

COMO ME VEJO: UM ESTUDO SOBRE IMAGEM CORPORAL

How I see myself: a study on body image

Karin da Silva Cavalcanti
Geny de Oliveira Cobra

RESUMO: Com a potência das mídias sociais, essas plataformas transformaram completamente a forma como nos comunicamos e nos apresentamos ao mundo. Tendo em vista que atualmente esse é um dos meios de maior exposição e busca de referência quanto a um modelo de beleza, estética e corpo ideal, este trabalho busca identificar os motivos que levam os sujeitos a buscarem estar dentro de um padrão estético. Para tanto, é necessário identificar o conteúdo original que está por baixo desse modelo de imagem ideal e se o desejo da mudança pode ser induzido pelas mídias sociais. Realiza-se, então, uma pesquisa qualitativa bibliográfica. Diante disso, verifica-se que a insatisfação com seus corpos, baixa auto-estima e que a dinâmica do narcisismo são fatores que se mostram pertinentes ao procedimento de mudança, podendo se limitar ao uso de efeitos dos filtros estéticos de um aplicativo ou até chegar ao extremo de se submeter a uma cirurgia plástica, que pode ser fruto da influência da propaganda das mídias sociais. Isso induz à constatação de que o conceito de beleza é dinâmico e vai se atualizando com o passar do tempo, tendo o seu foco nas imagens produzidas e propagadas pelas mídias sociais e agindo como indutores de tendência através desses canais de rápida atualização das informações, acabando por influenciar os usuários dessas plataformas para que se adaptem ao novo padrão e acompanhem essa mudança na mesma velocidade.

Palavras-chave: Mídias Sociais. Padrão de Beleza. Estética. Contemporaneidade. Narcisismo.

ABSTRACT: With the power of social media, these platforms have completely transformed the way we communicate and present ourselves to the world. Bearing in mind that currently this is one of the means of greater exposure and search for reference regarding a model of beauty, aesthetics and the ideal body, this work seeks to identify the reasons that lead subjects to seek to be within an aesthetic standard. To do so, it is necessary to identify the original content that underlies this ideal image model and whether the desire for change can be induced by social media. A qualitative bibliographic research is then carried out. In view of this, it appears that dissatisfaction with their bodies, low self-esteem and the dynamics of narcissism are factors that are relevant in the change procedure, which may be limited to the use of the effects of the aesthetic filters of an application or even reach to the extreme of undergoing plastic surgery, which can be the result of the influence of social media advertising. This leads to the conclusion that the concept of beauty is dynamic and is being updated over time, with its focus on images produced and propagated by social media and acting as trend inductors through these channels of rapid updating of information, ending up for influencing users of these platforms to adapt to the new standard and follow this change at the same speed.

Keywords: Social Media. Beauty Pattern. Aesthetics. Contemporaneity. Narcissism.

1. INTRODUÇÃO

A revolução das plataformas de mídia social transformou completamente a forma como nos conectamos e expressamos no mundo digital. Atualmente, esses meios de conexão se transformaram em palcos virtuais onde os sujeitos exibem cuidadosamente um espetáculo de versões selecionadas de suas vidas com imagens retocadas e filtros de embelezamento.

As mulheres, em particular, enfrentam uma incessante inundação de imagens que retratam uma beleza idealizada, vindo em sua maioria de influenciadores digitais e celebridades, que frequentemente expõem corpos “perfeitos” e padrões inalcançáveis, mas que têm um impacto duradouro na autopercepção do sujeito.

As imagens cuidadosamente construídas, filtros e técnicas de edição amplamente utilizados nas plataformas de mídia social podem distorcer o conceito do que é beleza e contribuir para sentimentos de inadequação e insegurança. Além disso, a exposição contínua das vidas e aparências perfeitas de outras pessoas podem provocar comparações sociais e a pressão para ter uma vida tal como ela é mostrada no ambiente digital, levando a uma autoavaliação negativa e contribuindo para o prejuízo da saúde mental. Entre os assuntos que têm despertado interesse diante desse cenário, encontram-se os modelos irreais de padrão de beleza e o fenômeno do narcisismo.

