



PSICOLOGIA ARGUMENTO

ISSN 0103-7013

Licenciado sob uma Licença Creative Commons



doi: <http://dx.doi.org/10.7213/psicolargum.43.122.AO15>

Impactos do isolamento social na imagem corporal dos indivíduos durante a pandemia de COVID-19: uma revisão de escopo

*Impacts of Social Isolation on Individuals' Body Image During the COVID-19
Pandemic: A Scoping Review*

Dandara Paiva Santos Rebello Ferreira
Faculdade Pernambucana de Saúde
<https://orcid.org/0009-0001-2502-5760>
dandararebello@hotmail.com

Samily SueLEN da Silva
Faculdade Pernambucana de Saúde
<https://orcid.org/0009-0002-2628-0349>

Renata Teti Tibúrcio Maia
Faculdade Pernambucana de Saúde
<https://orcid.org/0000-0003-0798-7226>

Resumo

A pandemia de COVID-19 gerou transformações significativas na sociedade, incluindo a implementação de medidas de isolamento social para conter a disseminação do vírus. Essas medidas, embora necessárias para a saúde pública, tiveram impactos psicológicos adversos, incluindo efeitos sobre a imagem corporal dos indivíduos. Esta revisão de escopo investiga e sintetiza evidências sobre os efeitos do isolamento social na imagem corporal durante a pandemia de COVID-19. Utilizando as diretrizes do Joanna Briggs Institute (JBI) e o checklist PRISMA-ScR, a pesquisa incluiu 13 estudos que exploraram diversos aspectos, como o impacto das mídias sociais, a autocompaixão, e os efeitos em grupos específicos, como adolescentes, mulheres, gestantes, e a comunidade LGBTQ+. Os resultados indicam que o isolamento social exacerbou a insatisfação com a imagem corporal e os transtornos alimentares em muitos indivíduos, especialmente em contextos de alta exposição a imagens idealizadas nas mídias sociais. Contudo, também foram identificadas oportunidades para promover uma imagem corporal mais saudável através de estratégias de autocompaixão. Este estudo destaca a importância de pesquisas futuras focadas na promoção de uma autoimagem positiva e no apoio a populações em tempos de crise.

Palavra-Chave: Isolamento Social; Pandemia COVID-19; Imagem Corporal.

Abstract

The COVID-19 pandemic brought significant transformations to society, including the implementation of social isolation measures to contain the spread of the virus. While necessary for public health, these measures had adverse psychological impacts, including effects on individuals' body image. This scoping review investigates and synthesizes evidence on the effects of social isolation on body image during the COVID-19 pandemic. Following the guidelines of the Joanna Briggs Institute (JBI) and the PRISMA-ScR checklist, the research included 13 studies that explored various aspects, such as the impact of social media, self-compassion, and effects on specific groups, including adolescents, women, pregnant individuals, and the LGBTQ+ community. The results indicate that social isolation exacerbated body image dissatisfaction and eating disorders in many individuals, particularly in contexts of high exposure to idealized images on social media. However, opportunities to promote a healthier body image through self-compassion strategies were also identified. This study highlights the importance of future research focused on fostering a positive self-image and supporting populations during times of crisis.

Keywords: Social Isolation; COVID-19 Pandemic; Body Image.

Resumen

La pandemia de COVID-19 trajo transformaciones significativas a la sociedad, incluyendo la implementación de medidas de aislamiento social para contener la propagación del virus. Si bien fueron necesarias para la salud pública, estas medidas tuvieron impactos psicológicos adversos, incluyendo efectos en la imagen corporal de los individuos. Esta revisión de alcance investiga y sintetiza la evidencia sobre los efectos del aislamiento social en la imagen corporal durante la pandemia de COVID-19. Siguiendo las directrices del Joanna Briggs Institute (JBI) y la lista de verificación PRISMA-ScR, la investigación incluyó 13 estudios que exploraron diversos aspectos, como el impacto de las redes sociales, la autocompasión y los efectos en grupos específicos, incluyendo adolescentes, mujeres, personas embarazadas y la comunidad LGBTQ+. Los resultados indican que el aislamiento social exacerbó la insatisfacción con la imagen corporal y los trastornos alimentarios en muchas personas, especialmente en contextos de alta exposición a imágenes idealizadas en las redes sociales. No obstante, también se identificaron oportunidades para promover una imagen corporal más saludable a través de estrategias de autocompasión. Este estudio resalta la importancia de futuras investigaciones centradas en fomentar una autoimagen positiva y en brindar apoyo a las poblaciones en tiempos de crisis.

Palabras clave: Aislamiento Social; Pandemia de COVID-19; Imagen Corporal.

Introdução

A pandemia do Covid-19 provocou uma série de transformações abruptas e marcantes na sociedade. Para conter a propagação do vírus, diversos países implementaram bloqueios temporários e aplicaram medidas rigorosas de distanciamento físico (Lucibello et al., 2021). Embora a quarentena e o isolamento social sejam vitais para controlar surtos de doenças infecciosas, estudos indicam que essas ações estão relacionadas a efeitos psicológicos adversos, como altos níveis de estresse psicossocial na população em geral e consequências negativas na saúde mental de indivíduos com condições pré-existentes, devido à interrupção dos serviços de tratamento (Miskovic-Wheatley et al., 2022). Além disso, envolvem restrições de liberdade, separação de entes queridos, incertezas sobre a doença e monotonia. Tais medidas não apenas acarretam efeitos de curto prazo, mas também podem provocar mudanças comportamentais de longa duração (Vavassori & Donzelli, 2024).

Um dos efeitos psicológicos a ser discutido é a imagem corporal, a qual pode ser conceituada como uma construção multidimensional que abrange as representações internas da estrutura corporal e da aparência física, tanto em relação a nós mesmos quanto aos outros. Sua formação e desenvolvimento são influenciados por uma variedade de fatores internos e externos, que incluem processos perceptivos e afetivos, bem como interações entre o indivíduo e o ambiente ao seu redor. Esses elementos são moldados por ideias culturais e sociais predominantes (Thompson, Covert, & Stormer, 1999; Adami, Fernandes, Frainer, & Oliveira, 2005).

Dentro desse contexto, é crucial destacar o impacto sobre indivíduos com transtornos alimentares (TAs), que, de acordo com a versão revisada do *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais* (DSM-5-TR), são definidos como distúrbios persistentes na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação, que resultam em consumo ou absorção alterada de alimentos, comprometendo significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial (DSM-5-TR). Para essas pessoas, que muitas vezes já apresentam distorções na percepção da própria imagem corporal, o isolamento social e a solidão intensificaram fatores de risco. A ruptura de rotinas diárias, o fechamento de serviços de suporte presencial e a falta de interação social direta contribuíram para agravar sintomas de distúrbios alimentares, levando, em muitos

casos, a episódios de compulsão alimentar, restrição severa e comportamentos compensatórios exacerbados (Miskovic-Wheatley et al., 2022; Mannino et al., 2021).

