CORPO, REDES SOCIAIS E EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE A DESCONSTRUÇÃO DE PADRÕES ESTÉTICOS NA ESCOLA

BODY, SOCIAL NETWORKS, AND PHYSICAL EDUCATION: A BIBLIOGRAPHIC REVIEW ON DECONSTRUCTING AESTHETIC STANDARDS IN SCHOOLS

Adão Rodrigues de Sousa[1]
Majô Cristine Lopes Dias[2]

Resumo: nas últimas décadas, as redes sociais digitais transformaram-se em poderosos veículos de disseminação de padrões estéticos corporais idealizados, impactando profundamente a forma como os indivíduos, especialmente adolescentes e jovens, percebem e se relacionam com seus corpos. Esse fenômeno tem gerado sentimentos de inadequação, insatisfação corporal e práticas corporais compulsivas, suscitando a necessidade de uma abordagem crítica no âmbito escolar. Neste contexto, a Educação Física emerge como espaço privilegiado para a desconstrução de estereótipos corporais e a promoção de uma cultura de valorização da diversidade. O objetivo deste estudo é analisar como a Educação Física pode contribuir para a desconstrução dos padrões estéticos impostos pelas redes sociais e fomentar uma relação mais crítica e saudável com o corpo. A pesquisa, de natureza qualitativa, com delineamento exploratório, fundamentou-se em revisão bibliográfica de artigos publicados entre 2014 e 2024, analisados à luz da técnica de Análise de Conteúdo (Bardin, 2016). Os resultados apontam que a Educação Física, ao incorporar práticas pedagógicas críticas e estratégias de alfabetização midiática, pode fortalecer a autoestima, a autonomia corporal e o respeito às diferenças. Conclui-se que a atuação pedagógica crítica é essencial para resistir às normatizações midiáticas e promover a formação integral dos estudantes.
Palavras-chave: Educação Física; Redes Sociais; Imagem Corporal; Diversidade.

Abstract: in recent decades, digital social networks have become powerful vehicles for disseminating idealized body aesthetic standards, profoundly impacting how individuals, especially adolescents and young people, perceive and relate to their bodies. This phenomenon has generated feelings of inadequacy, body dissatisfaction, and compulsive physical practices, highlighting the need for a critical approach within the school environment. In this context, Physical Education emerges as a privileged space for deconstructing body stereotypes and promoting a culture that values diversity. The objective of this study is to analyze how Physical Education can contribute to the deconstruction of aesthetic standards imposed by social networks and foster a more critical and healthy relationship with the body. This qualitative, exploratory research was based on a bibliographic review of articles published between 2014 and 2024, analyzed using Content Analysis techniques. The results indicate that Physical Education, by incorporating critical pedagogical practices and media literacy strategies, can strengthen self-esteem, body autonomy, and respect for differences. It is concluded that critical pedagogical action is essential to resist media-driven body norms and to promote the integral development of students.
Keywords: Physical Education; Social Networks; Body Image; Diversity.

1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, as transformações sociais impulsionadas pelo avanço das tecnologias digitais e, em especial, pela ascensão das redes sociais, vêm ressignificando a

[1] Doutorando em Saúde Coletiva PPGSC/UFMT. Desenvolve pesquisa em Gênero, Currículos e Formação Inicial de Professores de Educação Física. Atua como professor na Educação Básica e pesquisador nas áreas de Educação Física escolar, currículo, gênero e sexualidade. Desenvolve estudos com enfoque crítico, articulando práticas pedagógicas, formação docente e saúde.

[2] Doutoranda em Educação (UNEMAT). Desenvolve pesquisas em Educação Física escolar, com ênfase na educação integral e nas ETIVEs. Atua na interface entre formação de professores, gestão pública e políticas educacionais, dialogando com diversidade e inclusão.

maneira como os indivíduos se percebem e se relacionam com seus corpos. Em meio a uma profusão de imagens idealizadas e discursos normativos sobre beleza e saúde, observa-se a consolidação de padrões estéticos rígidos que, não raras vezes, desencadeiam sentimentos de inadequação, transtornos alimentares e práticas corporais compulsivas. Tal cenário adquire contornos ainda mais preocupantes quando se consideram os públicos infantojuvenis, mais vulneráveis às pressões sociais e midiáticas. Nesse contexto, a escola emerge como espaço privilegiado para o desenvolvimento de uma consciência crítica e emancipatória, sendo a Educação Física componente curricular de especial relevância para o debate sobre corpo, saúde e identidade.

A disseminação de um corpo ideal nas redes sociais, geralmente associado à magreza extrema, à hipertrofia muscular ou a padrões eurocêntricos de beleza, tem impactado significativamente a percepção que os sujeitos constroem de si mesmos. Essa influência, por vezes sutil, atua de forma contundente na formação de comportamentos, atitudes e valores relacionados ao corpo, à saúde e à autoestima. A problematização que se impõe, portanto, diz respeito ao papel que a Educação Física escolar pode desempenhar na desconstrução desses padrões normativos e na promoção de uma relação mais consciente, crítica e saudável com o corpo. Assim, surge a seguinte pergunta de pesquisa: Como a Educação Física pode contribuir para a desconstrução dos padrões estéticos impostos pelas redes sociais e promover uma relação mais saudável com o corpo?