Partindo do famoso mito de Narciso, este trabalho utiliza referências do narcisismo para compreender como os sujeitos estão imersos nessas questões contemporâneas, que têm acompanhado a humanidade ao longo do tempo. Além disso, ao abordar esse conceito, é importante mencionar a influência significativa de Freud no desenvolvimento mais aprofundado do estudo do narcisismo. Em sua obra *"Sobre o Narcisismo: Uma Introdução"* de 1914, Freud elaborou uma análise detalhada sobre o conceito, definindo suas duas fases e fornecendo uma pesquisa aprofundada. A partir destas contribuições de Freud, este trabalho busca contextualizar o narcisismo para compreender sua complexidade neste cenário atual.

Freud estabeleceu as bases para a linhagem de estudos sobre o narcisismo, tornando-o um assunto relevante até os dias atuais. No entanto, outros autores também contribuíram

significativamente para esse campo de pesquisa. Um deles é Alexander Lowen (1983), que explorou o contexto do narcisismo, reconhecendo o corpo como um elemento crucial nessa dinâmica. Lowen também destacou a influência da cultura na manifestação do narcisismo, considerando-a como parte central da vida e que convoca o sujeito a se adaptar a um ambiente no qual ele busca se sentir pertencente. Ao analisar o narcisismo sob essa perspectiva cultural, podemos entender um pouco como se desdobra esse fenômeno explorando a autopercepção do sujeito em relação à sua aceitação.

Por esse caminho, este trabalho segue o objetivo de entender o que estaria por debaixo do desejo do sujeito em alterar sua imagem e publicar nas mídias sociais. Seguindo essa análise, o trabalho destaca a depressão como um fenômeno que, para além de suas manifestações apontadas para um vazio emocional, apresenta essa questão por uma busca do sujeito por objetivos irreais, entendendo que essa seja a realidade do sujeito narcisista, que se concentra em uma imagem ideal abandonando seu corpo e vivendo das ilusões externas.

Este trabalho busca também entender a contribuição trazida pelas mídias sociais na relação com a imagem corporal e sua ligação com os determinados padrões de beleza impostos. Ao compreender a interação entre mídias sociais, padrões de beleza e questões como o narcisismo e a depressão, este trabalho busca contribuir para o contínuo debate sobre o bem-estar psicológico desses sujeitos na era digital. E por meio dessa discussão, que esse seja mais um caminho que estimule a transformação desses ambientes em locais inclusivos, nos quais os sujeitos mais afetados possam navegar por esses padrões com confiança, ao mesmo tempo em que abraçam sua individualidade e autenticidade.

Ao longo do desenvolvimento dos tópicos seguintes, vamos explorar ainda as teorias e insights de pensadores contemporâneos, entre eles, Sergio Aguiar de Medeiros em “Estética, angústia e desejo: uma abordagem psicanalítica sobre as doenças da beleza” (2012), onde ele associa esses conceitos nas formações dos padrões atuais. Juntamente com ele, Camila Cintra em “O Instagram está padronizando os rostos?” (2021) faz a reflexão de como esses padrões estéticos acabam por impressionar o sujeito a utilizar as ferramentas e filtros para se identificar com aquelas referências de imagem da plataforma, e assim, receber likes e comentários favoráveis à sua imagem idealizada.

A situação se torna ainda mais delicada quando aqueles que não estão satisfeitos com os filtros disponíveis acabam recorrendo a procedimentos mais invasivos, nem sempre alcançando os resultados desejados.

2. NARCISISMO

O mito de Narciso, um conto mitológico famoso, concretiza e exemplifica a ideia da admiração pela própria aparência e da contemplação de uma imagem deslumbrante. Narciso refletido nas águas evidencia não apenas o fascínio pela própria imagem, mas também a ideia da admiração pelo que é belo. O conto ainda aponta, na época, a história de um homem completamente admirado pela sua beleza natural. (LOWEN, 1983, p. 34). E se a história se passasse nos dias atuais, será que essa admiração pela beleza natural seria suficiente? Pode sim haver pessoas que valorizam e apreciam a sua própria beleza; mas estariam elas totalmente satisfeitas com sua imagem?