Objetivo

Diante disso, esta revisão de escopo tem como objetivo investigar e sintetizar as evidências sobre os efeitos do isolamento causado pela pandemia de Covid-19 na imagem corporal dos indivíduos. A importância desse estudo reside na necessidade de compreender como o isolamento social afetou a percepção corporal e os comportamentos relacionados, proporcionando conclusões importantes para intervenções futuras e apoio às populações vulneráveis.

Método

A presente pesquisa configura-se em uma revisão de escopo, uma vez que visa explorar os principais conceitos relacionados ao tema em questão, investigar a dimensão, o alcance e a natureza do estudo, compilar e divulgar os dados, destacando, desse modo, as lacunas existentes na literatura (Arksey & O’Malley, 2005). Este estudo segue as cinco etapas padronizadas pelo *Joanna Briggs Institute (JBI) Reviewers Manual* (Aromataris & Munn, 2020), as quais são: (1) identificação da questão de pesquisa; (2) identificação dos estudos relevantes; (3) seleção dos estudos; (4) análise dos dados; e (5) agrupamento, síntese e apresentação dos dados.

O objetivo desta revisão é investigar e sintetizar as evidências sobre os efeitos do isolamento causado pela pandemia de COVID-19 na imagem corporal dos indivíduos. Ademais, também se utilizou a lista de verificação do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses for Scoping Reviews (PRISMA-ScR)* para orientar a construção da revisão (Tricco et al., 2018).

A pergunta de pesquisa utilizada para elaboração desta revisão foi: De que forma o isolamento social causado pela pandemia de COVID-19 afetou a imagem corporal das pessoas? Para conduzir a questão de pesquisa, utilizou-se o acrônimo PCC, o qual auxilia a identificação de tópicos-chave: População, Conceito e Contexto (Aromataris & Munn, 2020). Neste estudo, a população elencada foram Pessoas que apresentaram impactos na imagem corporal, o Conceito englobou o Isolamento Social e Imagem Corporal, e o Contexto relaciona-se a Pandemia do COVID-19. Os dados foram buscados nas seguintes bases de dados: PUBMED, LILACS, Periódicos CAPES, Web of Science e Scopus. O

operador de busca utilizado foi (Social Isolation) AND (COVID-19 Pandemic) AND (Body image). Todos os descritores foram verificados no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS).

Foram estabelecidos os seguintes critérios de Inclusão: Estudos publicados entre 2020 e 2024; Estudos que abordam os impactos do isolamento social na imagem corporal de indivíduos de qualquer faixa-etária; Artigos disponíveis na íntegra. Como critérios de exclusão, foram utilizados: Estudos que foram conduzidos antes de 2020, por não considerarem ou consideraram apenas o início do contexto pandêmico; Estudos indexados repetidamente; Artigos não disponíveis gratuitamente; Artigos que não considerem o isolamento social causado pela Pandemia do Covid- 19; Revisões da literatura.

Resultados

A busca inicial nas cinco bases de dados retornou 95 artigos. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, além da remoção de duplicatas, 54 artigos permaneceram. Para garantir a eliminação das duplicatas, a amostra de artigos foi exportada para o software Rayyan. Dos 54 artigos, 35 foram excluídos, 34 por não responderem à pergunta de pesquisa, e um por se tratar de um editorial, restando 19 artigos. Em seguida, após a leitura completa dos textos, 6 artigos foram eliminados: 1 por não atender aos objetivos da pesquisa e 5 por serem revisões da literatura. Ao final do processo, 13 estudos foram incluídos na amostra final.

Na base de dados PubMed, foram inicialmente identificados 20 estudos. Após a aplicação dos critérios de inclusão, 16 estudos foram selecionados para leitura dos títulos e resumos. Entretanto, foram identificadas doze duplicatas, as quais foram excluídas, restando quatro artigos. Além disso, três estudos foram excluídos nesta etapa por não atenderem aos objetivos da pesquisa, resultando em um estudo selecionado para leitura na íntegra, o qual foi incluído no estudo após essa etapa.

Na base LILACS, a busca identificou 4 estudos. Todos foram considerados para leitura dos títulos e resumos, mas, após essa análise, os quatro estudos foram excluídos: dois por não responderem ao objetivo da pesquisa e dois por serem duplicatas. Portanto, nenhum estudo foi incluído para leitura na íntegra.

Na base Periódico Capes, foram inicialmente identificados 7 estudos, dos quais 5 passaram pelos critérios de inclusão. Entretanto, foram identificadas duas duplicatas,

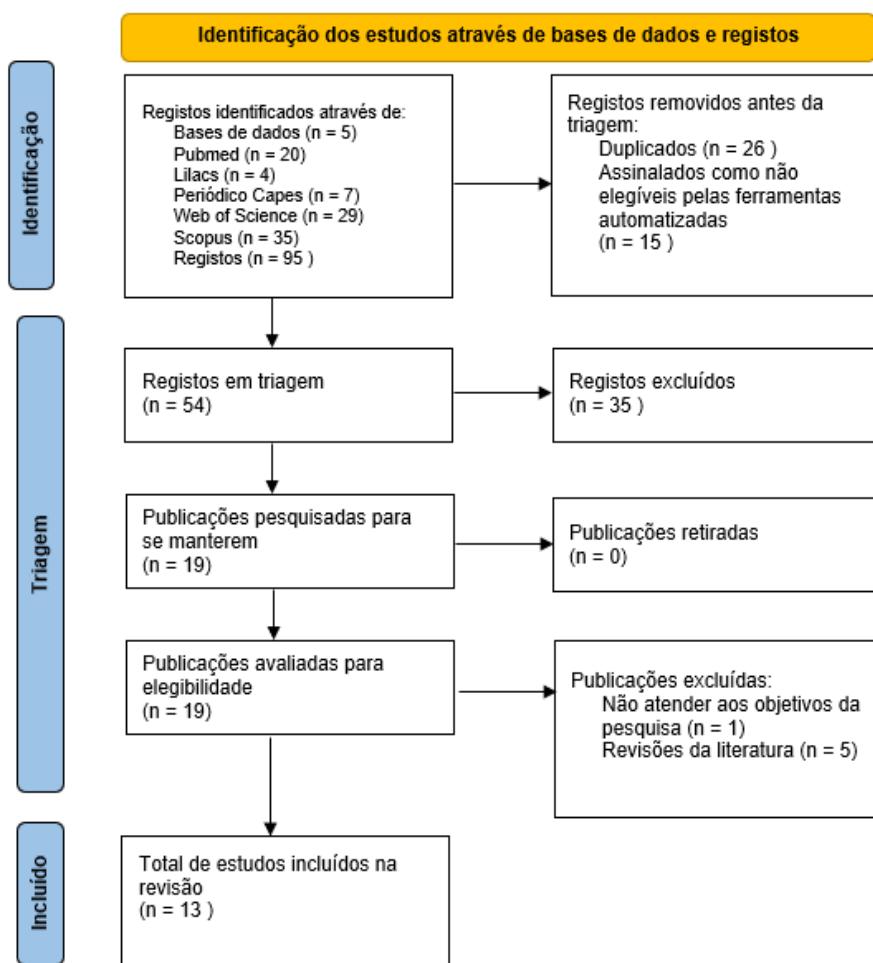
sendo estas excluídas, restando três artigos selecionados para leitura de títulos e resumos, com dois estudos excluídos por não atenderem aos objetivos da pesquisa. Dessa seleção, apenas um estudo foi selecionado para leitura na íntegra, e foi excluído por também não contemplar os objetivos da pesquisa. Dessa forma, nenhum estudo foi incluído.

