da mesma forma, um estudo realizado em 2014 com 241 participantes também verificou que quanto mais os participantes usavam as redes sociais, menor era a autoestima dos mesmos (Hong et al., 2014). No presente estudo os resultados obtidos não vão ao encontro daquilo que a literatura afirma, uma vez que não se encontrou uma relação estatisticamente significativa. Isto pode ser explicado pelo número reduzido da amostra, sendo que nos estudos mencionados existia um número maior de participantes, o que também permitia maior representatividade dos mesmos.

No que diz respeito à imagem corporal, era igualmente esperado que quanto mais tempo de uso das redes sociais, pior a imagem corporal dos adolescentes. Os resultados deste estudo permitiram confirmar esta informação, já que mostraram que maior número de horas gastas nas redes significa que os indivíduos acreditam que o seu aspeto físico influencia o seu valor social e pessoal, assim como fazem com que estejam mais motivados para serem atraentes e deem mais importância à aparência. Num estudo de Lira e colaboradores (2017) com 212 participantes também se verificou que 85,8% da amostra evidenciava problemas com a sua imagem corporal, sendo que o acesso diário a redes sociais como o *Facebook* e o *Instagram* aumentava a chance de insatisfação corporal. Outro estudo com 438 adolescentes obteve resultados semelhantes, afirmando que o uso de redes sociais está associado a níveis elevados de preocupações com a imagem corporal (Tiggemann et al., 2017). Segundo estes autores, os resultados podem ser explicados pelo facto de as redes sociais serem ferramentas que induzem à busca pela magreza, sendo este aspeto visto como um sinal de popularidade na população adolescente, o que leva a fazer múltiplas comparações com os outros usuários. As comparações sociais, como defende Fardouly et al. (2015), estão relacionadas com uma maior preocupação com a imagem corporal, sendo que os media atuam como um reforço da ideia do corpo ideal, criando desejos e reforçando imagens que levam às comparações.

Relativamente ao número de horas gastas nas redes sociais e à sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal, era também esperado encontrar uma relação entre estas variáveis, o que se confirmou neste estudo. Ou seja, pode ser dito que maior número de horas dispensadas nas redes encontra-se associado a sintomas desta perturbação. Este resultado é semelhante ao resultado obtido num estudo realizado em

Londres com 208 participantes, onde a maior frequência de redes sociais foi associada a maior sintomatologia (Gupta et al., 2023). Outro estudo realizado na Arábia Saudita relatou maior prevalência da perturbação dismórfica nos utilizadores das redes sociais, estando associada a maior tempo de uso de redes como o *Instagram* (Sindi et al., 2023). Estes resultados podem ser explicados pelo facto de quanto mais exposição a ideais de aparência inatingíveis, mais impactos negativos terá e consequentemente podem surgir sintomas desta perturbação (Gupta et al., 2023). Laughter et al. (2023) refere que as redes sociais são consideradas um potencial fator de risco para o desenvolvimento desta perturbação.

No que diz respeito às finalidades do uso das redes sociais, percebeu-se que os fins para os quais os adolescentes usam as redes sociais estão relacionados com a sua autoestima. Este resultado pode significar que, apesar do número de horas não estar associado à autoestima, aquilo que os leva a usar as redes sociais está relacionado. Isto é, mesmo que por pouco tempo, aquilo que os utilizadores consomem nas redes parece estar relacionado com a sua autoestima. Pelas respostas obtidas percebeu-se que maior parte dos adolescentes nesta amostra usa estas plataformas para entretenimento, sendo um espaço propício para a comparação social, não só relativamente à aparência como à vida no geral. A literatura indica que indivíduos com tendência à comparação social tendem a apresentar níveis mais baixos de autoestima, já que este comportamento está relacionado com as incertezas dos mesmos acerca das suas próprias habilidades e opiniões, e levando-os a crer que os outros são mais bem-sucedidos e felizes que eles (Chayer et al., 2010; Alfasi, 2019).

Por outro lado, não se verificou relação entre as finalidades do uso das redes sociais e a imagem corporal, ou seja, os fins para os quais os adolescentes utilizam estas plataformas não parecem ter relação com a sua imagem corporal, no mesmo sentido, também não foi encontrada uma relação entre as finalidades e a perturbação dismórfica corporal.

No que concerne à relação entre imagem corporal e perturbação dismórfica corporal, o presente estudo verificou que existe uma relação entre ambas as variáveis, resultado este que pode ser explicado pelo facto da insatisfação corporal ser uma das características mais proeminentes da perturbação dismórfica (Nascimento et al., 2010). A literatura refere que a disseminação nas redes sociais do “corpo perfeito” e difícil de atingir, pode ter consequências a vários níveis, nomeadamente, o aparecimento e

desenvolvimento de distúrbios ao nível da aparência como é o caso da perturbação dismórfica corporal (Webb et al., 2017).