Freud (1914), apontou no artigo “Sobre o Narcisismo: Uma Introdução” que o Narcisismo está presente na organização do eu, melhor dizendo, implicado no desenvolvimento do ego. Durante o progresso de seus estudos, Freud desenvolveu o conceito de Narcisismo, segregando-o em dois tipos ou duas fases distintas: narcisismo primário e narcisismo secundário.

Assim definiremos o narcisismo primário como: nos primeiros momentos de vida, quando a criança ainda não é capaz de reconhecer que existe o mundo externo para além dela. A criança vivencia a ilusão temporária de que ela é a única coisa que existe, logo ela não precisa se atentar ao externo para realizar suas necessidades, as quais serão supridas pela mãe ou cuidadora, na hora em que ela necessita. No narcisismo primário, Freud (1914) também construiu a ideia de que a libido (energia vital do corpo) tem uma função auto erótica, ou seja, as pulsões parciais buscam sua própria satisfação no corpo contribuindo para o desenvolvimento do ego. Isto é: os objetos investidos pelas pulsões são partes do próprio corpo e todo investimento é em si mesmo.

Quando se resolve o narcisismo primário, pode ocorrer uma demanda externa de um ideal do eu, que se configura como uma versão idealizada de nós mesmos, exercendo uma

comparação com o eu real. Efetua-se então a formação de um ideal que precisa se exteriorizar para se adequar às demandas sociais e culturais.

A conformidade das nossas necessidades de acordo com as regras externas implica num esforço para o sujeito criar uma versão imaginária idealizada de si próprio, sendo a versão que quase sempre funciona no comportamento externo.

Com efeito, a criança é progressivamente submetida às exigências do mundo que a cerca, exigências estas que se traduzem simbolicamente através da linguagem. A mãe fala com ela, mas também se dirige a outras pessoas. Assim, o filho percebe que ela também deseja fora dele e que ele não é tudo para ela: essa é a ferida infligida ao narcisismo primário da criança. A partir daí, o objetivo consistirá em fazer-se amar pelo outro, em agradá-lo para reconquistar seu amor; mas isso só pode ser feito através da satisfação de certas exigências, as do ideal do eu. Esse conceito designa, em Freud, as representações culturais e sociais, os imperativos éticos tal como são transmitidos pelos pais. (NASIO, 1997, p. 51)

Freud (1914) também apontou que para o amadurecimento do eu real ocorrer, é necessário que haja uma resolução do narcisismo primário. Caso isso não ocorra, no narcisismo secundário, verifica-se um retorno do investimento dos objetos para o eu. Ou seja, a libido toma o eu como objeto e todos os investimentos são direcionados e retornados para o eu. Nesse caso o “Complexo de Castração” representando a falta, estimula a vontade de alcançar a perfeição narcísica, e essa perfeição ilusória se torna admirada pelo próprio sujeito. “No final das contas, o narcisismo secundário se define como o investimento libidinal (sexual) da imagem do eu, sendo essa imagem constituída pelas identificações do eu com as imagens dos objetos.” (NASIO, 1997, p. 55). O anseio narcísico de voltarmos a nos sentirmos perfeitos e adequados, faz com que passemos a vida inteira correndo atrás do eu ideal e sofrendo por nunca conseguir alcançá-lo.

Lowen (1983) compreende, a princípio, o narcisismo como a supervalorização da autoimagem, sendo estruturada conforme a ligação cultural. Sendo que o sujeito molda sua imagem conforme a cultura e é absorvido pela mesma. A forma como o narcisismo se relaciona com a cultura decorre também de um processo de distorção na percepção do sujeito, onde ele investe em atuações para lidar com seu meio, desenvolvendo alienação e se desconectando do seu corpo e das suas sensações.