Na base Web of Science, 29 estudos foram inicialmente identificados. Após a aplicação dos critérios de inclusão, 24 estudos foram selecionados para leitura dos títulos e resumos, entretanto nove tratava-se de duplicatas, sendo excluídas, restando 15 artigos. Dessa seleção, dez estudos foram excluídos por não responderem ao objetivo da pesquisa. Após a leitura na íntegra, um foi excluído por se tratar de uma revisão da literatura e quatro estudos foram incluídos.

Na base Scopus, foram identificados 35 estudos inicialmente. Após a aplicação dos critérios de inclusão, 31 estudos foram selecionados. Após leitura de título e resumo, 17 foram excluídos por não responderem a pergunta de pesquisa, um foi excluído por se tratar de uma duplicata e um por se tratar de um editorial. Restando, assim, 12 artigos, os quais foram selecionados para a leitura na íntegra, onde oito estudos foram incluídos e quatro foram excluídos, por se tratar de revisões da literatura. Restando 8 artigos.

Com isso, os estudos selecionados para inclusão final na revisão de escopo foram: PubMed (1), LILACS (0), CAPES (0), Web of Science (4) e SCOPUS (8), totalizando 13 estudos.

Figura 1.
Identificação dos estudos através de bases de dados e registros



Fonte: Traduzido por: Verónica Abreu*, Sónia Gonçalves-Lopes*, José Luís Sousa* e Verónica Oliveira / *ESS Jean Piaget - Vila Nova de Gaia - Portugal de: Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ 2021;372:n71. doi: 10.1136/bmj.n71

Tabela 1.
Síntese dos Resultados

Procedência	Título	Autor (ano)	País	Desenho de estudo	Amostra	Objetivo
Web of Science	#quarantine15: A content analysis of Instagram posts during COVID-19	Lucibelloa et al. (2021)	Canadá e Reino Unido	Análise de conteúdo	O estudo coletou e analisou 800 imagens do Instagram associadas à hashtag "#quarantine15".	Explorar o conteúdo relacionado à hashtag "quarantine15" no Instagram e examinar como esse conteúdo reflete o estigma de peso, bem como a imagem corporal positiva e negativa.

Web of Science	The impact of the COVID-19 pandemic and associated public health response on people with eating disorder symptomatology : an Australian study	Miskovic-Wheatley et al. (2022)	Austrália	Exploratório de corte transversal.	Foi realizado um questionário online entre julho e outubro de 2020 com 2.326 participantes. Desses, 1.723 participantes foram incluídos na análise.	Compreender como a pandemia de COVID-19 afetou indivíduos com sintomas de transtorno alimentar, identificando fatores de risco e aprimorando a compreensão clínica.
Web of Science	The impact of Facebook use on self-reported eating disorders during the COVID-19 lockdown	Mannino et al. (2021)	Itália	Estudo longitudinal	O estudo recrutou 120 participantes de uma comunidade online no Facebook focada em transtornos alimentares.	Examinar a associação entre o uso das mídias sociais e comportamentos alimentares desordenados durante duas fases distintas: o bloqueio inicial na Itália (T0) e o período subsequente, quando algumas restrições foram aliviadas (T1, após 2 meses).
Web of Science	Exercise Dependence and Anxiety in Cross-Trainers, Bodybuilders and Gym Exercisers During COVID19	SALVADOR, Rogério et al.	Portugal	Estudo Transversal Comparativo	A pesquisa foi realizada com 234 adultos, por meio de questionários online em fevereiro de 2021, durante o segundo confinamento por COVID-19.	Comparar homens e mulheres que praticam diferentes tipos de exercícios internos (cross training, musculação, e outras atividades de academia) durante o segundo confinamento por COVID-19 em Portugal.
Scopus	A Qualitative Exploration of Prominent Factors Contributing to the Aetiology of Child and Adolescent Eating Disorder Presentations during the COVID-19 Pandemic: The Perspectives of Patients, Parents and Clinicians	Finán Murray et al. (2024)	Suíça	Pesquisa qualitativa com desenho exploratório	Foram recrutados três grupos de participantes: 4 pacientes adolescentes com diagnóstico recente de transtorno alimentar (TA), 7 pais de crianças e adolescentes com TA, e 7 clínicos do serviço CAMHS especializado em transtornos alimentares.	Explorar os fatores proeminentes que contribuíram para o desenvolvimento de apresentações de transtornos alimentares em crianças e adolescentes durante a pandemia de COVID-19.
Scopus	Adolescents with eating disorders during the COVID-19 pandemic: Changes in social ties and	Granados, Cibeira e Paz (2024)	Argentina	Pesquisa qualitativa descritiva	Pesquisa qualitativa com adolescentes com transtornos alimentares (TAs), que estavam sendo tratados por uma equipe	Explorar as percepções dos adolescentes sobre as mudanças em seus laços sociais e as modalidades de atendimento para pacientes com transtornos alimentares (TAs).

	healthcare modalities				interdisciplinar em um hospital comunitário terciário.	
Scopus	An international cross-sectional investigation on social media, fitspiration content exposure, and related risks during the COVID-19 self-isolation period	Cataldo et al. (2022)	Itália, Lituânia, Portugal, Espanha, Reino Unido, Japão, Hungria e Singapura	Estudo observacional de corte transversal e internacional.	729 participantes de cinco países: Espanha, Lituânia, Reino Unido, Japão e Hungria, responderam a um questionário durante o pico das restrições da COVID-19 (abril e maio de 2020).	Analizar como as limitações impostas para prevenir a disseminação da COVID-19 influenciaram o uso de mídias sociais em termos de aparência física e como esses dois últimos aspectos, por sua vez, afetaram os padrões de exercício físico e consumo de IPEDs.
Scopus	Exploring changes in body image, eating and exercise during the COVID-19 lockdown: A UK survey	ROBERTS ON et al. (2021)	Reino Unido	Pesquisa de corte transversal.	264 participantes foram questionados sobre diagnósticos prévios de saúde mental e transtornos do desenvolvimento.	Explorar o impacto percebido do lockdown relacionado à COVID-19 no Reino Unido sobre a alimentação, o exercício e a imagem corporal das pessoas
Scopus	Consumo de bebidas açucaradas e imagem corporal de adolescentes na Pandemia de Covid-19	LOPES et al.(2021)	Brasil	Qual-quantitativo, transversal, observacional e comparativo	62 estudantes de 13 a 18 anos de Canaã-MG, durante o regime de estudo remoto entre agosto e dezembro de 2020.	Avaliar o consumo de bebidas açucaradas, antes e durante a pandemia do COVID-19, associado à imagem corporal e ao estado nutricional de adolescentes no interior de Minas Gerais.
Scopus	Being in a queer time: Exploring the influence of the COVID-19 pandemic on LGBTQ+ body image	Quathamer & Joy. (2022)	Canadá	Estudo qualitativo	70 participantes responderam à pesquisa d, desses, 8 foram recrutados para uma entrevista posterior.	Explorar o impacto que a pandemia da COVID-19 teve na imagem corporal dos canadenses LGBTQ+
Scopus	“I feel more protective over my body:” A brief report on pregnant women’s embodied experiences during the COVID-19 pandemic	Nolen et al. (2022)	Estados Unidos	Estudo exploratório	194 mulheres grávidas foram recrutadas para o estudo, 114 dos Estados Unidos e 76 do Reino Unido. Os dados foram recolhidos em agosto de 2021.	Desenvolver uma compreensão inicial das maneiras como as grávidas se relacionavam com seus corpos durante a pandemia da COVID-19.