Estudos no campo da Educação Física e das Ciências Humanas vêm apontando para a necessidade de uma abordagem que transcenda a dimensão biológica do corpo e incorpore perspectivas socioculturais, críticas e inclusivas (De Oliveira, 2007; Betti, 1993; Soares *et al*., 1992). Tal perspectiva propõe uma prática pedagógica que reconheça a pluralidade dos corpos, respeite suas especificidades e valorize a corporeidade em suas múltiplas expressões (Rigo; Ribeiro; Hallal, 2011). Em consonância com essa abordagem, este estudo busca analisar, por meio de uma revisão bibliográfica, o papel da Educação Física na desconstrução dos padrões estéticos disseminados pelas redes sociais e na promoção de uma visão mais saudável e inclusiva do corpo, investigando como essas plataformas influenciam a percepção do corpo ideal e o comportamento das pessoas em relação à prática de exercícios físicos.

A justificativa para a realização desta pesquisa reside na urgência de compreender os efeitos socioculturais das mídias digitais sobre a construção da imagem corporal e de propor caminhos pedagógicos que contribuam para o bem-estar físico e emocional dos estudantes. A Educação Física, ao integrar o currículo escolar e promover vivências corporais significativas, pode e deve se constituir como espaço de resistência aos discursos opressores e excludentes que circulam nas redes sociais.

A presente investigação se caracteriza como uma pesquisa de natureza qualitativa, com delineamento exploratório, fundamentada em revisão bibliográfica. Serão analisados

artigos científicos que abordem as relações entre Educação Física, redes sociais, padrões estéticos e saúde. A análise será guiada por uma perspectiva crítica, buscando compreender os mecanismos simbólicos que sustentam os padrões corporais hegemônicos e identificar as potencialidades educativas da prática pedagógica em Educação Física para a construção de uma cultura corporal mais democrática, plural e inclusiva.

Nesse sentido, espera-se que este estudo contribua para o fortalecimento de práticas educativas comprometidas com a valorização da diversidade corporal, o respeito às diferenças e a promoção da saúde em sua acepção mais ampla, compreendida não apenas como ausência de doenças, mas como condição de bem-estar físico, psíquico e social.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A compreensão das influências que os padrões estéticos exercem sobre os indivíduos, particularmente no contexto das redes sociais, exige uma análise multidimensional que envolva aspectos culturais, sociais, psicológicos e educacionais. A Educação Física, enquanto componente curricular que trabalha com a corporeidade em suas múltiplas manifestações, ocupa lugar privilegiado nesse debate, podendo atuar de maneira crítica frente às normatizações corporais que circulam no imaginário coletivo.

As redes sociais digitais, como *Instagram*, *TikTok* e *Facebook*, tornaram-se espaços potentes de produção e disseminação de imagens corporais idealizadas. Essas plataformas favorecem a espetacularização do corpo, promovendo estéticas padronizadas que associam beleza à magreza, juventude, hipertrofia muscular e ausência de imperfeições. Esses modelos, embora amplamente disseminados, são excludentes e desconsideram a diversidade de corpos existentes na sociedade, impactando negativamente a autoestima de muitas pessoas, em especial adolescentes e jovens (Han, 2017; Cabanas; Illouz, 2019; Twenge, 2017).

Moreira (2020) destaca que as redes sociais, especialmente o *Instagram*, são espaços onde influenciadores digitais disseminam um ideal de corpo magro, jovem e livre de imperfeições, reforçando padrões estéticos que podem gerar insatisfação corporal e práticas disciplinares extremas. A autora sugere que é necessário refletir sobre os efeitos dos discursos midiáticos e questionar os padrões estéticos impostos, incentivando uma visão mais crítica e diversificada sobre o corpo (Moreira, 2020).

Daolio (1997) reforça essa análise ao discutir como a cultura, incluindo a midiática, modela as percepções corporais, influenciando até mesmo práticas esportivas e educacionais. Segundo o autor, a Educação Física não pode ignorar essas influências, devendo trabalhar pedagogicamente para desnaturalizar os estereótipos e valorizar as diferentes expressões culturais do corpo, especialmente em contextos marcados pela diversidade. Essa abordagem é fundamental para desconstruir a ideia de um corpo universalmente desejável, substituindo-a por uma perspectiva mais inclusiva.

Autores como Bordo (2023) e Orbach (2019) destacam ainda como o corpo se torna alvo de controle social e mercantilização, moldado por discursos que legitimam apenas determinados biotipos. O corpo, portanto, não é apenas uma realidade biológica, mas também uma construção simbólica e histórica, sujeita a imposições culturais e econômicas. Diante disso, torna-se urgente desconstruir os estigmas associados à aparência física e promover uma cultura de aceitação e valorização da diversidade corporal.

Nesse contexto, a Educação Física pode se configurar como um campo de resistência aos discursos hegemônicos sobre o corpo. De acordo com Bracht (1999), é necessário repensar a Educação Física escolar para que ela deixe de reforçar padrões de desempenho e competição, e passe a valorizar a experiência corporal em sua totalidade, promovendo práticas que considerem a subjetividade, a ludicidade, a expressão e o respeito às diferenças.

Soares *et al*. (1992) propõem uma abordagem crítica da Educação Física, na qual o corpo é entendido como construção social e cultural, e não apenas como máquina biológica. Essa perspectiva permite que os professores desenvolvam práticas pedagógicas que estimulem o pensamento reflexivo dos estudantes sobre os discursos que envolvem o corpo, a saúde e a beleza. Nessa linha, Betti e Zuliani (2002) e Betti (1993) defendem uma Educação Física voltada para a formação de sujeitos críticos e conscientes de sua corporeidade, capazes de resistir às pressões midiáticas e valorizar sua identidade corporal.