Em relação às diferenças ao nível da imagem corporal entre rapazes e raparigas, a literatura afirma que o sexo feminino apresenta mais insatisfação corporal que os rapazes, o que se confirmou também neste estudo, onde as participantes evidenciaram crenças de que a sua aparência se reflete no seu valor social e pessoal, estando elas também mais determinadas a serem atraentes, tal como avalia este instrumento. Este resultado também foi encontrado em estudos como o de Dumith e colaboradores (2012), feito com 4325 adolescentes, onde as raparigas revelaram 65,6% de insatisfação corporal. Ainda num estudo realizado em Espanha verificou-se de igual modo diferenças claras entre rapazes e raparigas, sendo que o sexo feminino apresentou maiores níveis de insatisfação corporal (Ramos et al., 2019). Estes resultados podem ser explicados pelo facto de os adolescentes sentirem necessidade de pertencer a um grupo, o que tem vindo a aumentar a exigência com a própria imagem, principalmente o sexo feminino que vê com mais frequência vários padrões de beleza nas redes sociais de influenciadores digitais, de moda e beleza, o que aumenta a insatisfação com a sua própria imagem (Brunelli et al., 2019).

Por fim, quanto à perturbação dismórfica corporal, a literatura afirma que esta perturbação é mais incidente nos adolescentes do sexo feminino, informação essa que foi corroborada neste estudo, já que as adolescentes apresentaram pontuações mais elevadas, o que sugere mais sintomatologia do que os rapazes. No estudo de Fang e colaboradores (2015) também se verificou uma incidência maior na população feminina, no que diz respeito a esta perturbação. Da mesma forma, um estudo realizado por Rautio e colaboradores (2022) também concluiu que as raparigas apresentam maior sintomatologia quando comparadas com os rapazes. Segundo Webb et al. (2017) esta prevalência também pode ser explicada pelas raparigas estarem sujeitas a maior pressão por parte dos pares e pelas preocupações baseadas no medo de serem rejeitadas, fazendo com que elas fiquem mais focadas na sua aparência. Ou seja, estas diferenças entre os sexos podem ser explicadas pelos processos de socialização que atribuem papéis/estatutos sociais diferentes para rapazes e raparigas (Romano et al., 2007).

É importante destacar o viés de seleção que existe em grande parte das investigações feitas nesta área, que acabam por dar maior atenção ao sexo feminino e por isso os resultados devem ser interpretados com cautela, devido à representação excessiva de participantes femininas (Ramos et al., 2019). A amostra da presente

investigação foi do mesmo modo composta por mais raparigas do que rapazes, o que também pode fazer com que os resultados incidam mais nas raparigas, apontando-as como a população que mais sofre com esta problemática que o uso das redes sociais acarreta. Assim sendo, também aqui a leitura dos resultados deve ser feita com cuidado, e tendo em conta este aspeto.

8. Conclusão

O presente estudo possibilitou explorar a relação entre o uso das redes sociais, a autoestima, a imagem corporal e a perturbação dismórfica corporal nos adolescentes portugueses entre os 13 e 17 anos. Esta investigação permitiu assim uma melhor compreensão deste fenómeno e como este se relaciona com outras áreas da vida dos seus utilizadores. Apesar destas plataformas trazerem vários aspetos positivos para o quotidiano, também podem trazer outros mais negativos. Assim sendo, é essencial estudar este fenómeno que está numa ascensão constante e perceber os impactos que pode ter, permitindo uma intervenção mais acertada, sobretudo nesta população específica que se encontra numa fase de vida mais vulnerável e instável, de forma que eles façam um uso consciente e pouco problemático destas ferramentas.

Os principais resultados obtidos neste estudo dizem-nos que não existe uma relação significativa entre o número de horas gastas nas redes sociais e a autoestima, por outro lado, parece estar relacionado com a imagem corporal e a perturbação dismórfica corporal. Relativamente às finalidades do uso, percebemos que houve apenas uma relação significativa com a autoestima. Verificou-se também uma relação significativa entre imagem corporal e a sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal. Além disso, em termos de diferenças entre sexos, e tal como era esperado, verificou-se diferenças entre ambos, tendo as raparigas valores mais altos, o que sugere maior preocupação com a imagem corporal e sintomatologia associada à perturbação dismórfica corporal.

Relativamente aos pontos fortes deste estudo, podemos considerar o facto de ainda haver poucos estudos a nível nacional que abordem a perturbação dismórfica corporal na população portuguesa, não havendo ainda um instrumento adaptado para este contexto que consiga avaliar esta perturbação, o que torna esta investigação pertinente, trazendo um tema cada vez mais atual e contribuindo para atualizar e aprofundar um instrumento de avaliação. O instrumento utilizado para avaliar a sintomatologia da perturbação dismórfica corporal, que foi um instrumento

desenvolvido especificamente para o estudo, baseado nos critérios do DSM-5 e noutro instrumento. Apesar de apresentar boas características psicométricas este é um instrumento novo e que deve ser ainda aprimorado, sendo esta uma sugestão para o futuro.

No que diz respeito às limitações do estudo, destaca-se principalmente o facto da amostra ser reduzida e pouco diversificada, sendo que a maioria dos participantes é do sexo feminino, colocando em causa as conclusões relativas às diferenças entre os sexos, podendo haver alguma tendência dos resultados a apontarem as problemáticas para as raparigas, e não dando tanta atenção às mesmas problemáticas nos indivíduos do sexo masculino. Ainda relativamente aos instrumentos de avaliação, percebeu-se também que muitos dos estudos sobre o uso das redes sociais retratam sobretudo o uso problemático das mesmas, futuramente, seria apropriado recorrer a um instrumento para a população portuguesa que procure avaliar e perceber o uso normativo das redes sociais.