Scopus	Effects of COVID-19 specific body positive and diet culture related social media content on body image and mood among young women	Parcell; Jeon; Rodgers. (2022)	Estados Unidos	Estudo experimental	387 mulheres foram recrutadas para participar de uma pesquisa online sobre mídias sociais e covid-19 entre junho de 2020 e julho de 2021.	Examinar os efeitos do conteúdo de mídia social relacionado ao corpo e à cultura da dieta e do corpo positivo da COVID-19 na imagem corporal e no humor de mulheres jovens
Pubmed	Adaptación de la imagen corporal en personal de salud durante la COVID-19	García-Reyes et al. (2022)	México	Estudo descritivo longitudinal retrospectivo	O estudo consistiu na compilação e análise de testes de desenhos da figura humana realizados por profissionais da saúde durante a pandemia da covid-19. Foram totalizados 147 desenhos do contexto anterior a pandemia e 147 do contexto da pandemia.	Descrever as características do desenho da figura humana como ferramenta projetiva da imagem corporal no pessoal de saúde durante a contingência da pandemia COVID-19.

Fonte: Autoria própria.

Discussão

Conteúdos de Mídia Social e Imagem Corporal

A imagem corporal é definida como a percepção, os pensamentos e as emoções de um indivíduo em relação ao próprio corpo. Ela engloba a representação da própria imagem, incluindo o reflexo no espelho, e considera os construtos sociais, que são influenciados pela cultura e pelas normas de uma sociedade. Esta concepção é formada com base em ideais corporais, amplamente veiculados pela mídia, pela família e pelos pares. Com base nisso, diversas evidências apoiam a hipótese de que a mídia pode provocar distúrbios na imagem corporal. O uso de redes sociais tem sido particularmente associado a uma maior insatisfação corporal e ao surgimento de sintomas de transtornos alimentares (Jiotsa et al., 2021).

Estudo de Lucibello et al. (2021) analisou 800 imagens distintas coletadas do Instagram relacionadas ao *quarantine15*, uma expressão que surgiu durante a pandemia de COVID-19 para descrever o ganho de peso que algumas pessoas experimentaram durante os períodos de isolamento social e quarentena. O número "15" faz referência a 15 libras, que equivalem aproximadamente a 6,8 kg, sugerindo um aumento médio de peso

que se especulou ser comum entre aqueles que estavam em casa e menos ativos fisicamente. No estudo, encontrou-se um foco predominante na aparência corporal, com muitas imagens mostrando roupas reveladoras. A análise revelou que 14,5% das postagens expressaram emoções negativas relacionadas à imagem corporal, incluindo vergonha (61,9%), culpa (49,5%) e insatisfação com o corpo (17,5%). Em contraste, apenas 4,2% das postagens demonstraram apreciação do corpo e 8,7% mostraram um investimento adaptativo no cuidado corporal (Lucibello et al., 2021).

No entanto, nem todo impacto das mídias sociais é negativo. O estudo de Parcell, Jeon e Rodgers (2023), incluído na amostra da presente revisão, recrutou 387 mulheres para participar de uma pesquisa online sobre mídias sociais e COVID-19 entre junho de 2020 e julho de 2021. As participantes foram alocadas aleatoriamente para uma das três condições experimentais e visualizaram um dos três estímulos – corpo positivo, cultura alimentar e viagem –, através de imagens representativas acompanhadas de perguntas sobre o quanto a imagem é similar ao que tem sido visto ultimamente nas redes sociais.

Após a exposição aos estímulos, os participantes responderam a algumas escalas. Tal estudo examinou o efeito de diferentes tipos de conteúdo nas mídias sociais e encontrou que imagens positivas relacionadas ao corpo aumentaram a satisfação com a própria imagem e melhoraram o humor dos participantes. Em contraste, as imagens associadas à cultura da dieta não promoveram mudanças positivas na imagem corporal nem contribuíram para a melhoria do humor. Esses achados sugerem que, apesar das influências prejudiciais predominantes, existe potencial para conteúdos digitais que promovam uma imagem corporal positiva e benéfica, ressaltando a importância de uma exposição equilibrada e crítica a conteúdos digitais (Parcell, Jeon, & Rodgers, 2023).

Autocompaixão

Pesquisas têm explorado amplamente o impacto da autocompaixão na saúde mental e física dos indivíduos. Kristin Neff (2003), uma das pioneiras no estudo deste conceito, define autocompaixão como um conjunto de ações orientadas pela sensibilidade ao sofrimento pessoal, envolvendo um cuidado profundo que o indivíduo tem consigo mesmo. Essa abordagem é caracterizada por um zelo ativo e empático em relação às experiências pessoais, incluindo aquelas consideradas negativas, como limitações e

falhas. A autocompaixão implica reconhecer que a imperfeição faz parte da condição humana e que todos estão sujeitos a cometer erros (Neff, 2003).

No contexto das mídias sociais, a autocompaixão pode desempenhar um papel crucial na regulação da ansiedade relacionada à imagem corporal. Entre os estudos analisados, Cataldo et al. (2022) investigaram como o aumento do tempo gasto online durante a pandemia, combinado com a exposição a conteúdos que promovem corpos idealizados, afetou a saúde mental, especialmente entre mulheres. O trabalho contou com 729 participantes e revelou que essa exposição estava associada a um aumento na ansiedade sobre a aparência e uma diminuição da autocompaixão.

A pesquisa utilizou o *Inventário de Vício em Exercícios (EAI)*, o *Inventário de Ansiedade por Aparência (AAI)* e a *Escala de Auto-Compaixão (SCS)*, e demonstrou um aumento significativo no tempo online em todos os países participantes, destacando a influência negativa que os conteúdos sobre corpos idealizados têm na saúde mental dos usuários. O estudo sugere que a exposição intensificada a tais imagens pode reduzir a autocompaixão e amplificar a ansiedade em relação à aparência, reforçando a importância de desenvolver estratégias de autocompaixão como um mecanismo de proteção contra esses impactos negativos (Cataldo et al., 2022).