De acordo com Reich (1998), o conceito da falta de contato é definido como o bloqueio de energia psíquica que possibilita a relação entre o mundo externo e o interno. A falta de contato com o corpo é outra característica comum quando o sujeito narcísico passa a ignorar o corpo real e atender às necessidades desse corpo ideal.

Ele resumiu a concepção teórica da falta de contato como:

Quando as tendências libidinais fluem em direção ao mundo externo – aderimos a essa imagem intencionalmente – e uma proibição do mundo externo detém esse fluxo, então, em certas situações, estabelece-se um equilíbrio entre a força pulsional, por um lado, e a força frustrante por outro. (REICH, 1998, p. 291)

Segundo Kernberg (apud LOWEN, 1983, p. 17) “Os narcisistas ficam agarrados à sua própria imagem. Com efeito, são incapazes de distinguir entre uma imagem do que se imaginam ser e uma imagem do que realmente são. As duas visões tornaram-se uma só”. Fica subentendido que até certo ponto, ocorre no narcisismo a fusão da imagem real e da imagem idealizada. Além disso, em algum momento a versão real acaba se perdendo, talvez pela falta de contato com o corpo. Essa falta de contato com o corpo é também um reflexo do que se vê no espelho e o que se imagina na realidade.

Assim, podemos considerar a ideia de que o narcisista absorve imagens que lhe interessam e atribui a si uma personalidade que ele considera mais adequada para mostrar ao mundo. É como se o corpo atuasse apenas com a função de destacar essas características moldadas e idealizadas por ele, como podemos ver nos diversos cliques e vídeos postados nas mídias sociais. Mas Lowen (1983), deixava bem claro que:

Os narcisistas não negam que têm corpo. Sua apreensão da realidade não é tão fraca assim. Mas veem o corpo como um instrumento da mente, submetido à vontade deles. Embora o corpo possa funcionar eficientemente como instrumento, ter um desempenho igual ao de uma máquina, ou dar a impressão de uma estátua, falta-lhe, no entanto, “vida”. (LOWEN, 1983, p. 17-18)

O papel da imagem é extremamente significativo e importante para os sujeitos narcisistas. Isso vai além da busca em melhorar sua autoimagem, com o aperfeiçoamento momentâneo do seu rosto com maquiagem ou filtros e efeitos de aplicativos. Outro exemplo inclui alterações mais definitivas como na academia, com o intuito de melhorar a forma física do seu corpo. Os investimentos em autocuidado, procedimentos estéticos e cirúrgicos com o rosto e o corpo, indicam a necessidade de valorizar a aparência, para torná-la mais atraente. Essa dificuldade do narcisista de se inserir no mundo moderno de constantes mudanças, faz com que ele use de tais artifícios para acompanhar as tendências e padrões de um universo cada vez mais superficial.

O sujeito narcisista passa a buscar esses recursos e referências para se sentir perfeito e completo, à medida em que deseja alcançar o corpo ideal. A facilidade de acessar e ver essas imagens na mídia está conectada com o estilo de vida que interessa ao narcisista. Essas imagens geralmente indicam a ilusão de que as pessoas são naturalmente bonitas e possuem hábitos saudáveis.

Essa obsessão pela imagem ideal vai afastando cada vez mais o narcisista do seu contato com a realidade. Segundo Lowen (1983), o corpo do narcisista, por sua vez, mergulha em um círculo vicioso na busca por boa aparência, ao mesmo tempo que vai perdendo a sua vivacidade. Um corpo sem vivacidade, vazio interiormente e ausente de sentimentos, tem aspectos similares e característicos do sujeito depressivo. Portanto, tudo indica que a tendência narcisista poderá conduzir à depressão.