No que concerne às implicações dos resultados para a prevenção podemos concluir que, este estudo mostra-se importante para alertar relativamente aos riscos que estão associados ao número de horas e aos fins do uso das redes sociais, para que profissionais como professores, educadores e psicólogos, consigam desenvolver iniciativas que permitam acautelar estes riscos. Ao nível de implicações para a prática, o facto de se saber que existe uma relação entre estas variáveis, irá fazer com que, quando se trata de alguém com problemas ao nível da imagem corporal, por exemplo, se saiba que pode ser pertinente perceber o tipo de uso que faz das redes sociais.

Referências bibliográficas

- Abolfathi, M., Dehdari, T., Zamani-Alavijeh, F., Taghdisi, M., Ashtarian, H., Rezaei, M., & Irandoost, S. (2022). Identification of the opportunities and threats of using social media among Iranian adolescent girls. *Heliyon*, 8(4). DOI: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09224>
- Alfasi, Y. (2019). The grass is always greener on my Friends' profiles: The effect of Facebook social comparison on state self-esteem and depression. *Personality and Individual Differences*, 147, 111–117. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.032>
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5: Manual de diagnóstico e estatística das perturbações mentais*. Artmed Editora.
- Angelo, E. (2016). Redes sociais virtuais na sociedade da informação e do conhecimento: economia, poder e competência informacional. *Encontros Bibli: revista eletrônica de biblioteconomia e ciência da informação*, 21(46), 71-80. DOI: <https://doi.org/10.5007/1518-2924.2016v21n46p71>
- Bean, R., & Northrup, J. (2009). Parental psychological control, psychological autonomy, and acceptance as predictors of self-esteem in Latino adolescents. *Journal of Family Issues*, 30(11), 1486-1504. DOI: <https://doi.org/10.1177/0192513X09339149>
- Bjornsson, A., Didie, E., Grant, J., Menard, W., Stalker, E., & Phillips, K. (2013). Age at onset and clinical correlates in body dysmorphic disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 54(7), 893-903. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2013.03.019>
- Boyd, D., & Ellison, N. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Bruin, A., Oudejans, R., & Bakker, F. (2007). Dieting and body image in aesthetic sports: A comparison of Dutch female gymnasts and non-aesthetic sport participants. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(4), 507-520. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.10.002>
- Brunelli, P., Amaral, S., & Silva, P. (2019). Autoestima alimentada por “likes”: uma análise sobre a influência da indústria cultural na busca pela beleza e o protagonismo da imagem nas redes sociais. *Revista Philologus*, 25(53), 226-236.

- Buhlmann, U., Glaesmer, H., Mewes, R., Fama, J., Wilhelm, S., Brähler, E., & Rief, W. (2010). Updates on the prevalence of body dysmorphic disorder: A population-based survey. *Psychiatry Research*, 178(1), 171-175. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2009.05.002>
- Campos, M., Cecília, M., & Penaforte, F. (2016). Corpo-vitrine, ser mulher e saúde: produção de sentidos nas capas da Revista Boa Forma. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, 11(3), 611-628. DOI: <https://doi.org/10.12957/demetra.2016.22394>
- Carter, B., Rees, P., Hale, L., Bhattacharjee, D., & Paradkar, M. (2016). Association Between Portable Screen-Based Media Device Access or Use and Sleep Outcomes: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 170 (12), 1202-1208. DOI: <https://10.1001/jamapediatrics.2016.2341>
- Cash, T. (2002). Cognitive-behavioral perspectives on body image. In Cash, T. & Pruzinsky T. (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 38-46). New York: The Guilford Press.
- Cash, T. (2005). The influence of sociocultural factors on body image: Searching for constructs. *Clinical Psychology: Science & Practice*, 12(4), 438-442. DOI: <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi055>
- Cash, T., Melnyk, S., & Hrabosky, J. (2004). The assessment of body image investment: An extensive revision of the Appearance Schemas Inventory. *International Journal of Eating Disorders*, 35(3), 305-316. DOI: <https://doi.org/10.1002/eat.10264>
- Chayer, M. H., & Bouffard, T. (2010). Relations between impostor feelings and upward and downward identification and contrast among 10-to 12-year-old students. *European Journal of Psychology of Education*, 25(1), 125-140. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10212-009-0004>
- Curry, N., & Johnson, C. (1992). *Beyond Self-Esteem: developing a genuine sense of human value* (2^a Ed.). Washington: National Association for the Education of Young Children.
- Dini, G., Quaresma, M., & Ferreira, L. (2004). Adaptação cultural e validação da versão brasileira da escala de auto-estima de Rosenberg. *Revista Brasileira de Cirurgia Plástica*, 19(1), 41-52.