Goellner (2010), por sua vez, enfatiza a necessidade de uma Educação Física que reconheça a diversidade de gêneros, sexualidades e corpos, combatendo os estigmas e as exclusões perpetuados pelos padrões estéticos dominantes. A autora defende que a educação dos corpos deve ser pautada pelo respeito às diferenças, promovendo práticas pedagógicas que questionem as hierarquias sociais e culturais enraizadas nas representações midiáticas. Essa perspectiva alinha-se à proposta de uma formação crítica, na qual os estudantes possam refletir sobre as pressões sofridas e construir uma relação mais autêntica e saudável com seus próprios corpos. Assim, a Educação Física escolar pode se consolidar como um campo de transformação social, capaz de enfrentar os discursos normativos e celebrar a pluralidade corporal.

A cultura digital tem reconfigurado as práticas pedagógicas da Educação Física, exigindo uma formação docente crítica para mediar as tensões entre corpos reais e ideais disseminados pelas redes sociais. Santos, Sanfelice e Mezzaroba (2023) evidenciam que professores enfrentam desafios heterogêneos nesse cenário, como a necessidade de abordar temas como esporte e mídia de forma interdisciplinar, promovendo uma leitura crítica das imagens corporais. Essa perspectiva reforça o papel da escola como espaço de desnaturalização de padrões estéticos, alinhando-se às proposições de Daolio (1997) sobre a corporeidade como construção cultural.

A consolidação das mídias e tecnologias como subcampo acadêmico na Educação Física, analisada por Mezzaroba e Bassani (2022), demonstra como a tríade bourdieusiana (campo, *habitus*, *illusio*) explica a luta por legitimidade desse debate. Os autores destacam que a valorização de pesquisas sobre mídias e corporeidade amplia a visão biomédica tradicional, incorporando determinantes sociais e culturais. Essa abordagem é essencial para compreender como os algoritmos, como discutido por Nogueira de Oliveira e Fraga (2024), reforçam "bolhas *fitness*", limitando a exposição à diversidade corporal e exigindo intervenções pedagógicas que rompam com lógicas excludentes.

A atuação dos algoritmos nas redes sociais, conforme analisado por Nogueira de Oliveira e Branco Fraga (2024), ilustra mecanismos contemporâneos de padronização estética, como a personalização de conteúdos que invisibilizam corpos dissidentes. Essa dinâmica ressalta a urgência de uma alfabetização midiática na Educação Física, capaz de desvelar os interesses mercadológicos por trás dos ideais de beleza.

Além disso, a promoção da saúde, entendida sob a ótica ampliada da Organização Mundial da Saúde (OMS), envolve dimensões físicas, mentais e sociais. Dessa forma, a Educação Física deve buscar não apenas a aptidão física, mas também o bem-estar emocional e social dos educandos, promovendo o desenvolvimento da autoestima e de relações interpessoais saudáveis. A valorização da pluralidade de corpos, aliada à problematização dos discursos midiáticos, torna-se uma via potente para o fortalecimento de uma cultura escolar mais inclusiva e acolhedora (Betti, 2004; Biscaro; Silva, 2016). Nesse sentido, a saúde ampliada, entendida como influenciada por determinantes sociais, difere da visão da OMS, pois considera desigualdades estruturais.

Dinis (2008) amplia essa discussão ao abordar como a educação, incluindo a Educação Física, pode reproduzir ou desafiar as hierarquias de gênero e sexualidade. O autor argumenta que as práticas pedagógicas muitas vezes reforçam estereótipos binários, marginalizando corpos que fogem às normas heteronormativas. Para superar essa limitação, propõe uma abordagem interseccional que considere as múltiplas identidades dos estudantes, transformando a escola em um espaço de acolhimento à diversidade. Essa perspectiva é essencial para desconstruir os ideais estéticos vinculados não apenas à aparência, mas também às expectativas sociais sobre gênero e sexualidade.

Louro (1997), por sua vez, analisa como a educação opera na produção das identidades de gênero e sexualidade, destacando o papel do currículo oculto na perpetuação de normas excludentes. A autora defende uma perspectiva pós-estruturalista que questione as categorias fixas de "masculino" e "feminino", abrindo espaço para a expressão plural dos corpos. Na Educação Física, isso implica repensar atividades esportivas e avaliativas que historicamente segregam ou invisibilizam certos grupos, como LGBTQIAPN+. Ao incorporar essa visão, a disciplina pode contribuir para a desnaturalização dos padrões corporais vinculados a gênero.

Neira (2007) introduz uma dimensão cultural ao debate, propondo que a Educação Física valorize as manifestações da cultura corporal popular — como danças, jogos e brincadeiras tradicionais — como conteúdos curriculares. Essa abordagem não apenas diversifica as experiências corporais, mas também legitima saberes marginalizados, confrontando a hegemonia dos padrões estéticos eurocêntricos. Ao privilegiar a identidade cultural dos estudantes, a prática pedagógica pode subverter as lógicas de padronização do corpo, promovendo uma relação mais autônoma e crítica com a mídia e a estética dominante.

Portanto, é no entrecruzamento entre corpo, mídia e educação que se insere a relevância deste estudo. Ao reconhecer que os padrões estéticos impostos pelas redes sociais impactam diretamente a forma como os sujeitos se percebem e interagem com o mundo, cabe à Educação Física escolar o compromisso ético e político de contribuir para a formação de sujeitos críticos, capazes de desafiar as normatividades corporais e construir uma relação mais livre, saudável e significativa com o próprio corpo.