DEPRESSÃO

A depressão se manifesta como uma condição, mental e física não saudável. Existem diferentes estágios da depressão que podem ir dos níveis mais severos até manifestações psíquicas e corporais de menor intensidade. Nos níveis mais severos, os sujeitos são incapazes de reagir ao mundo que os cerca e seguir de forma pouco saudável na sua vida, ao passo que nos níveis não tão graves, os sujeitos podem apresentar uma deficiência em manifestar emoções e sentimentos. Lowen (1983), formulava em sua análise sobre o aspecto do sujeito depressivo como alguém “quieto e inexpressivo”. Apesar disso e com algumas exceções, eles conseguem ter a aparência de saudáveis, utilizando mecanismos para camuflar essa sua realidade interna.

O sujeito depressivo não consegue se reconhecer com precisão, pois sua personalidade se concentra numa imagem ilusória. Desse modo, a manifestação da depressão se pauta por uma busca incansável por objetivos irreais e distantes da real necessidade do depressivo. Essa busca do que não é real, conduz o sujeito a acreditar em compensações ilusórias.

Lowen (1983), explica que o objetivo irreal “necessita de um modo aprovado de ser, pois atrás desse objetivo está a necessidade de aprovação. O objetivo geralmente é estabelecido na infância e a desejada aprovação é a dos pais, mais tarde transferida para outros”. (LOWEN, 1983, p. 26). Nesse aspecto, a busca do sujeito por aprovação será constante, uma vez que ele cria em sua mente objetivos que dificilmente serão alcançados. Assim, na tentativa de buscar uma maneira de se realizar além do seu eu, o sujeito vai vivendo na irreabilidade e alimentando seu corpo de ilusões.

Segundo Lasch, “O vazio ao qual se referem os deprimidos parece ser o vazio de não realizarem os ideais inerentes à cultura do narcisismo”. (apud MENDES, VIANA, BARA, 2014 p. 428). A realidade do corpo do narcisista se direciona para um corpo vazio e deficiente de prazeres da vida real. Trazendo esse contexto para o desenvolvimento da contemporaneidade cultural, vemos que isso é um terreno propício para o depressivo se abastecer de argumentos que o conduzem para um comportamento narcísico.

Compreendendo a relação entre o narcisismo e a depressão, diante das exigências culturais, verifica-se o conflito entre a cultura e a proposta do sujeito em mudar o próprio corpo. A partir disso, existe a possibilidade de o depressivo encontrar-se cercado pelos diferentes cenários da vida moderna, inclusive os superficiais, e se sentir coagido a não externar sua verdadeira condição física e psíquica perante esses ambientes. Outro ponto a ser

observado é a necessidade desse sujeito em reproduzir condutas implicitamente impostas por terceiros, com a finalidade de pertencer a esses meios que o rodeiam ou em que ele se insere. Por vezes, esses comportamentos vão se tornando parte da vida do depressivo para que isso esconda o seu verdadeiro eu. Ele então passa a viver na irrealidade para se sentir aprovado pela sociedade, em razão da sua condição de não ter contato com o próprio corpo.

O sentimento de vazio e baixa autoestima comumente apresentado pelo sujeito depressivo se torna alvo da armadilha calculada pelas mídias sociais, fazendo-o perceber que a exposição de uma imagem atraente, é um meio de receber essa aprovação que ele precisa para preencher a falta.

NA CONTEMPORANEIDADE

Os meios de comunicação virtual se tornaram uma ferramenta para além da mensagem e da informação. Hoje existe facilidade em descobrir e buscar infinitas referências, cada vez mais acessíveis para quem procura mudar de visual ou melhorar a autoestima. Para Medeiros (2012), com a evolução do mundo moderno, as demandas da sociedade vão sendo cada vez mais exigentes, de modo que, nós nos constituímos e nos subjetivamos dentro de uma prática mais aceita pelo consenso da maioria.

A simbolização de uma bela imagem corporal, pode atrair os olhares de um sujeito narcísico, a ponto de estabelecer uma representação daquilo que ele vê e deseja ser. Medeiros (2012) declara que: “belo é o ser que não abriu mão de seu narcisismo e sustenta a ilusão de sua completude”. (MEDEIROS, 2012, p. 117). A ideia do que é belo conduz à interpretação de algo ou alguém que é perfeito, portanto, sem defeitos. A perfeição estética atrai e se torna o objeto de desejo como preenchimento da carência do não ser.