- Dumith, S., Menezes, A., Bielemann, R., Petresco, S., Silva, I., Linhares, R., Amorim, T., Duarte, D., Araújo, C., & Santos, J. (2012). Insatisfação corporal em adolescentes: um estudo de base populacional. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(9), 2499-2505.
- Dyl, J., Kittler, J., Phillips, K., & Hunt, J. (2006). Body dysmorphic disorder and other clinically significant body image concerns in adolescent psychiatric inpatients: prevalence and clinical characteristics. *Child psychiatry and human development*, 36(4), 369-382. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10578-006-0008-7>
- Fang, A. & Wilhelm, S. (2015). Clinical Features, Cognitive Biases, and Treatment of Body Dysmorphic Disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 11(1), 187-212. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032814-112849>
- Fardouly, J., Diedrichs, P., Vartanian, L., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body image*, 13, 38-45. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Fortin, M., Côté, J. & Fillion, F. (2006). Fundamentos e Etapas do Processo de Investigação. Loures: Lusodidacta.
- França, T., Rabello, E., & Magnago, C. (2019). As mídias e as plataformas digitais no campo da Educação Permanente em Saúde: debates e propostas. *Saúde em Debate*, 43, 106-115. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-11042019S109>
- Frost, J. & Mckelvie, S. (2004). Self-Esteem and Body Satisfaction in Male and Female Elementary School, High School, and University Students. *Sex Roles*, 51(1), 45-54. <https://doi.org/10.1023/B:SERS.0000032308.90104.c6>
- Gomes, J., Baptista, M., Carneiro, A., & Cardoso, H. (2014). Suicídio e internet: análise de resultados em ferramentas de busca. *Psicologia & Sociedade*, 26 (1), 63-73.
- Goulart, A., & Kafure, I. (2019). Práticas informacionais de adolescentes na internet. *Revista Ibero-Americana de Ciência da Informação*, 12(3), 787-806. DOI: <https://doi.org/10.26512/rici.v12.n3.2019.20761>
- Gupta, M., Jassi, A., & Krebs, G. (2023). The association between social media use and body dysmorphic symptoms in young people. *Frontiers in Psychology*, 14. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1231801>
- Hair, E., & Graziano, W. (2003). Self-esteem, personality and achievement in high school: A prospective longitudinal study in Texas. *Journal of Personality*, 71(6), 971-994. DOI: <https://doi.org/10.1111/1467-6494.7106004>

- Hambleton, R. (2005). Issues, designs, and technical guidelines for adapting tests into multiple languages and cultures. In R. K. Hambleton, P. F. Merenda, & C. D. Spielberger (Eds.), *Adapting educational and psychological tests for cross-cultural assessment* (3-38). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Heatherton, T. F. (2001). Body image and gender. *International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences*. Oxford, UK: Elsevier, (2), 1282–1285.
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body image*, 17, 100-110. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.008>
- Hong, F., Huang, D., Lin, H., & Chiu, S. (2014). Analysis of the psychological traits, Facebook usage, and Facebook addiction model of Taiwanese university students. *Telematics and Informatics*, 31, 597-606. DOI: <http://doi.org/10.1016/j.tele.2014.01.001>
- Jhala, J., & Sharma, R. (2016). Internet Use Among Adolescents. *Journal Of Indian Association For Child y Adolescent Mental Health*, 4(95), 36-59. DOI: <https://doi.org/10.25215/0402.164>
- Jan, M., Soomro, S., & Ahmad, N. (2017). Impact of social media on Self-Esteem. *European Scientific Journal*, 13(23), 329-341. DOI: <https://doi.org/10.19044/esj.2017.v13n23p329>
- Júnior, E., Melo, J., Silva, A., Silva, T., Chaves, A., & Souza, A. (2022). Depressão entre adolescentes que usam frequentemente as redes sociais: uma revisão da literatura. *Brazilian Journal of Development*, 8(3), 18838-18851. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv8n3-224>
- Kannenberg, V., & Sousa, M. (2017). O fantasmagórico site de rede social: como o Snapchat está sendo apropriado para a circulação de conteúdo jornalístico. *Intercom: Revista Brasileira de Ciências da Comunicação*, 40(3), 151-167. DOI: <https://doi.org/10.1590/1809-5844201739>
- Khan, W., Zafar, Y., & Khalid, M. (2022). Social Media and Body Dysmorphic Disorder (BDD): Is There Any Link? *Journal of the Pakistan Medical Association*, 72(2), 393-393. DOI: <https://doi.org/10.47391/JPMA.4145>
- Koehler, S. (2020). Transtorno dismórfico corporal: implicações com a vivência da sexualidade saudável. *Revista Científica do UBM*, 22(43), 78-102. DOI: <https://doi.org/10.52397/rcubm.v22i43.890>