Betti (2004) reforça esse papel ao destacar que a Educação Física, ao lidar com o corpo em suas múltiplas dimensões, deve confrontar as normatizações midiáticas, questionando os ideais hegemônicos e promovendo uma reflexão crítica sobre corpo, cultura e tecnologia no mundo contemporâneo. Dessa forma, a disciplina pode consolidar-se como um espaço de resistência aos discursos que reduzem o corpo a um objeto de consumo, incentivando uma visão mais plural e autônoma da corporeidade.

3 PERCURSO METODOLÓGICO

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa, de delineamento exploratório, orientada pela perspectiva crítica na análise da relação entre redes sociais, padrões estéticos corporais e o papel da Educação Física escolar. A escolha por uma abordagem qualitativa justifica-se pela intenção de compreender os fenômenos sociais em profundidade, considerando as múltiplas dimensões simbólicas, culturais e educacionais que perpassam a construção da imagem corporal na contemporaneidade.

Conforme Prodanov e Freitas (2013), a pesquisa qualitativa busca analisar aspectos mais subjetivos e complexos da realidade, permitindo interpretações profundas sobre comportamentos, percepções e construções sociais. O delineamento exploratório, por sua vez, é adequado em estudos que visam proporcionar uma visão inicial sobre fenômenos ainda pouco compreendidos, favorecendo o levantamento de hipóteses e a ampliação do entendimento sobre o objeto investigado. A revisão bibliográfica fundamenta-se na análise crítica e sistemática de produções acadêmicas relevantes, funcionando como meio de reunir e interpretar conhecimentos já consolidados a respeito do tema.

A investigação foi conduzida por meio de uma revisão bibliográfica, tendo como fontes principais artigos científicos publicados entre os anos de 2014 e 2024. A seleção dos

estudos ocorreu em bases de dados acadêmicas consolidadas, como Periódicos Capes, Google Acadêmico e SciELO, utilizando como critérios de inclusão: a) abordarem a influência das redes sociais na construção da imagem corporal; b) discutirem a interface com a Educação Física escolar; e c) estarem disponíveis em português. Os descritores utilizados foram: "Educação Física AND redes sociais AND imagem corporal".

Identificou-se 27 artigos nas bases de dados. Após a remoção de duplicatas e a aplicação dos critérios de exclusão, restaram 5 artigos para análise final. Essa sistematização visou assegurar rigor na seleção e representatividade do corpus analisado, alinhando-se às recomendações de Prodanov e Freitas (2013) para revisões bibliográficas.

Após a etapa de levantamento e triagem, foram selecionados cinco artigos que atendiam aos critérios estabelecidos. Para a análise dos textos, adotou-se a técnica de Análise de Conteúdo, conforme proposta por Bardin (2016), que possibilitou a categorização das unidades de registro extraídas dos textos, a identificação dos contextos de sentido e a construção de categorias temáticas emergentes.

A categorização dos artigos seguiu um critério temático-distintivo, onde cada um dos estudos selecionados representou um eixo analítico único e complementar no debate sobre corpo, redes sociais e Educação Física. Essa abordagem justifica-se pela natureza exploratória da pesquisa e pela necessidade de abarcar as múltiplas dimensões do fenômeno investigado: enquanto alguns artigos focaram na influência midiática, outros destacaram o papel pedagógico da Educação Física. Tais categorias permitiram preservar a singularidade de cada contribuição teórica, ao mesmo tempo em que possibilitou uma análise transversal dos temas recorrentes.

Ademais, as categorias analíticas foram sistematizadas em quadro-resumo, permitindo uma comparação crítica entre os estudos. Essa estratégia metodológica visou não apenas mapear a influência das redes sociais sobre a percepção corporal de estudantes e professores, mas também identificar as possibilidades de atuação crítica da Educação Física na desconstrução dos padrões estéticos hegemônicos.

Assim, o percurso metodológico adotado fundamenta-se no compromisso ético de promover uma reflexão crítica sobre as dinâmicas socioculturais que impactam a formação da imagem corporal dos sujeitos, buscando contribuir para a construção de práticas pedagógicas mais inclusivas, emancipadoras e atentas à diversidade no ambiente escolar.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO

Para a realização da análise proposta neste estudo, foram selecionados cinco artigos que abordam a relação entre redes sociais, padrões estéticos e Educação Física, conforme apresentado no Quadro 1. A seleção contemplou publicações nacionais recentes, localizadas em diferentes bases de dados acadêmicas, abrangendo o período de 2014 a 2024. Os

estudos analisam as implicações das mídias digitais na construção da imagem corporal, a internalização de ideais estéticos e o papel da Educação Física na desconstrução desses padrões, oferecendo um panorama crítico e atualizado sobre a temática investigada.

QUADRO 1 - Artigos Selecionados

ID	Título	Autores	Base de Dados	Ano
A1	Representações de corpo e redes sociais online: um estudo com professores de Educação Física	Lobato	Google Acadêmico	2014
A2	O culto ao corpo e suas formas de propagação na rede social Facebook: implicações para a Educação Física Escolar	Rigoni; Nunes; Fonseca	Periódicos Capes	2017
A3	Redes sociais, suas implicações sobre a imagem corporal de estudantes adolescentes e o contexto da pandemia do coronavírus (COVID-19)	De Brito; Thimóteo; Brum	SciELO	2020
A4	Uso das redes sociais, imagem corporal e influência da mídia em acadêmicos dos cursos de educação física	Santos; Gonçalves	Google Acadêmico	2020
A5	Cultura corporal: influências das redes sociais virtuais sobre as compreensões de estudantes	De Oliveira; Oliveira	Periódicos Capes	2020

Fonte: Autores (2026)

O Quadro 1, intitulado "Artigos Selecionados", apresenta de forma sistematizada os cinco estudos que compuseram o corpus de análise da revisão bibliográfica. Ele organiza as informações essenciais de cada artigo em uma tabela composta pelas colunas: ID (identificador sequencial), Título, Autores, Base de Dados e Ano de publicação.