A referência de beleza ou de um padrão estético, se constitui em algo além da determinação imposta pela sociedade. “O padrão de beleza não é estático; se modifica dependendo de épocas e culturas, que por sua vez, podem ser influenciados pela religião, pela política, pelos costumes, pela mídia, pela educação, entre outros”. (SCHUBERT, apud SALLA, 2022 p. 41). A busca pela beleza vai se atualizando de acordo com o passar dos anos e se concentra numa sequência de ondas determinadas pela moda, ao passo que vão ditando as

tendências momentâneas. Em contrapartida, as mídias também exercem um papel de grande influência nesse contexto, onde o público é o foco principal dos produtos da indústria, com discursos de “*estar na moda*”, “*produção de juventude*” e outros apelos do gênero.

Podemos observar que, atualmente, a ferramenta mais fácil e instantânea de aplicar esses métodos de padronização do rosto ou do corpo, está cada vez mais ao alcance de nossas mãos. Pelo aparelho celular temos a possibilidade de baixar aplicativos sugestivos, com nomes como: *fix me*, *plastic surgery* ou *body tune*, por exemplo. Aplicativos, inclusive, que insinuam ao usuário a ideia de que é necessário realizar alguma correção.

Entre os aplicativos de mídias sociais, especificamente o *Instagram*, que foi desenvolvido como uma rede direcionada à publicação de imagens, verificamos um vasto compartilhamento de fotos e vídeos, em sua maioria voltados para a exibição da imagem corporal. Além disso, a plataforma do *Instagram* dispõe de filtros e efeitos que alteram ou embelezam a imagem. Dependendo da preferência, há uma infinidade de alternativas para deixar o rosto mais bonito, desde as mais descontraídas até as mais cirurgicamente calculadas, no caso em que o usuário precise disparar alguma foto onde não esteja “esteticamente” adequado para aparecer para seus seguidores.

A autora Camila Cintra destaca que:

O fato é que o Instagram acabou por se tornar o grande centralizador de referências estéticas, sobretudo no que concerne ao corpo humano. E por estarmos em contato com tanta intensidade e frequência – pela manhã, ao acordar, antes de dormir, o dia todo nas nossas mãos e olhos, esse dispositivo acaba ajudando a compor grande parte do nosso imaginário e das projeções e representações que fazemos sobre nós mesmos”. (CINTRA, 2021, p. 31).

Não são apenas imagens modificadas propositalmente que identificamos quando acessamos o *Instagram*. Também é nítido e perceptível como os rostos ficam semelhantes com os de outras pessoas, a partir da aplicação dos efeitos mencionados. Depois de um tempo, com a identificação e aceitação desses novos modelos de aparência, tornou-se normal publicar imagens com efeitos bem aparentes.

De acordo com Cintra, “nesse jogo de espelhos, assistir à alteração do rosto do outro *provoca* e, a muitos, *convoca* à alteração do próprio rosto”. (CINTRA, 2021, p. 31). O criador e a criatura, agora imersos no mesmo universo imaginário, onde a imagem ideal para um sujeito é expandida de tal forma que ele mesmo produz efeitos em si que acabam se tornando ferramentas de uso comum. Agora, outros necessitados em expor a mesma faceta da beleza, podem se apropriar dela para brincar de mudar os seus próprios traços.

Fica evidente como a manipulação midiática se utiliza de instrumentos e propagandas, para que os sujeitos que estão em estado de vulnerabilidade emocional para que adotem a linguagem desejada por ela. Como efeito dessa manipulação o sujeito acaba por se submeter aos procedimentos estéticos, cirurgias plásticas ou rituais de beleza para manter o corpo em uma forma que não é naturalmente atingida, sem se sentir induzido, ressignificando tudo como se fosse apenas mais uma forma de autocuidado, e não caracterizando uma mutilação do próprio corpo.