- Krawitz, M. (2014). Beauty is only photoshop deep: legislating models' BMIs and photoshopping images. *Journal of law and medicine*, 21(4), 859-874.
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- Laughter, M., Anderson, J., Maymone, M., & Kroumpouzou, G. (2023). Psychology of aesthetics: beauty, social media, and body dysmorphic disorder. *Clinics in Dermatology*, 41 (1), 28-32. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.clindermatol.2023.03.002>
- Lemes, D., Câmara, S., Alves, G., & Aerts, D. (2018). Satisfação com a imagem corporal e bem-estar subjetivo entre adolescentes escolares do ensino fundamental da rede pública estadual de Canoas/RS, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(12), 4289-4298. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182312.14742016>
- Lima, A., Leiva, J., & Lemes, S. (2017). Viver em rede: uma análise sobre as implicações do uso das mídias sociais por estudantes universitários. *Revista online de Política e Gestão Educacional*, 21(1) 896-912. DOI: <https://doi.org/10.22633/rpge.v21.n.esp1.out.2017.10459>
- Lira, A., Ganen, A., Lodi, A., & Alvarenga, M. (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. DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166>
- Marcuzzo, M., Pich, S., & Dittrich, M. (2012). Construction of Body Image among Obese Subjects and Its Relationship with the Contemporary Imperatives for Body Beautification. *Interface: Comunicação, Saúde e Educação*, 16(43), 943-954. DOI: <http://doi.org/10.1590/S1414-32832012005000041>
- Martínez, B., Roselló, J., & Alfonso, J. (2010). Autoestima y juventud puertorriqueña: Eficacia de un modelo de intervención para mejorar la autoestima y disminuir los síntomas de depresión. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 21, 35-61.
- Maymone, M. B., & Kroumpouzou, G. (2022). Incorporation of social media questions in body dysmorphic disorder scales: a proposed revision. *Clinics in Dermatology*. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.clindermatol.2022.02.015>
- Morais, N., Miranda, V., & Priore, S. (2018). Imagem corporal de adolescentes do sexo feminino e sua associação à composição corporal e ao comportamento

- sedentário. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(8), 2693-2703. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018238.12472016>
- Morgado, F., Ferreira, M., Andrade, M., & Segheto, K. (2009). Análise dos instrumentos de avaliação da imagem corporal. *Fitness & performance journal*, 8(3), 204-211. DOI: <https://doi.org/10.3900/fpj.8.3.204.p>
- Morse, S., & Gergen, K. (1970). Social comparison, self-consistency, and the concept of self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(1), 148-156. DOI: <https://doi.org/10.1037/h0029862>
- Minev, M., Petrova, B., Mineva, K., Petkova, M., & Strebkova, R. (2018). Self-esteem in adolescents. *Trakia Journal of Sciences*, 16(2), 114-118. DOI: <https://doi.org/10.15547/tjs.2018.02.007>
- Nascimento, A., Moreira, M., Luna, J., & Fontenel, L. (2010). Comorbidade entre transtorno dismórfico corporal e transtornos alimentares: uma revisão sistemática. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 59 (1), 65-69.
- Nazaré, B., Moreira, H., & Canavarro, M. (2010). Uma perspetiva cognitivo-comportamental sobre o investimento esquemático na aparência: Estudos psicométricos do Inventário de Esquemas sobre a Aparência – Revisto (ASI-R). *Laboratório de Psicologia*, 8(1), 21-36. DOI: <https://doi.org/10.14417/lp.646>
- Nesi, J. (2020). The impact of social media on youth mental health: challenges and opportunities. *North Carolina medical journal*, 81(2), 116-121. DOI: <https://doi.org/10.18043/ncm.81.2.116>
- Neto, A., & Tavares, K. (2019). Identidade dos adolescentes e as redes sociais virtuais. *Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências*, 2(3), 883-911. DOI: <https://doi.org/10.1000/riec.v2i3.91>
- Orth, U., Maes, J., & Schmitt, M. (2015). Self-esteem development across the life span: A longitudinal study with a large sample from Germany. *Developmental Psychology*, 51(2), 248-259. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0038481>
- Paixão, R., Patias, N., & Aglio, D. (2018). Autoestima e Sintomas de Transtornos Mentais na Adolescência: Variáveis Associadas. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 34, 1-8. DOI: <https://dx.doi.org/10.1590/0102.3772e34436>
- Pérez, M., Santos, M., Granados, H., Díaz, E., Álvarez, J., & Guerrero, S. (2016). Perception of body image and its relationship to the nutritional and emotional state in schoolchildren 10-13 years of three schools in Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 32(3), 472-482. DOI: <https://doi.org/10.14482/sun.32.2.9747>