O primeiro artigo, identificado como A1, intitula-se "Representações de corpo e redes sociais online: um estudo com professores de Educação Física", de autoria de Lobato, foi localizado no Google Acadêmico e publicado em 2014. O artigo A2, "O culto ao corpo e suas formas de propagação na rede social Facebook: implicações para a Educação Física Escolar", foi escrito por Rigoni, Nunes e Fonseca, indexado na base Periódicos Capes e data de 2017. Já o estudo A3, "Redes sociais, suas implicações sobre a imagem corporal de estudantes adolescentes e o contexto da pandemia do coronavírus (COVID-19)", é de autoria de De Brito, Thimóteo e Brum, foi encontrado na base SciELO e publicado em 2020.

O quarto artigo, A4, "Uso das redes sociais, imagem corporal e influência da mídia em acadêmicos dos cursos de educação física", foi elaborado por Santos e Gonçalves, também disponível no Google Acadêmico e publicado em 2020. Por fim, o artigo A5, "Cultura

corporal: influências das redes sociais virtuais sobre as compreensões de estudantes", é de autoria de De Oliveira e Oliveira, foi acessado via Periódicos Capes e igualmente publicado no ano de 2020. O quadro foi elaborado pelo próprio autor da pesquisa em 2025. Este conjunto de estudos, publicados entre 2014 e 2020, fornece a base empírica para a análise subsequente sobre a influência das redes sociais na imagem corporal e o papel crítico da Educação Física escolar.

Para aprofundar a análise dos estudos selecionados, procedeu-se a uma categorização das informações segundo a técnica de Análise de Conteúdo proposta por Bardin (2016). As unidades de registro extraídas dos artigos, os contextos de sentido atribuídos e as categorias temáticas emergentes foram organizados no Quadro 2. Essa sistematização permitiu identificar padrões e recorrências nas abordagens dos autores, especialmente no que tange à influência das redes sociais na construção da imagem corporal e ao papel crítico da Educação Física na desconstrução de estereótipos estéticos e promoção da diversidade corporal.

QUADRO 2 - Análise dos Artigos

ID	Unidades de Registro	Contexto de Sentido	Categoria
A1	Representações corporais idealizadas; Estereótipos mercadológicos	Redes sociais moldam percepções corporais entre professores; Potencial da Educação Física para transformação crítica	Crítica às representações e reforço da diversidade
A2	Propagação de padrões estéticos; Naturalização da imagem corporal; Manipulação midiática	Redes sociais reforçam padrões corporais irreais; Educação Física como espaço de resistência e crítica	Influência midiática e desconstrução crítica
A3	Comparação com corpos idealizados; Fitspiration; Alfabetização midiática	Pandemia intensificou uso de redes e insatisfação corporal; Educação Física como ferramenta de autonomia crítica	Educação física crítica e emancipadora
A4	Internalização de padrões; Tempo de uso de redes sociais; Mercantilização do corpo	Uso excessivo de redes sociais aumenta a insatisfação corporal; Necessidade de intervenção crítica	Impacto do tempo de exposição e crítica aos discursos midiáticos
A5	Espetacularização do corpo; Reprodução de comportamentos midiáticos; Emancipação corporal	Redes sociais moldam práticas corporais com apelos estéticos; Educação Física como espaço de reflexão e autonomia	Autonomia corporal e crítica midiática

Fonte: Autores (2026)

O Quadro 2, denominado "Análise dos Artigos", apresenta a síntese interpretativa dos cinco estudos selecionados, organizada a partir da aplicação da técnica de Análise de

Conteúdo. A estrutura é composta por três colunas inter-relacionadas: a primeira coluna (ID) repete o identificador de cada artigo (de A1 a A5); a segunda (Unidades de Registro) lista os conceitos-chave ou núcleos de sentido extraídos de cada texto; a terceira (Contexto de Sentido) descreve a interpretação mais ampla ou a articulação teórica dessas unidades dentro do respectivo estudo; e a quarta (Categoria) propõe uma classificação temática que sintetiza a contribuição principal do artigo para a pesquisa.

Para o artigo A1, as unidades de registro foram "Representações corporais idealizadas" e "Estereótipos mercadológicos". No contexto de sentido, compreendeu-se que as redes sociais moldam as percepções corporais dos professores, ao mesmo tempo em que se destacou o potencial da Educação Física para uma transformação pedagógica crítica. Essas ideias foram categorizadas como "Crítica às representações e reforço da diversidade". O artigo A2 trouxe as unidades "Propagação de padrões estéticos", "Naturalização da imagem corporal" e "Manipulação midiática". Seu contexto de sentido apontou que as redes sociais reforçam padrões corporais irreais e que a Educação Física pode se constituir como um espaço de resistência e crítica, sendo categorizado como "Influência midiática e desconstrução crítica".