Além disso, Cataldo et al. (2022) investigaram o fenômeno do *fitspiration*, amplamente disseminado nas redes sociais durante a pandemia de COVID-19, e suas implicações comportamentais e emocionais, como exercício compulsivo, consumo de IPEDs (drogas para melhorar a imagem e o desempenho, como esteroides e hormônios), ansiedade relacionada à aparência e autocompaixão. Houve um aumento significativo no tempo gasto online, o que exacerbou a ansiedade corporal e o uso de IPEDs, especialmente entre mulheres mais jovens.

No entanto, o estudo mostrou que a autocompaixão, que tende a aumentar com a idade, pode atuar como fator protetor contra esses efeitos negativos. A pesquisa contou com 729 participantes e examinou como o aumento do tempo online e a exposição a corpos idealizados durante a pandemia impactaram a saúde mental, especialmente em mulheres. Utilizando o *Inventário de Vício em Exercícios (EAI)*, o *Inventário de Ansiedade por Aparência (AAI)* e a *Escala de Auto-Compaixão (SCS)*, o estudo demonstrou que essa exposição aumentou a ansiedade relacionada à aparência e diminuiu a autocompaixão.

Os achados sugerem que o conteúdo de *fitspiration* tem um impacto maior na ansiedade relacionada à aparência do que no exercício físico excessivo e que promover a autocompaixão pode ser uma estratégia benéfica em tempos de crise (Cataldo et al., 2022).

Efeitos em Grupos Específicos

População LGBTQ+

Sabe-se que a imagem corporal está conectada com transtornos alimentares. Estudos baseados na comunidade LGBTQ+ indicam que homens homossexuais podem ser mais vulneráveis a distúrbios alimentares, apresentando maior insatisfação corporal e sintomas aumentados de bulimia e anorexia em comparação com homens heterossexuais (Russell & Keel, 2002; McClain & Peebles, 2016).

Nesse sentido, incluso na amostra, Quathamer e Joy (2022) investigaram os impactos da pandemia de COVID-19 na comunidade LGBTQ+ canadense, destacando como a pressão para "melhorar o corpo" e a prática de comparações afetaram negativamente muitos indivíduos. O estudo utilizou metodologias pós-estruturalistas e queer.

A coleta de dados foi realizada online durante a segunda onda da COVID-19, em 2020, com recrutamento de participantes por meio de organizações comunitárias LGBTQ+ e anúncios nas redes sociais (*Facebook, Instagram e Twitter*).

Durante esse período, as mensagens relacionadas à transformação corporal se tornaram mais frequentes, exacerbando sentimentos de insatisfação corporal e desconforto. No entanto, o estudo também encontrou casos de resistência a essas pressões, onde alguns participantes buscaram apoio social e psicológico de amigos e profissionais de saúde para enfrentar esses desafios (Quathamer & Joy, 2022).

Profissionais de Saúde

O estudo de García-Reyes et al. (2022), incluído nesta revisão, descreve as características do uso do desenho da figura humana como ferramenta projetiva da imagem corporal em profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19. O estudo envolveu a compilação e análise de testes de desenhos da figura humana realizados por profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19.

Os resultados revelaram um aumento significativo na frequência de distorções e omissões nos desenhos feitos durante o contexto pandêmico, especialmente nas regiões dos braços e mãos. Essas distorções podem refletir uma falta de confiança no contato social, já que as mãos simbolizam a principal ferramenta de interação com o mundo externo e com outras pessoas (García-Reyes et al., 2022).

De maneira semelhante, em um estudo externo à amostra desta revisão, Moser et al. (2021) destacam que os profissionais de saúde enfrentaram sérios desafios emocionais durante a pandemia, incluindo altos níveis de burnout e depressão, especialmente entre aqueles diretamente expostos ao atendimento de pacientes com COVID-19. A proximidade física e emocional desses profissionais com os pacientes pode ter contribuído para o aumento da vulnerabilidade psíquica, o que também se reflete nos resultados observados nos desenhos projetivos de García-Reyes et al. (2022) (Moser et al., 2021).

Adolescência

No que se refere à adolescência, trata-se de um período do desenvolvimento marcado por mudanças hormonais, fisiológicas e psicoafetivas, bem como por uma série de descobertas interpessoais. Essas mudanças também implicam em uma transformação na imagem corporal desses indivíduos. Além disso, as mídias sociais desempenham um papel crucial como meio de comunicação e fonte de "informação", e sua influência sobre a insatisfação corporal dos adolescentes é notável (Lira et al., 2017).

Nesse sentido, incluso na amostra, o estudo de Granados, Cibeira e Paz (2024) destaca que, apesar dos aspectos negativos das redes sociais, como a promoção potencial de comportamentos não saudáveis, esses ambientes virtuais também ofereceram um espaço significativo para o compartilhamento de histórias sobre transtornos alimentares entre adolescentes durante a pandemia. Com 15 participantes (de um total de 25 adolescentes elegíveis, dos quais 60% aceitaram participar), o estudo revelou que essa troca proporcionou uma plataforma de apoio e compreensão entre colegas que enfrentavam desafios semelhantes, o que foi particularmente valioso durante o isolamento social.

A maioria dos participantes era do sexo feminino (93%) e possuía uma idade mediana de 18 anos, com o diagnóstico mais comum sendo anorexia nervosa. Todos eram

estudantes com acesso a planos de saúde que permitiam atendimento hospitalar (Granados, Cibeira, & Paz, 2024). Durante a pandemia, aspectos positivos percebidos incluíram a melhora nos hábitos alimentares (66%) e o apoio dos colegas (66%), que emergiu como um fator crucial para o bem-estar emocional. Em contrapartida, os aspectos negativos foram o desconforto com a vida familiar (80%) e a insatisfação com o conteúdo das redes sociais sobre imagem corporal e dietas (73%).

A principal mudança no tratamento, em comparação ao período pré-pandemia, foi a adoção de acompanhamento online pela equipe de saúde mental, evidenciando adaptações necessárias no contexto pandêmico para manter o suporte aos adolescentes (Granados, Cibeira, & Paz, 2024).

Nesse sentido, o estudo de Finán, Murray et al. (2024), incluso na presente revisão, realizou uma coleta de dados entre março e abril de 2022, de maneira online, com pacientes, pais e profissionais de saúde de um serviço especializado em transtornos alimentares (TA) para jovens na Irlanda, abrangendo uma população de 260.560 adolescentes. Os participantes incluíram quatro pacientes com diagnóstico de anorexia nervosa, sete pais e sete clínicos especializados em transtornos alimentares, que compartilharam suas experiências sobre o impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental e imagem corporal dos adolescentes (Murray et al., 2024).