- Petroski, E., Pelegrini, A., & Glaner, M. (2012). Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(4), 1071-1077. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000400028>
- Phillips, K. (2004). Psychosis in body dysmorphic disorder. *Journal of Psychiatric Research*, 38(1), 63-72. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0022-3956\(03\)00098-0](https://doi.org/10.1016/S0022-3956(03)00098-0)
- Phillips, K., Grant, J., Siniscalchi, J., & Albertini, R. (2001). Surgical and Nonpsychiatric Medical Treatment of Patients with Body Dysmorphic Disorder. *Psychosomatics*, 42(6), 504- 510. DOI: <https://doi.org/10.1176/appi.psy.42.6.504>
- Phillips, K., Menard, W., Fay, C., & Pagano, M. (2005). Psychosocial functioning and quality of life in body dysmorphic disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 46(4), 254-260. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2004.10.004>
- Phillips, K., Menard, W., Quinn, E., Didie, E., Stout, R. (2013). A 4-year prospective observational follow-up study of course and predictors of course in body dysmorphic disorder. *Psychological Medicine*, 43(5), 1109-1117. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0033291712001730>
- Przybylski, A., Murayama, K., DeHaan, C., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in human behavior*, 29(4), 1841-1848. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Ramos, K., & Yoshida, E. (2012). Escala de avaliação do transtorno dismórfico corporal (EA-TDC): propriedades psicométricas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 25(1), 1-10. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722012000100002>
- Ramos, P., Moreno-Maldonado, C., Moreno, C., & Rivera, F. (2019). The role of body image in internalizing mental health problems in Spanish adolescents: an analysis according to sex, age, and socioeconomic status. *Frontiers in psychology*, 10. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01952>
- Rautio, D., Jassi, A., Krebs, G., Andrén, P., Monzani, B., Gumpert, M., Lewis, A., Peile, L., Sevilla-Cermeño, L., Jansson-Fröjmark, M., Lundgren, T., Hillborg, M., Silverberg-Morse, M., Clark, B., Cruz, L., & Mataix-Cols, D. (2022). Clinical characteristics of 172 children and adolescents with body dysmorphic disorder. *Eur Child Adolesc Psychiatry* 31(1), 133–144. DOI: <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01677-3>
- Rebelo, A., Lopes, S., Macedo, L., & Salgado, J. (2020). Os adolescentes e as redes sociais. *Adolescência & Saúde*, 17(2), 84-90.

- Romano, A., Negreiros, J., & Martins, T. (2007). Contributos para a validação da escala de auto-estima de Rosenberg numa amostra de adolescentes da região interior norte do país. *Psicologia, saúde e Doenças*, 8(1), 107-114.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rosenberg, M., & Simmons, R. (1975). Sex differences in self-concept in adolescence. *Sex Roles*, 1(1), 147-159.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American sociological review*, 60(1), 141-156. DOI: <https://doi.org/10.2307/2096350>
- Rousseau, A., & Eggermont, S. (2018). Media ideals and early adolescents' body image: Selective avoidance or selective exposure? *Body Image*, 26, 50-59. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.06.001>
- Ryding, F., & Kuss, D. (2020). The use of social networking sites, body image dissatisfaction, and body dysmorphic disorder: A systematic review of psychological research. *Psychology of Popular Media*, 9(4), 412-435. DOI: <https://doi.org/10.1037/ppm0000264>
- Sánchez-Queija, I., Oliva, A., & Parra, A. (2017). Stability, change, and determinants of self-esteem during adolescence and emerging adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(8), 1277-1294. DOI: <https://doi.org/10.1177/0265407516674831>
- Santos, P., & Maia, J. (2003). Análise factorial confirmatória e validação preliminar de uma versão portuguesa da escala de autoestima de Rosenberg. *Psicologia: teoria, investigação e prática*, 2, 253-268.
- Schneider, S., Turner, C., Mond, J., & Hudson, J. (2017). Prevalence and correlates of body dysmorphic disorder in a community sample of adolescents. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 51(6), 595-603. DOI: <https://doi.org/10.1177/0004867416665483>
- Schraml, K., Perski, A., Grossi, G., & Simonsson-Sarnecki, M. (2011). Stress symptoms among adolescents: The role of subjective psychosocial conditions, lifestyle and self-esteem. *Journal of Adolescence*, 34, 987-996. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.11.010>

- Schultheisz, T., & Aprile, M. (2013). Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. *Revista Equilíbrio Corporal e Saúde*, 5(1), 36-48. DOI: <https://doi.org/10.17921/2176-9524.2013v5n1p%25p>
- Siebel, M., Santos, B., Moreira, L., & Santos, V. (2019). A influência das redes sociais para o suicídio na adolescência. *Revista Ciência (In) Cena*, 1(8), 121-133.
- Silva, A., Japur, C., & Penaforte, F. (2020). Repercussões das redes sociais na imagem corporal de seus usuários: revisão integrativa. *Psicologia: Teoria e pesquisa*, 36. DOI: <https://dx.doi.org/10.1590/0102.3772e36510>
- Silva, M. (2021). A relação entre redes sociais e autoestima. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 7(4), 2675-3375. DOI: <https://doi.org/10.51891/rease.v7i4.976>
- Sindi, S., Alghamdi, M., Sindi, E., Bondagji, M., Baashar, D., Malibary, J., Alkot, M. (2023). The Prevalence and Characteristics of Body Dysmorphic Disorder Among Adults in Makkah City, Saudi Arabia. A Cross-Sectional Study. *Cureus*, 15(2). DOI: <https://doi.org/10.7759/cureus.35316>
- Soares, A., Botega, S., Santos, L., Ellensohn, R., & Barin, C. (2018). Construindo saberes nas redes sociais. *RENOTE*, 16(1), 1-10. DOI: <https://doi.org/10.22456/1679-1916.85991>
- Sobral, P., Patrão, I., & Costa, R. (2022). Dependência das redes sociais: qual o impacto na autoestima e manipulação de fotografias?
- Souza, K., & Cunha, M. (2019). Impacto do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, 3 (3), 204-2017. DOI: <https://doi.org/10.37444/issn-2594-5343.v3i3.156>
- Stapleton, P., Luiz, G., & Chatwin, H. (2017). Generation validation: The role of social comparison in use of Instagram among emerging adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20, 142-149. DOI: <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0444>
- Steers, M., Wickham, R., & Acitelli, L. (2014). Seeing everyone else's highlight reels: how Facebook usage is linked to depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(8), 701-731. DOI: <https://doi.org/10.1521/jscp.2014.33.8.701>