O estudo A3 destacou as unidades "Comparação com corpos idealizados", "Fitspiration" e "Alfabetização midiática". Seu contexto de sentido relacionou a intensificação do uso das redes e da insatisfação corporal durante a pandemia com o papel da Educação Física como ferramenta para promover autonomia crítica, recebendo a categoria "Educação física crítica e emancipadora". Já o artigo A4 centrou-se nas unidades "Internalização de padrões", "Tempo de uso de redes sociais" e "Mercantilização do corpo". Seu contexto argumentou que o uso excessivo das redes aumenta a insatisfação corporal e exige uma intervenção pedagógica crítica, sendo classificado na categoria "Impacto do tempo de exposição e crítica aos discursos midiáticos".

Por fim, o artigo A5 elencou as unidades "Espetacularização do corpo", "Reprodução de comportamentos midiáticos" e "Emancipação corporal". Seu contexto interpretou que as redes sociais moldam práticas corporais com apelos estéticos, mas que a Educação Física pode ser um espaço de reflexão e autonomia, culminando na categoria "Autonomia corporal e crítica midiática". O quadro foi elaborado pelo próprio autor em 2025, servindo como base estruturada para a discussão analítica que articula os dados dos artigos com o referencial teórico da pesquisa.

Evidencia-se, nesse cenário, a forte influência das redes sociais na construção de padrões corporais idealizados e a necessidade de a Educação Física escolar assumir um papel crítico e emancipador frente a essas dinâmicas.

Em primeiro lugar, verifica-se que as redes sociais, especialmente plataformas como *Facebook* e *Instagram*, atuam como agentes de disseminação de ideais estéticos inatingíveis, contribuindo para a naturalização de conceitos como o "corpo perfeito" (Rigoni; Nunes;

Fonseca, 2017; De Brito; Thimóteo; Brum, 2020). Essa exposição constante a imagens corporais reforça a insatisfação corporal, fenômeno que se intensificou no contexto da pandemia da COVID-19, dada a maior permanência dos jovens em ambientes virtuais (De Brito; Thimóteo; Brum, 2020).

A internalização desses padrões estéticos, apontada por Santos e Gonçalves (2020), mostra que o uso intensivo das redes sociais está diretamente associado ao aumento da insatisfação corporal, tanto em homens quanto em mulheres. Essa realidade evidencia a necessidade urgente de práticas pedagógicas na Educação Física que desenvolvam uma leitura crítica das mídias digitais, desnaturalizando os ideais de beleza veiculados.

Outro aspecto relevante identificado é o papel mercadológico da mídia digital, que transforma o corpo em objeto de consumo, reforçando a espetacularização e a erotização das imagens corporais (Lobato, 2014; De Oliveira; Oliveira, 2020). Esse processo reduz a complexidade do corpo humano a estereótipos midiáticos, favorecendo a reprodução de comportamentos padronizados nas práticas corporais dos estudantes, como observado por De Oliveira e Oliveira (2020) nas postagens em redes sociais.

Diante desse cenário, os estudos convergem para a compreensão da Educação Física como espaço privilegiado para a desconstrução desses padrões hegemônicos. Rigoni, Nunes e Fonseca (2017) e Lobato (2014) enfatizam a importância da atuação crítica dos professores de Educação Física no questionamento das imagens corporais midiáticas, promovendo a valorização da diversidade corporal e o fortalecimento da autoestima dos alunos.

Além disso, emerge dos estudos A3 e A5 a necessidade de que a Educação Física incorpore práticas pedagógicas fundamentadas na alfabetização midiática, capacitando os estudantes para uma análise crítica e reflexiva das mensagens que consomem nas redes sociais, como propõem Brito, Thimóteo e Brum (2020) e De Oliveira e Oliveira (2020). Essa perspectiva dialoga diretamente com a abordagem defendida por Soares *et al.* (1992), Betti (1993) e Goellner (2010), que compreendem o corpo não apenas em sua dimensão biológica, mas como uma construção social e cultural, sujeita a influências midiáticas e econômicas. Nesse sentido, a educação crítica proposta nesses referenciais teóricos é fundamental para resistir às pressões estéticas hegemônicas, promovendo nos estudantes uma relação mais livre, consciente e saudável com seus próprios corpos.

De modo convergente, os trabalhos A1 e A2 reforçam que a Educação Física pode e deve atuar como um espaço de resistência, desconstruindo os padrões corporais naturalizados pelas mídias sociais, em consonância com Rigoni, Nunes e Fonseca (2017) e Lobato (2014). Essa postura se aproxima das proposições de Neira (2007), ao enfatizar a valorização das manifestações da cultura corporal popular como meio de reconhecer saberes plurais e diversificar as experiências corporais dos estudantes. Dessa forma, ao integrar conteúdos que valorizem a identidade cultural e as expressões corporais autênticas,

a Educação Física contribui para a superação da padronização estética promovida pelas redes sociais.

Ainda, ao abordar as representações corporais erotizadas e espetacularizadas observadas nas redes sociais o estudo A5 ressalta a reprodução de comportamentos midiáticos entre os estudantes, o que reforça a pertinência das reflexões de Dinis (2008) e Louro (1997) sobre a necessidade de práticas pedagógicas que contemplem a diversidade de gêneros e sexualidades. A desconstrução de normas excludentes, propostas por esses autores, é essencial para que a Educação Física se configure como um espaço de inclusão, acolhendo diferentes identidades corporais e combatendo as hierarquias impostas pela lógica heteronormativa e estética dominante.