Considerando alguns comentários extraídos do *Instagram*, como estes: “*depois de ver tantas influencers falando bem, decidi experimentar o Botox*”, “*a indústria venceu, finalmente estou indo fazer preenchimento labial*” e “*eu sou a personificação dos procedimentos estéticos*”.

O que assistimos hoje são as novas representações das imagens idealizadas que, muitas vezes, se tornam definitivas e simbolizam a demanda do desejo contínuo do filtro, na vida real. Os *likes* se tornaram o termômetro da validação emocional, indicando ao sujeito se ele está sendo aceito ou não com sua nova aparência. Essa validação tem seu prazo expirado até um novo produto surgir ou se as exigências de uma perfeição determinada pela mídia estabelecerem um novo modelo de padrão ideal.

“Quanto mais recursos estéticos existem à nossa disposição, mais se aguça a consciência das nossas “imperfeições”. (LIPOVETSKY; SERROY, p. 361 apud CINTRA, 2021, p. 57). Assim, os artifícios da contemporaneidade vão se alimentando da fragilidade do sujeito e, enquanto ele “aceita reconhecer-se nas imagens dominantes da necessidade, menos compreende sua própria existência e seu próprio desejo” (DEBORD, apud MEDEIROS, 2012 p. 108).

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após o encerramento deste estudo, é possível compartilhar algumas considerações relevantes. Diante da era digital, estar distante de uma tendência significa estar desatualizado e fora de uma “norma” que foi se estabelecendo nesse ambiente. Neste trabalho em questão, o modo como essa linguagem indireta é compreendida por um sujeito narcísico, se desenvolve a uma não aceitação de si. Essa percepção, provoca comparação e a sensação de incompatibilidade com os demais, produzindo angústia e a ideia de precisar se encontrar naquele meio para também fazer parte de uma admiração artificial.

A problemática da depressão em virtude do narcisismo, ocorre no sujeito faltante e produzida na sufocante angústia de não saber realmente o que lhe falta. Em razão disso, o sujeito procura necessariamente preencher um vazio, que ao que tudo indica, é demandante do objeto estético. Desta forma, como indica Medeiros, o sujeito irá “apresentar a estética como uma função psíquica inaugurada por um olhar pleno de amor e desejo que buscamos eternamente reencontrar”. (MEDEIROS, 2012, p. 34). É por um olhar desejante e amoroso que nos submetemos a seguir em direção à fonte que nos confere existência.

Desta forma, o corpo feminino foi sendo desnaturalizado pelo sentimento de inadequação e transformado para se encaixar nas exigências determinadas pela sociedade para, assim, pertencer a ela. Conseguimos verificar essa questão pelos filtros do *Instagram* que distorcem a realidade e que, subliminarmente, submetem o usuário a apresentar pelas fotos ou vídeos traços físicos específicos como um rosto mais fino, nariz arrebitado ou até mesmo, outra cor de pele, por exemplo.

Uma reflexão que ocorreu ao final da escrita deste trabalho é:

- Um corpo modificado esteticamente, é um corpo saudável?

Pelo decorrer das pesquisas que realizei e até onde pude chegar, a estética na contemporaneidade não explica o corpo saudável diante dessa condição e a concepção desta característica estaria associada à ideia de que para se estabelecer um “corpo saudável”, o sujeito teria que estar dentro de um rígido padrão e estético. Essa determinação entra em

conflito quando é considerado que o sujeito precisa ter uma boa qualidade de vida, o que não é a realidade de todos. Além disso, é importante levar em consideração que um corpo modificado esteticamente não é necessariamente indicativo de saúde, porém pode ter um impacto significativo na autoestima de um sujeito.

Em termos de leitura social, para ser saudável o ser humano precisará encontrar um equilíbrio com seu próprio bem-estar e estar alinhado às referências de hábitos saudáveis. O excesso de informações por diversos meios de comunicação nos atropela com as opções de como mantermos nosso corpo saudável. E quando se avalia as formas mais fáceis para ter um corpo em forma, uma pele hidratada ou um peso “aceito” socialmente, é então que os procedimentos estéticos são a alternativa mais rápida para se adequar ao padrão.