- Tiggemann, M., & Slater, A. (2017). Facebook and body image concern in adolescent girls: A prospective study. *International Journal of Eating Disorders*, 50(1), 80-83. DOI: <https://doi.org/10.1002/eat.22640>
- Tiggemann, M., & Zaccardo, M. (2016). ‘Strong is the new skinny’: A content analysis of #fitspiration images on Instagram. *Journal of health psychology*, 23(8), 1003-1011. DOI: <https://doi.org/10.1177/1359105316639436>
- Veale, D., Gledhill, L., Christodoulou, P., & Hodson, J. (2016). Body dysmorphic disorder in different settings: A systematic review and estimated weighted prevalence. *Body Image*, 18, 168-186. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.07.003>
- Von Soest, T., Wichstrøm, L., & Kvaalem, I. (2016). The development of global and domain-specific self-esteem from age 13 to 31. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(4), 592-608. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/pspp0000060>
- Vogel, E., Rose, J., Roberts, L., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of popular media culture*, 3(4), 206-222. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/ppm0000047>
- Wang, J., Wang, H., Gaskin, J., & Hawk, S. (2017). The mediating roles of upward social comparison and self-esteem and the moderating role of social comparison orientation in the association between social networking site usage and subjective well-being. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00771>
- Webb, H., Zimmer-Gembeck, M., Waters, A., Farrell, L., Nesdale, D., & Downey, G. (2017). “Pretty Pressure” From Peers, Parents, and the Media: A Longitudinal Study of Appearance-Based Rejection Sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 27(4), 718–735. DOI: <https://doi.org/10.1111/jora.12310>
- Zametkin, A., Zoon, C, Klein, H., & Munson, S. (2004). Psychiatric aspects of child and adolescent obesity: a review of the past 10 years. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 43(2), 134-150. DOI: <https://doi.org/10.1097/00004583-200402000-00008>

Anexo A – Consentimento Informado para os pais

Consentimento Informado

Título do projeto: Relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal em adolescentes

Investigadora: Renata Esteves

Orientadora: Prof.^a Doutora Armanda Gonçalves

Instituição: Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais da Universidade Católica Portuguesa

Objetivo do estudo: Os objetivos do estudo passam por perceber a relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e a perturbação dismórfica corporal nos adolescentes.

Desenrolar do estudo: A participação neste estudo é bastante significativa uma vez que através desta será possível obter várias informações no que diz respeito ao uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal, e desta forma perceber como é que estas variáveis se relacionam entre si, favorecendo melhores intervenções futuramente.

Tendo em conta que atualmente as redes sociais são ferramentas bastante utilizadas, e cada vez mais cedo os indivíduos fazem uso das mesmas, é fundamental que se procure entender como estas se podem relacionar com outras áreas da vida dos adolescentes.

Se aceitar colaborar neste estudo, pôr-lhe-íamos algumas questões relativamente ao uso das redes sociais. Será utilizado um questionário sociodemográfico; a Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965; versão portuguesa de Santos et al., 2003); O Inventário de Esquemas sobre a Aparência – Revisto (Cash et al., 2004; versão portuguesa de Nazaré et al., 2010).

Potenciais Vantagens: A principal vantagem deste estudo é a ajudar a perceber a relação entre redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal nos adolescentes. Ainda que indiretamente, este estudo pode ser benéfico para os participantes, já que pode ser útil para promover maior conhecimento e consciência dos

mesmos sobre o uso das redes sociais, e possíveis consequências deste uso em diferentes áreas da vida.

Riscos Potências: Não há nenhum risco evidente de aviso prévio.

Condições de participação: Os requisitos necessários para participar neste estudo são: ter entre 13 e 17 anos, e utilizar as redes sociais.

Não participação: A participação neste estudo é destinada a participantes voluntários. Sendo de caráter facultativo não há qualquer tipo de complicação na não realização/participação do mesmo.

Liberdade de participação: A participação no estudo é livre e voluntária. Qualquer novo conhecimento suscetível para a sua participação ser-lhe-á comunicado. O consentimento poderá ser retirado a qualquer momento.

Caráter Confidencial: Qualquer informação fornecida para o estudo será guardada, dado que pela sua relevância seremos obrigados a manter a sua confidencialmente, obrigação essa que é extensível a todos os seus colaboradores ou outras pessoas que, de algum modo, possam a ela ter acesso. Todos os dados obtidos serão devidamente guardados para análises futuras, sendo que apenas a equipa de investigação tem acesso aos mesmos.

Responsabilidades da investigadora: Ao preencher este formulário de consentimento, não renuncia a nenhum dos seus direitos previstos pela lei. Além disso, não liberta a investigadora e comanditário das suas responsabilidades legais e profissionais se ocorrer uma situação que cause qualquer tipo de prejuízo.