Assim, articulando os resultados dos estudos, evidencia-se que a Educação Física escolar possui potencial não apenas para promover práticas corporais saudáveis, mas também para formar sujeitos críticos e autônomos, capazes de questionar os discursos de padronização e mercantilização do corpo disseminados pelas redes sociais.

Assim, os resultados dessa análise indicam que, para promover uma efetiva transformação social, a Educação Física precisa adotar uma perspectiva ampliada de saúde e corporeidade, concebendo a saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social. Essa abordagem favorece práticas pedagógicas que transcendem o enfoque biomédico tradicional, valorizando a diversidade, a autoestima e a crítica aos discursos midiáticos normativos.

Dessa forma, ao reconhecer e enfrentar os impactos das redes sociais na construção da imagem corporal, a Educação Física escolar pode consolidar-se como uma área estratégica para a promoção de uma cultura mais plural, democrática e inclusiva, comprometida com a formação integral dos estudantes.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo permitiu refletir sobre o impacto das redes sociais na construção de padrões estéticos corporais idealizados e sobre o papel estratégico da Educação Física escolar na promoção de uma cultura corporal mais crítica, inclusiva e plural. A análise dos artigos selecionados evidenciou que as plataformas digitais, ao disseminarem imagens padronizadas de beleza, influenciam negativamente a percepção de si dos sujeitos, gerando sentimentos de inadequação, insatisfação corporal e práticas corporais compulsivas, especialmente entre adolescentes e jovens.

Diante desse cenário, reforça-se a necessidade de que a Educação Física transcenda sua função tradicional de promover apenas o condicionamento físico, assumindo um compromisso político e ético com a formação de sujeitos críticos, conscientes de sua corporeidade e capazes de resistir aos discursos normativos impostos pelas mídias. A prática pedagógica, orientada por uma perspectiva crítica e emancipadora, pode contribuir

significativamente para desconstruir estereótipos estéticos, valorizando a diversidade corporal, as expressões culturais plurais e a saúde entendida em sua dimensão ampliada, física, emocional e social.

Além disso, torna-se imperativo que as aulas de Educação Física incorporem estratégias de alfabetização midiática, promovendo a análise crítica dos discursos veiculados nas redes sociais e incentivando uma relação mais autônoma, saudável e autêntica dos estudantes com seus corpos. A valorização de práticas corporais inclusivas, que respeitem as diferenças de gênero, etnia, sexualidade e habilidades corporais, é um caminho para a construção de ambientes escolares mais acolhedores e democráticos.

É importante destacar que esta pesquisa apresenta como limitação a sua natureza exclusivamente bibliográfica, o que restringe a análise à interpretação de estudos disponíveis e não contempla a coleta de dados empíricos em contextos escolares reais. Ademais, a pequena amostra de artigos limita generalizações. Para trabalhos futuros, recomenda-se a realização de pesquisas de campo que investiguem, de forma direta, as percepções sobre a influência das redes sociais na construção da imagem corporal, bem como a eficácia de intervenções pedagógicas críticas no âmbito da Educação Física.

Por fim, este estudo reafirma a relevância de investigações que articulem corpo, mídia e educação, indicando a necessidade de contínuo aprofundamento teórico e prático sobre o tema. Espera-se que as reflexões aqui apresentadas possam contribuir para o fortalecimento de propostas pedagógicas que enfrentem os desafios impostos pela cultura midiática contemporânea e que reafirmem o compromisso da Educação Física escolar com a formação integral e cidadã dos estudantes.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo.** Lisboa: Edições 70, 2016.

BETTI, Mauro. Corpo, cultura, mídias e educação física: novas relações no mundo contemporâneo. **Revista Digital.** Ano, v. 10, 2004. Disponível em: https://efdeportes.com/efd79/corpo.htm. Acesso: 13 abr. 2025.

BETTI, Mauro. Cultura corporal e cultura esportiva. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 7, n. 2, p. 44-51, 1993. Disponível em: https://www.revistas.usp.br/rpef/article/download/138756/134089/269511. Acesso: 13 abr. 2025.

BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz Roberto. Educação física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista mackenzie de educação física e esporte**, v. 1, n. 1, 2002. Disponível em: https://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/1363. Acesso: 12 abr. 2025.

BISCARO, Marlene Vitória; SILVA, Fábio Luiz da. Corpo, mídia e Educação Física. **Revista Educação Pública**, v. 1, n. 1, p. 1-3, 2016. Disponível em: https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/16/10/corpo-mdia-e-educao-fsica. Acesso: 13 abr. 2025.

BORDO, Susan. **Unbearable weight:** Feminism, Western culture, and the body. Berkeley: Univ of California Press, 2023.

BRACHT, Valter. A constituição das teorias pedagógicas da educação física. **Cadernos Cedes**, v. 19, p. 69-88, 1999. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ccedes/a/3NLKtc3KPprBBcvgLQbHv9s/?format=html. Acesso: 12 abr. 2025.

CABANAS, Edgar; ILLOUZ, Eva. Happycracia. **Cómo la ciencia y la industria de la felicidad controlan nuestras vidas.** Barcelona: Planeta, 2019.

DAOLIO, Jocimar. **Cultura:** educação física futebol. Campinas: Editora da UNICAMP, 1997.

DE OLIVEIRA, Rogério Cruz. Educação física e diversidade cultural: um diálogo possível. **Conexões**, v. 5, n. 2, p. 19-30, 2007. Disponível em: https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637876. Acesso: 13 abr. 2025.

