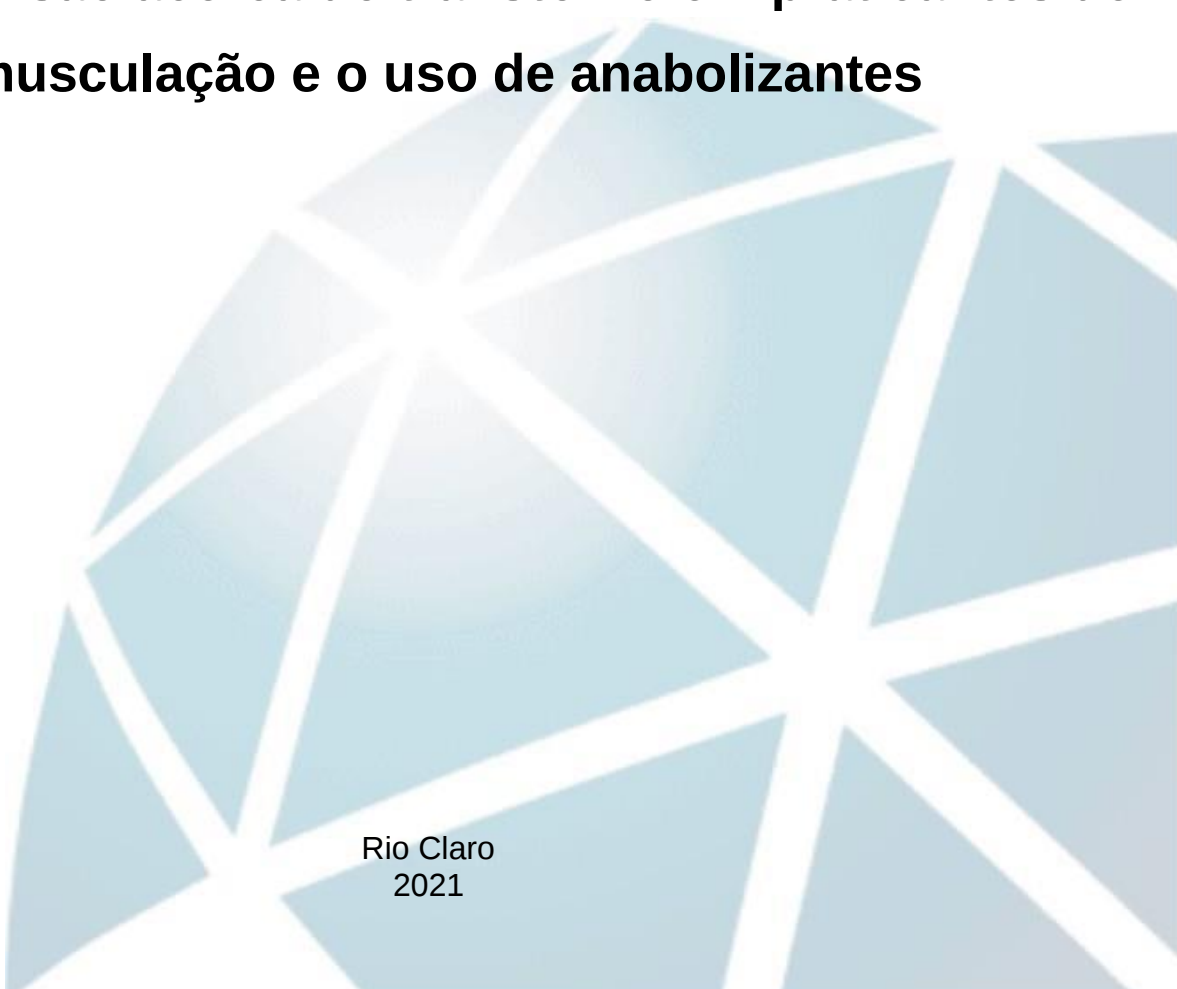

EDUCAÇÃO FÍSICA

LUCAS MORENO DINIZ

VIGOREXIA:

**Uma revisão acerca do transtorno em praticantes de
musculação e o uso de anabolizantes**



Rio Claro
2021

LUCAS MORENO DINIZ

Vigorexia:
Uma revisão acerca do transtorno em praticantes
de musculação e o uso de anabolizantes

Orientador: Afonso Antonio Machado

Coorientador: Joacks de Paula Lemos Filho

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” - Câmpus de Rio Claro, para obtenção do grau de Bacharel em 2021 em Educação Física.

Rio Claro
2021

D585v Diniz, Lucas Moreno
Vigorexia : uma revisão acerca do transtorno em praticantes de musculação e o uso de anabolizantes / Lucas Moreno Diniz.
-- Rio Claro, 2021
20 f.

Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista (Unesp), Instituto de Biociências, Rio Claro
Orientador: Afonso Antonio Machado
Coorientador: Joacks de Paula Lemos Filho

1. Padrão de beleza. 2. Anabolizantes. 3. Vigorexia. I. Título.

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp. Biblioteca do Instituto de Biociências, Rio Claro. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.

RESUMO

A ideia de corpo “perfeito” que a mídia acaba rotulando para a sociedade é algo que afeta a maioria da população, principalmente a população jovem. Tal ideia acaba nos colocando em uma situação de consumidor, onde acabamos procurando meios para podermos nos enquadrar com o resto da população. O uso de anabolizantes na população jovem vem crescendo cada vez mais devido este padrão que foi imposto pela mídia, eles procuram meios mais rápidos ignorando a saúde e se preocupando apenas com o resultado. A partir disso, o presente estudo buscou analisar a relação entre vigorexia, o uso de anabolizantes e a influência da mídia sobre a população. O método utilizado foi revisão bibliográfica e documental com fontes confiáveis como websites renomados na área e com certa fidedignidade no cenário nacional. Ao concluir a pesquisa, foi possível identificar que a mídia influencia diretamente a população, principalmente a jovem e, portanto, eles procuram se enquadrar na sociedade por meio da estética ignorando a saúde.