Em caso de dúvidas, por favor, entre em contacto com a aluna-investigadora através do seguinte email: s-rgesteves@ucp.pt

Assinatura: _____

Data: _____

Consentimento informado

Título do estudo: Relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal em adolescentes

Investigadora: Renata Esteves

Orientadora: Prof.^a Doutora Armanda Gonçalves

Eu _____ reconheço que o processo de investigação descrito no formulário aqui junto, me foi devidamente explicado e todas as minhas questões foram respondidas. Eu compreendo todas as vantagens da participação do meu educando neste estudo e a sua natureza. Compreendo também qualquer inconveniente e potenciais riscos. Eu sei que posso colocar questões sobre o estudo ou processo de investigação, agora ou até mais tarde. Permito a utilização de dados escritos no decorrer do estudo. Asseguraram-me que os dados do meu educando serão guardados confidencialmente sendo que nenhuma informação, nem a sua identidade será tornada pública sem consentimento.

Eu compreendo que o meu educando é livre de se querer retirar do estudo a qualquer momento sem quaisquer consequências

Eu _____ consinto a participação do meu educando no estudo.

Anexo B – Consentimento Informado para os adolescentes

Consentimento Informado

Título do projeto: Relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal em adolescentes

Investigadora: Renata Esteves

Orientadora: Prof.^a Doutora Armanda Gonçalves

Instituição: Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais da Universidade Católica Portuguesa

Objetivo do estudo: Os objetivos do estudo passam por perceber a relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e a perturbação dismórfica corporal nos adolescentes.

Desenrolar do estudo: A participação neste estudo é bastante significativa uma vez que através desta será possível obter várias informações no que diz respeito ao uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal, e desta forma perceber como é que estas variáveis se relacionam entre si, favorecendo melhores intervenções futuramente.

Tendo em conta que atualmente as redes sociais são ferramentas bastante utilizadas, e cada vez mais cedo os indivíduos fazem uso das mesmas, é fundamental que se procure entender como estas se podem relacionar com outras áreas da vida dos adolescentes.

Se aceitar colaborar neste estudo, pôr-lhe-íamos algumas questões relativamente ao uso das redes sociais. Será utilizado um questionário sociodemográfico; a Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965; versão portuguesa de Santos et al., 2003); O Inventário de Esquemas sobre a Aparência – Revisto (Cash et al., 2004; versão portuguesa de Nazaré et al., 2010).

Potenciais Vantagens: A principal vantagem deste estudo é a ajudar a perceber a relação entre redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal nos adolescentes. Ainda que indiretamente, este estudo pode ser benéfico para os participantes, já que pode ser útil para promover maior conhecimento e consciência dos

mesmos sobre o uso das redes sociais, e possíveis consequências deste uso em diferentes áreas da vida.

Riscos Potências: Não há nenhum risco evidente de aviso prévio.

Condições de participação: Os requisitos necessários para participar neste estudo são: ter entre 13 e 17 anos, e utilizar as redes sociais.

Não participação: A participação neste estudo é destinada a participantes voluntários. Sendo de caráter facultativo não há qualquer tipo de complicação na não realização/participação do mesmo.

Liberdade de participação: A participação no estudo é livre e voluntária. Qualquer novo conhecimento suscetível para a sua participação ser-lhe-á comunicado. O consentimento poderá ser retirado a qualquer momento.

Caráter Confidencial: Qualquer informação fornecida para o estudo será guardada, dado que pela sua relevância seremos obrigados a manter a sua confidencialmente, obrigação essa que é extensível a todos os seus colaboradores ou outras pessoas que, de algum modo, possam a ela ter acesso. Todos os dados obtidos serão devidamente guardados para análises futuras, sendo que apenas a equipa de investigação tem acesso aos mesmos.

Responsabilidades da investigadora: Ao preencher este formulário de consentimento, não renuncia a nenhum dos seus direitos previstos pela lei. Além disso, não liberta a investigadora e comanditário das suas responsabilidades legais e profissionais se ocorrer uma situação que cause qualquer tipo de prejuízo.

Em caso de dúvidas, por favor, entre em contacto com a aluna-investigadora através do seguinte email: s-rgesteves@ucp.pt

Assinatura: _____

Data: _____

Consentimento informado

Título do estudo: Relação entre o uso das redes sociais, autoestima, imagem corporal, e perturbação dismórfica corporal em adolescentes

Investigadora: Renata Esteves

Orientadora: Prof.^a Doutora Armanda Gonçalves

Eu _____ reconheço que o processo de investigação descrito no formulário aqui junto, me foi devidamente explicado e todas as minhas questões foram respondidas. Eu compreendo todas as vantagens da minha participação neste estudo e a sua natureza. Compreendo também qualquer inconveniente e potenciais riscos. Eu sei que posso colocar questões sobre o estudo ou processo de investigação, agora ou até mais tarde. Permito a utilização de dados escritos no decorrer do estudo. Asseguraram-me que os meus dados serão guardados confidencialmente sendo que nenhuma informação, nem a minha identidade será tornada pública sem o meu consentimento.

Eu compreendo que sou livre de querer me retirar do estudo a qualquer momento sem quaisquer consequências

Eu _____ consinto livremente em participar integralmente no estudo.