Os dados revelaram que o lockdown contribuiu significativamente para o aumento dos casos e da gravidade dos transtornos alimentares entre os jovens, intensificando o foco na imagem corporal, dieta e exercício físico. A interrupção da rotina, o fechamento das escolas, o aumento do tempo nas redes sociais e o isolamento social foram mencionados como fatores que impulsionaram a busca por controle sobre o corpo em resposta à ansiedade e incerteza.

O ambiente doméstico tornou-se uma fonte de estresse, e a falta de interação presencial aumentou a dependência das mídias sociais, onde os jovens eram expostos a padrões corporais irreais, o que gerou maior insegurança e comparação constante (Murray et al., 2024).

O uso intensivo de redes sociais, plataformas que conectam pessoas, como Instagram, TikTok e Facebook, onde os usuários interagem, compartilham conteúdos e constroem uma identidade online, contribuiu para uma percepção distorcida da imagem corporal. Os adolescentes relataram sentir pressão para manter uma "imagem ideal"

online, o que resultou em uma autocrítica intensa antes de compartilhar fotos. Além disso, o aumento do foco em dieta e exercício foi exacerbado pela falta de estrutura e tédio durante o isolamento, o que contribuiu para a etiologia dos transtornos alimentares nesse grupo. Dessa forma, a pressão para se apresentar de maneira idealizada nas redes sociais também exacerbou a insegurança sobre a imagem corporal (Murray et al., 2024).

Efeitos do isolamento na imagem corporal durante a gravidez

Outro período crítico para a imagem corporal é durante a gravidez. As profundas mudanças corporais durante o período gestacional e o afastamento do padrão corporal idealizado ressaltam a importância da avaliação da imagem corporal em gestantes ao longo dos períodos gestacionais (Meireles et al., 2016).

Investigações externas à amostra incluída nesta revisão, como o estudo de Nash (2012), revelam que, para algumas gestantes australianas, o ganho de peso durante a gravidez era motivo de grande apreensão, enquanto outras experimentaram uma sensação de liberação ao poder “aceitar” seu corpo de maneira mais plena pela primeira vez em suas vidas (Nash, 2012).

Alinhado a isso, no estudo de Nolen et al. (2022), incluído na amostra, foram recrutadas 194 mulheres grávidas, sendo 114 dos Estados Unidos e 76 do Reino Unido, com a coleta de dados realizada em agosto de 2021. As participantes responderam a uma pesquisa online e foram incentivadas a descrever suas experiências com o máximo de detalhes possível.

Os resultados revelaram diferentes vivências em relação à imagem corporal e saúde durante a pandemia. Muitas participantes relataram que não houve mudança significativa na forma como se relacionavam com o corpo. No entanto, outras indicaram um aumento das preocupações com peso e aparência devido ao isolamento social, já que o acesso constante ao espelho aumentou as oportunidades de autojulgamento. Algumas expressaram medo do julgamento alheio em relação ao corpo, especialmente quando o período de quarentena chegasse ao fim.

Algumas mulheres também manifestaram preocupações com a saúde, mencionando escolhas alimentares menos saudáveis e o autocriticismo em relação a essas escolhas. Em contrapartida, algumas participantes expressaram gratidão pelo isolamento, pois sentiram menos pressão externa e mais liberdade para focar em como se sentiam

internamente, aproveitando esse período de menor exposição para se sentirem mais livres e menos julgadas.

Além disso, várias participantes relataram um apreço renovado pelo corpo, valorizando a saúde e a capacidade de gerar um filho. Contudo, surgiram preocupações quanto aos cuidados de saúde recebidos durante a pandemia. Muitas participantes mencionaram os protocolos de COVID-19, a ausência de seus parceiros no parto, consultas solitárias e o receio de contrair COVID-19, além de dúvidas sobre a segurança e eficácia das vacinas. Para enfrentar esses desafios, adotaram estratégias de segurança, como distanciamento social e a escolha de ambientes seguros.

Por fim, enquanto algumas participantes relataram uma piora em sua percepção da imagem corporal, outras usaram o isolamento como uma oportunidade de reconexão com seus corpos (Nolen et al., 2022).

Mulheres

Como abordado anteriormente, a imagem corporal reflete as representações que circulam na comunidade e se formam a partir das interações sociais. Em qualquer grupo social, existe uma imagem coletiva do corpo que provoca sentimentos de identificação ou rejeição. As mulheres, em particular, são frequentemente mais afetadas pelos padrões de beleza socialmente impostos (Russo, 2005).

Dos artigos selecionados, Lopes et al. (2021), em um estudo com 62 estudantes do ensino médio de Canaã-MG, analisaram aspectos da imagem corporal, com os alunos selecionando silhuetas que representavam sua aparência real antes e durante a pandemia, além da imagem corporal idealizada. O estudo revelou que o isolamento social intensificou insatisfações com o corpo, evidenciando padrões de subestimação e superestimação da imagem corporal.

Essa análise foi complementada por medições antropométricas, como IMC e percentual de gordura, que ajudaram a compreender as percepções corporais dos participantes e os impactos do contexto pandêmico sobre a imagem corporal. Dessa forma, observou-se uma percepção aumentada da imagem corporal durante a pandemia, com um aumento significativo na subestimação da imagem corporal entre garotas adolescentes, destacando a necessidade de monitoramento e tratamento de distúrbios da imagem corporal (Lopes, Silva, & Silva, 2021).

Alinhado a isso, também selecionado na amostra, o estudo de Salvador et al. (2022), com 234 adultos recrutados online, revelou que o segundo confinamento em Portugal levou a um aumento significativo na dependência do exercício físico (*Exercise Dependence – ED*), especialmente entre mulheres, que mostraram uma maior tendência à prática compulsiva de atividades físicas em comparação aos homens.

A dependência de exercício, caracterizada por uma prática excessiva e incontrolável, muitas vezes associada a transtornos alimentares e insatisfação corporal, pode sacrificar outras áreas da vida, como relacionamentos e atividades sociais. Os participantes foram divididos em três grupos: praticantes de ginásio, *cross training* e musculação. Os resultados indicaram que os praticantes de *cross training* tinham uma prevalência maior de sintomas de ED em comparação aos praticantes de ginásio, mas menor que a dos praticantes de musculação.

Embora os homens tivessem uma prevalência mais alta de sintomas de ED, as mulheres apresentaram níveis mais elevados de dependência em todos os grupos (Salvador, Gomes, Pereira, & Moreira, 2022).

Em relação à ansiedade, embora não houvesse diferenças significativas entre os grupos, foi observado um efeito de gênero, com mulheres apresentando níveis mais altos em comparação aos homens. Esse comportamento aditivo, frequentemente associado a transtornos alimentares e insatisfação com a imagem corporal, foi exacerbado pelo confinamento (Salvador et al., 2022).

Ademais, o estudo de Robertson et al. (2021), incluído nesta revisão, examinou o impacto do *lockdown* na imagem corporal e nos comportamentos alimentares, especialmente entre mulheres e jovens com menos de 30 anos, que foram os grupos mais afetados pelas mudanças.