Os artifícios para se chegar a um corpo estético podem ser prejudiciais à saúde, uma vez que a maioria desses recursos são novidades atuais sem o devido tempo para se apreciar seus resultados e pouco conhecimento da sua eficácia no longo prazo. Isso pode causar inúmeros sofrimentos que levam, em grande maioria, o público feminino a adotar comportamentos prejudiciais a si mesmo, buscando alcançar um ideal de beleza inatingível devido ao avanço tecnológico. Fica evidente que o padrão de beleza representa um complexo cultural compartilhado pelas mulheres.

Os comentários publicados pelos usuários da plataforma do *Instagram*, foram de grande importância para entender como a manipulação midiática constrói uma narrativa baseada na imagem de celebridades e pessoas influentes buscando promover a conformidade com essas tendências e induzindo esses sujeitos da era digital, que se mostram propensos a seguir o mesmo padrão dessas pessoas. Além do mais, o que se busca quando desejamos ter as mesmas características físicas de outro sujeito? E que parte de nós estamos dispostos a sacrificar na busca pela assimilação dessas características?

A busca para se encontrar nesse processo, pode acabar causando para o sujeito uma desorientação entre o que ele é, e o que deseja ser. Nem sempre o que se busca numa clínica estética como resultado ideal, será satisfatório. Há uns anos atrás várias pessoas famosas fizeram cirurgias de reversão estética, pois não se reconheciam mais naquela imagem modificada. Possivelmente, a identificação com a semelhança de outros perfis que foi sendo ocasionada por essas intervenções, foram causando um incômodo na subjetividade do sujeito.

Um fator importante de ser citado é que nem toda cirurgia ou procedimento estético ocorre apenas para uma transformação da imagem como forma de vaidade e narcisismo, mas existem também as cirurgias estéticas reparadoras que promovem uma transformação no sujeito que busca corrigir uma imperfeição presente desde o nascimento ou que ocorreu proveniente de um acidente no decorrer da vida.

Ademais, diante dessas informações foi possível perceber que vem se destacando uma onda de naturalização do corpo, em questão, o feminino. Pautas sobre autoestima e auto aceitação estão tomando notoriedade, quando observamos que a padronização dos corpos vem sendo encarada como um discurso da indústria para vender soluções imediatas apenas em prol de se beneficiar.

Por fim, convido o leitor a se olhar através do espelho e a refletir sobre o que ele mudaria em sua aparência e porquê? Quem você realmente deseja ser? O conflito entre o real que quer manter a sua individualidade preservada e o ideal que busca incessantemente satisfazer seus desejos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Lowen, A. Narcisismo: negação do verdadeiro self. São Paulo, Editora Cultrix. 1983.
- _____. O corpo em depressão: as bases biológicas da fé e da realidade. São Paulo, Summus. 1983
- Freud, S. (1914b). Sobre o narcisismo: uma introdução. Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. v. 14. Rio de Janeiro: Imago, 1990
- Nasio, J-D. Lições sobre os sete conceitos cruciais da psicanálise. Tradução, Vera Ribeiro. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 1997.
- Reich, W. Análise do Caráter. Tradução de Ricardo Amaral do Rego, 3ª. ed., São Paulo : Martins Fontes, 1998.
- Mendes, E.D.; Viana, T. C.; Bara, O. Melancolia e depressão: um estudo psicanalítico. Psicologia: Teoria e Pesquisa, v. 30, n. 4, p. 423–431, out. 2014.
- Medeiros, S. A. de. Estética, angústia e desejo: uma abordagem psicanalítica sobre as doenças da beleza. Curitiba: Juruá. 2012.
- Salla, G.. Corpos desnaturalizados: o padrão de beleza da mulher brasileira sob a visão dos complexos culturais na psicologia analítica. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2022.

Cintra, Camila. O Instagram está padronizando os rostos? [Acessado em: 15 de junho de 2023]
Lucia Santaella (colaboradora). – 1. Ed. – Barueri, SP : Estação das Letras e Cores Editora,
2021.