DE BRITO, Amanda Alberto; THIMÓTEO, Tayná Brum; BRUM, Fábio. Redes sociais, suas implicações sobre a imagem corporal de estudantes adolescentes e o contexto da pandemia do coronavírus (COVID-19). **Temas em Educação Física Escolar**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 2, p. 105-125, jul./dez. 2020. Disponível em: https://portalespiral.cp2.g12.br/index.php/temasemedfisicaescolar/article/view/3032. Acesso: 13 abr. 2025.

DE OLIVEIRA, Fábio Souza; OLIVEIRA, Cláudio Márcio. Cultura corporal: influências das redes sociais virtuais sobre as compreensões de estudantes. **MOTRICIDADES: Revista da Sociedade de Pesquisa Qualitativa em Motricidade Humana**, v. 4, n. 2, p. 142-155, 2020. Disponível em: http://www.motricidades.org/journal/index.php/journal/article/view/83. Acesso: 13 abr. 2025.

DINIS, Nilson Fernandes. Educação, relações de gênero e diversidade sexual. **Educação & Sociedade**, v. 29, p. 477-492, 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/j/es/a/nTn98Ch9xWZdqbcSFwXkykw/. Acesso: 12 abr. 2025.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade da transparência.** Tradução de Enio Giachini. Petrópolis: Vozes, 2017.

GOELLNER, Silvana Vilodre. A educação dos corpos, dos gêneros e das sexualidades e o reconhecimento da diversidade. **Cadernos de formação RBCE**, v. 1, n. 2, 2010. Disponível em: https://lume.ufrgs.br/handle/10183/105085. Acesso: 09 abr. 2025.

LOBATO, Robson de Souza. Representações de corpo e redes sociais online: um estudo com professores de Educação Física. **Artefactum – Revista de Estudos em Linguagem e Tecnologia**, ano VI, n. 2, 2014. Disponível em: https://artefactumjournal.com/index.php/artefactum/article/view/426. Acesso: 13 abr. 2025.

LOURO, Guacira Lopes. **Gênero, sexualidade e educação:** uma perspectiva pós-estruturalista. 6. ed. Petrópolis: Vozes, 1997.

MEZZAROBA, Cristiano; BASSANI, Jaison José. Campo, habitus e illusio – A tríade conceitual de Pierre Bourdieu no exercício de investigar a constituição de um subcampo acadêmico (das mídias e tecnologias) na Educação Física brasileira. **Educar em Revista**, dez. 2022. Disponível em: https://revistas.ufpr.br/educar/article/view/85962. Acesso em: 06 abr. 2025.

MOREIRA, Marília Diógenes. A construção da imagem corporal nas redes sociais: padrões de beleza e discursos de influenciadores digitais. **Percursos linguísticos**, v. 10, n. 25, p. 144-

162, 2020. Disponível em: https://periodicos.ufes.br/percursos/article/download/30680/21747. Acesso: 13 abr. 2025.

NEIRA, Marcos Garcia. Valorização das identidades: a cultura corporal popular como conteúdo do currículo da Educação Física. **Motriz Revista de Educação Física**, p. 174-180, 2007. Disponível em: https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/820. Acesso: 12 abr. 2025.

NOGUEIRA DE OLIVEIRA, Braulio; BRANCO FRAGA, Alex. Ação de algoritmos e a constituição de uma bolha fitness: o caso do personal trainer digital. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 36, n. 67, p. 1–21, 2024. Disponível em: https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/100314. Acesso em: 16 mai. 2025.

ORBACH, Susie. **Bodies.** Oxford: Profile books, 2019.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do Trabalho Científico:** Métodos e Técnicas de Pesquisa e do Trabalho Acadêmico. 2 ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

RIGO, Luis Carlos; RIBEIRO, Gabriela M.; HALLAL, Pedro C. Unidade na diversidade: desafios para a Educação Física no século XXI. **Revista brasileira de atividade física & saúde**, v. 16, n. 4, p. 339-345, 2011. Disponível em: https://rbafs.org.br/RBAFS/article/download/631/661. Acesso: 14 abr. 2025.

RIGONI, A. C. C.; NUNES, F. G. B.; FONSECA, K. das M. O culto ao corpo e suas formas de propagação na rede social Facebook: implicações para a Educação Física Escolar. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 29, n. 52, p. 126-143, dez. 2017. Disponível em: http://dx.doi.org/10.5007/2175-8042.2017v29nespp126. Acesso em: 14 abr. 2025.

SANTOS, Mariany Silva; GONÇALVES, Vivianne Oliveira. Uso das redes sociais, imagem corporal e influência da mídia em acadêmicos dos cursos de educação física. **Itinerarius Reflectionis,** v. 16, n. 3, p. 01-18, 2020. Disponível em: https://revistas.ufj.edu.br/rir/article/view/58815. Acesso em: 14 abr. 2025.

SANTOS, Rodrigo de Souza; SANFELICE, Gustavo Roese; MEZZAROBA, Cristiano. Educação Física e cultura digital: perspectivas, tensões e contribuições na formação de professores e professoras desse componente curricular. **Movimento**, v. 29, p. e29068, 2023. Disponível em: https://www.scielo.br/j/mov/a/c5M8FX9KGXPXKpxtmmfPGBB/. Acesso em: 14 abr. 2025.

SOARES, Carmen Lúcia *et al.* **Metodologia do ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

TWENGE, Jean M. **iGen:** Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy--and completely unprepared for adulthood--and what that means for the rest of us. New York: Simon and Schuster, 2017.

Recebido em: 24/08/2025
Aceito em: 18/03/2026