A pesquisa, realizada com 264 adultos do Reino Unido recrutados online entre maio e junho de 2020, investigou mudanças percebidas desde o início do *lockdown*, como dificuldades em controlar a alimentação, aumento da preocupação com o corpo e aumento de práticas e pensamentos relacionados ao exercício físico.

Os participantes, convidados por meio de redes sociais e anúncios no Facebook, responderam a questionários sobre diagnóstico de saúde mental, incluindo transtornos alimentares e outras condições psicológicas. Como as atitudes e comportamentos dos participantes antes do *lockdown* eram desconhecidos, o estudo desenvolveu uma medida

específica para captar essas mudanças, baseada em afirmações sobre dificuldades em regular a alimentação, aumento da preocupação com a comida, maior frequência de exercícios e foco na aparência, avaliadas em uma escala Likert de 5 pontos.

No geral, mais da metade dos participantes relatou dificuldade em controlar a alimentação, 60% relataram maior preocupação com a comida, metade afirmou ter aumentado a frequência de exercícios e dois terços indicaram pensar mais sobre o exercício. Aproximadamente 50% relataram maior preocupação com a aparência (Robertson et al., 2021).

As mulheres foram as mais propensas a relatar mudanças percebidas em relação ao controle da alimentação, preocupação com a aparência e aumento das atividades físicas. A idade também influenciou esses resultados, com jovens abaixo de 30 anos apresentando um foco maior em exercícios e preocupação com a imagem corporal durante o *lockdown*. No entanto, as mudanças em relação à alimentação não variaram de acordo com a idade (Robertson et al., 2021).

Efeitos em indivíduos com histórico de Transtornos Alimentares (TAs)

No que se refere aos impactos resultantes do isolamento social imposto pela pandemia de COVID-19, diagnósticos prévios de transtornos mentais ou do desenvolvimento foram associados a aumentos nas dificuldades percebidas em todos os domínios. Especificamente, indivíduos com histórico de transtornos alimentares relataram maiores dificuldades em controlar a alimentação, maior preocupação com comida, mais pensamentos e comportamentos voltados ao exercício e aumento da preocupação com a aparência, comparados àqueles sem histórico de problemas de saúde mental.

Em todos os aspectos, exceto na regulação da alimentação, aqueles com transtornos alimentares também apresentaram aumentos significativos em comparação com aqueles que tinham outras condições de saúde mental ou transtornos do desenvolvimento (Robertson et al., 2021).

Corroborando com estes achados, o estudo de Miskovic-Wheatley et al. (2022) sugere que o aumento do estresse e a falta de suporte presencial durante a pandemia contribuíram para o agravamento de comportamentos alimentares desordenados, como compulsão alimentar e restrição severa.

Em um estudo com 1.723 participantes, 39% relataram um diagnóstico atual de transtorno alimentar (*Eating Disorder – ED*), 20,1% tinham um diagnóstico anterior, e 40,5% se identificaram com sintomas sem diagnóstico formal. Anorexia nervosa foi o transtorno mais prevalente (42,3%).

Os participantes foram questionados sobre a mudança nos sintomas de transtornos alimentares durante a pandemia, e foi relatado um aumento na maioria dos sintomas, como preocupação com a imagem corporal (88%), restrição alimentar (74,1%), comer compulsivo (66,2%), exercício excessivo (48,6%) e vômitos autoinduzidos (25,4%). Entre aqueles que já apresentavam esses sintomas antes da pandemia, 90,5% relataram aumento na preocupação com a imagem corporal, 82,1% na restrição alimentar e 89,2% no comer compulsivo (Miskovic-Wheatley et al., 2022).

Além disso, altos níveis de depressão, ansiedade e estresse estiveram significativamente associados ao aumento de diversos sintomas de transtornos alimentares, sugerindo que outras condições de saúde mental podem intensificar esses sintomas, especialmente em contextos de estresse como a pandemia. Esses achados ressaltam a necessidade urgente de monitoramento e intervenções específicas para indivíduos vulneráveis em períodos de crise (Miskovic-Wheatley et al., 2022).

Corroborando com estes achados, o estudo de Mannino et al. (2021) reuniu 120 participantes e investigou o impacto do uso disfuncional do Facebook durante a pandemia de COVID-19 em indivíduos com comportamentos alimentares disfuncionais, revelando uma relação significativa entre o tempo diário gasto na plataforma e o aumento das preocupações com a imagem corporal e o peso.

Em seguida, abordou mudanças nas condições de vida causadas pela pandemia, como a possibilidade de sair de casa, a companhia durante a quarentena, contato com pessoas positivas para COVID-19 e a percepção do risco de contágio, avaliadas em uma escala de 0 a 10. A intensidade do medo da COVID-19 foi medida pela *Fear of Covid-19 Scale* (FC-19S).

Embora o uso passivo do Facebook, focado em comparações sociais, tenha sido associado a maiores preocupações alimentares, o estudo não confirmou que esse comportamento mediava diretamente a relação entre o tempo na rede social e as cognições alimentares disfuncionais. Durante o isolamento, indivíduos com transtornos alimentares podem ter adotado um uso mais ativo da plataforma, o que pode explicar a

ausência da mediação observada. Esses achados sugerem que o confinamento intensificou os comportamentos alimentares problemáticos, e o uso inadequado do Facebook desempenhou um papel negativo, contribuindo para a piora dos sintomas de transtornos alimentares em indivíduos vulneráveis durante a pandemia (Mannino et al., 2021).

Considerações Finais

A presente revisão de escopo revelou que o isolamento social causado pela pandemia de COVID-19 teve um impacto significativo na percepção da imagem corporal entre diversos grupos populacionais. Os resultados indicam que o aumento do tempo nas mídias sociais sociais e a redução das interações sociais face a face exacerbaram as preocupações com a imagem corporal, especialmente entre adolescentes, mulheres, gestantes, e a comunidade LGBTQ+. As mídias sociais, em particular, desempenharam um papel crucial ao promover tanto conteúdos que reforçam padrões corporais idealizados quanto materiais que promovem aceitação e autocompaixão.

Os estudos analisados sugerem que, enquanto algumas pessoas conseguiram desenvolver uma relação mais positiva com seu corpo durante o isolamento, muitas outras enfrentaram desafios significativos, incluindo o agravamento de transtornos alimentares e insatisfação corporal. Os efeitos variaram dependendo do contexto pessoal e social, incluindo fatores como idade, gênero, orientação sexual, e condições pré-existentes de saúde mental.

Além disso, o presente estudo destacou o potencial papel protetor da autocompaixão na regulação das emoções negativas relacionadas à imagem corporal, especialmente em contextos de alta exposição a imagens de corpos idealizados nas mídias sociais. As descobertas sublinham a necessidade de intervenções que promovam uma imagem corporal saudável e realista e enfatizam a importância de estratégias de autocompaixão para mitigar os impactos negativos associados ao uso excessivo das mídias sociais.

Infere-se, portanto, que a pandemia de COVID-19 amplificou muitos dos desafios existentes em relação à imagem corporal, mas também revelou oportunidades para a promoção de uma autoimagem mais saudável. Futuras pesquisas devem continuar a explorar os mecanismos de resiliência e vulnerabilidade que influenciam a percepção da

imagem corporal em tempos de crise, com especial atenção aos diferentes contextos culturais e demográficos.

As possíveis limitações desta revisão de escopo incluem a restrição dos artigos selecionados a determinados bancos de dados, o que pode ter levado à exclusão de estudos relevantes publicados em outras fontes. A exigência de que os artigos estivessem disponíveis na íntegra e gratuitamente também limitou o acesso a estudos potencialmente importantes, restringindo a amostra a publicações acessíveis sem custo. Além disso, a exclusão de revisões de literatura, apesar de garantir o foco em dados originais, pode ter impedido a incorporação de perspectivas mais abrangentes sobre o tema. A seleção de estudos que abordam especificamente o isolamento social causado pela pandemia de COVID-19, embora relevante, pode ter deixado de lado contextos e variáveis que influenciam a imagem corporal fora desse período específico.

Essas limitações devem ser levadas em consideração ao interpretar os achados da revisão e destacam a necessidade de futuras pesquisas que ampliem esses critérios e ofereçam uma visão mais abrangente sobre os fatores que afetam a imagem corporal em diferentes contextos.

Referências

- Adami, F., Fernandes, T., Frainer, D., & Oliveira, F. (2005). Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na educação física. *Revista Digital – Lecturas*, (83).
- Aromataris, E., & Munn, Z. (Eds.). (2020). *JBI Manual for Evidence Synthesis*. JBI. Disponível em <https://synthesismanual.jbi.global>.
<https://doi.org/10.46658/JBIMES-24-01>
- Arksey, H., & O’Malley, L. (2005). Scoping studies: Towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19-32.
<https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>
- Cataldo, I., Rinaldi, L., Frank, G., Rosato, E., & Boccia, M. (2022). An international cross-sectional investigation on social media, fitspiration content exposure, and related risks during the COVID-19 self-isolation period. *Journal of Psychiatric Research*, 148, 34-44.
- DSM-5-TR. (2023). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais* (5^a ed.). Porto Alegre: Artmed.
- García-Reyes, G., Cibeira, C., Paz, P., et al. (2022). Adaptación de la imagen corporal en personal de salud durante la COVID-19. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 60(2), 171.
- Granados, D., Cibeira, A., & Paz, M. (2024). Adolescents with eating disorders during the COVID-19 pandemic: Changes in social ties and healthcare modalities. *Archivos Argentinos de Pediatría*.

- Jiotsa, B., Naccache, B., Duval, M., Rocher, B., & Grall-Bronnec, M. (2021). Social media use and body image disorders: Association between frequency of comparing one's own physical appearance to that of people being followed on social media and body dissatisfaction and drive for thinness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), 2880. <https://doi.org/10.3390/ijerph18062880>
- Lira, A. G., Silva, E. S., Pereira, N., et al. (2017). Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 66, 164-171.
- Lopes, S. C., Silva, A. C. O., & Silva, G. F. (2021). Consumo de bebidas açucaradas e imagem corporal de adolescentes na Pandemia de Covid-19. *O Mundo da Saúde*, 45, 400-412.
- Lucibello, K. M., Forte, M., Petti, C. R., Lawrence, S., Azar, K. M. J., & Aschbacher, K. (2021). #quarantine15: A content analysis of Instagram posts during COVID-19. *Body Image*, 38, 148-156.
- Mannino, G., Casuccio, A., Lanza, G., Musso, D., Perra, A., & Spataro, P. (2021). The impact of Facebook use on self-reported eating disorders during the COVID-19 lockdown. *BMC Psychiatry*, 21, 1-13.
- McClain, Z., & Peebles, R. (2016). Body image and eating disorders among lesbian, gay, bisexual, and transgender youth. *Pediatric Clinics of North America*, 63(6), 1079-1090.
- Meireles, J. F. F., Gomes, R. P., Lima, J. R. S., et al. (2016). Imagem corporal de gestantes: um estudo longitudinal. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(3), 223-230.
- Miskovic-Wheatley, J., Koreshe, E., Jefferies, C., Kim, M., Maguire, S., Lockwood, R., et al. (2022). The impact of the COVID-19 pandemic and associated public health response on people with eating disorder symptomatology: An Australian study. *Journal of Eating Disorders*, 10(1), 9.
- Moser, C. M., Monteiro, G. C., Narvaez, J. C. M., Ornell, F., Calegaro, V. C., & Bassols, A. M. S. (2021). Saúde mental dos profissionais da saúde na pandemia do coronavírus (Covid-19). *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 23(1), 107-125.
- Murray, F., Beatty, M., Connolly, D., Fitzpatrick, P., Joyce, M., & Purcell, A. (2024). A qualitative exploration of prominent factors contributing to the aetiology of child and adolescent eating disorder presentations during the COVID-19 pandemic: The perspectives of patients, parents and clinicians. *Journal of Clinical Medicine*, 13(2), 615.
- Nash, M. (2012). Weighty matters: Negotiating 'fatness' and 'in-betweenness' in early pregnancy. *Feminism & Psychology*, 22(3), 307-323.
- Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Nolen, E., Cramer, R. J., Miller, H., & Gaither, S. (2022). "I feel more protective over my body:" A brief report on pregnant women's embodied experiences during the COVID-19 pandemic. *Body Image*, 42, 197-204.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

- Parcell, L., Jeon, S., & Rodgers, R. F. (2023). Effects of COVID-19 specific body positive and diet culture related social media content on body image and mood among young women. *Body Image*, 44, 1-8.
- Quathamer, N., & Joy, P. (2022). Being in a queer time: Exploring the influence of the COVID-19 pandemic on LGBTQ+ body image. *Nutrition & Dietetics*, 79(3), 400-410.
- Robertson, M., Duffy, F., Newman, E., Bravo, C. P., Moudy, A., & Keeler, J. (2021). Exploring changes in body image, eating and exercise during the COVID-19 lockdown: A UK survey. *Appetite*, 159, 105062.
- Russo, R. (2005). Imagem corporal: construção através da cultura do belo. *Movimento & Percepção*, 5(6), 80-90.
- Salvador, R., Gomes, A. R., Pereira, A., & Moreira, M. (2022). Exercise dependence and anxiety in cross-trainers, bodybuilders, and gym exercisers during COVID-19. *Perceptual and Motor Skills*, 129(4), 1210-1225.
- Thompson, J. K., Covert, M. D., & Stormer, S. (1999). Body image, social comparison, and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation. *International Journal of Eating Disorders*, 26, 43-51.
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., & Levac, D. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): Checklist and explanation. *Annals of Internal Medicine*, 169(7), 467-473.