Palavras-chave: Padrão de beleza; anabolizantes; vigorexia

ABSTRACT

The idea of a “perfect” body that the media ends up labeling for society is something that affects the majority of the population, especially the young population. Such an idea ends up putting us in a consumer situation, where we end up looking for ways to be able to fit in with the rest of the population. The use of anabolic steroids in the young population has been growing more and more due to this pattern that was imposed by the media, they look for faster ways ignoring health and worrying only about the result. Based on this, the present study seeks to analyze the relationship between vigorexia, the use of anabolic steroids and the influence of the media on the population. The method to be used will be the bibliographic and documentary review with reliable sources such as renowned websites in the area and with certain reliability in the national scenario. In this way, it is expected to show that the media directly influences the population, especially young people and, therefore, they seek to fit into society through aesthetics ignoring health.

Keywords: Beauty standard; anabolic steroids; vigorexia.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Artigos utilizados.....	11
---	-----------

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	6
2. OBJETIVOS	9
2.1 OBJETIVO GERAL.....	8
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	8
3. HIPÓTESE	10
4. METODOLOGIA.....	11
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	12
6. CONCEITUALIZANDO A VIGOREXIA.....	13
7. A VIGOREXIA E O USO DE ANABOLIZANTES.....	16
8. CONSIDERAÇÕES FINAIS	17
Referências.....	18

1. INTRODUÇÃO

Atualmente, há um sistema que sempre tenta rotular uma imagem como perfeita, impondo um padrão de beleza muitas vezes inalcançável pela maioria da sociedade. O sistema capitalista, por sua vez, fomenta tal situação, promovendo receitas “milagrosas” para se atingir tal padrão. Para isso muitas vezes, as pessoas procuram por academias não apenas para saúde, mas também para fins estéticos para que assim seja possível chegar no padrão imposto (SILVA; COSTA, 2017). Observa-se cada vez mais homens procurando academias para a prática de musculação para chegarem no tal “corpo perfeito”, aquele corpo musculoso, cheio de massa muscular (BARBOSA, PINTO, 2017).

O poder da mídia acaba afetando a maioria das vezes jovens que estão dispostos a pagar o preço necessário para se enquadrarem no padrão que a mídia impõe sobre a população (SILVA; COSTA, 2017). Nos últimos anos percebeu-se um aumento na preocupação com a aparência corporal por ambos os sexos. A aparência anda sendo algo tão importante para as pessoas que elas estão cada vez mais dedicando seu tempo para fazer dietas, treinamento de musculação e cirurgias estéticas. A insatisfação do corpo esta relacionado com o aumento na procura de anabolizantes, pois assim acelera o processo de transformação corporal para alcançar o corpo padrão (IRIART; CHAVES; ORLEANS, 2009).

A compra e o uso de anabolizantes vem aumentando gradativamente principalmente no público jovem. Anabolizantes são substancias produzidas em laboratórios com objetivo do aumento tecidual e da massa muscular do usuário. Antes o uso desse recurso era para desempenho esportivo e atualmente vem sendo muito utilizado para fins estéticos e isso anda preocupando o sistema de saúde pública (IRIART, CHAVES E ORLEANS, 2009). No Brasil a procura por anabolizantes tem seu pico nos meses de novembro, dezembro e janeiro, que são os meses em que os brasileiros estão de férias e que coincide com o verão no país onde as pessoas gostam de expor seus corpos nas ruas e praias, ou seja, existe um padrão epidemiológico com finalidade estética para essas pessoas (MORAES, 2015).

O uso de anabolizantes tanto no sexo feminino quanto no sexo masculino tem seus efeitos colaterais. O uso deles, seja em pequenas doses ou em excesso, pode acarretar em problemas no sistema reprodutivo e cardiovascular. Nos homens o desequilíbrio hormonal pode levar a ginecomastia, atrofia testicular, alterações na morfologia do espermatozoide e infertilidade, já nas mulheres pode levar alterações na menstruação, engrossamento da voz, encolhimento dos seios, aumento da libido,

crescimento de cabelos no corpo, e aumento do tamanho do clitóris. Os problemas relacionados ao sistema cardiovascular por uso de anabolizantes já são mais graves, existe casos de hipertensão, hipertrofia ventricular, arritmia, trombose, infarto do miocárdio e morte súbita (IRIART, CHAVES E ORLEANS, 2009).

A distorção e a preocupação com a imagem era algo que afetava na maioria das vezes as mulheres, porém isso vem gradualmente mudando e tem afetado também os homens. Os homens vêm procurando se tornar cada vez mais fortes e musculosos tentando se enquadrar no padrão, o que pode vir a acarretar transtornos alimentares e de imagem como a vigorexia (ASSUNÇÃO, 2002).

Vigorexia é um transtorno alimentar onde a pessoa se vê com uma imagem distorcida, ela não consegue se ver como ela realmente é e por isso acaba ficando horas e horas nas academias se exercitando cada vez mais. Essas pessoas lutam diariamente com sua autoestima, são pessoas que nunca estão satisfeitas com seu corpo, sempre irão querer mais, nunca se sentem suficientes e acabam extrapolando em dietas hipercalóricas e com treinos de alta intensidade e de cargas exuberantes podendo levar a lesões (BARBOSA; PINTO, 2017).

Segundo Correa (2013) a mídia tem um poder muito forte sobre a população. De acordo com uma pesquisa realizada pela instituição de saúde pública, *Royal Society for Public Health* em parceria com o Movimento de Saúde Jovem no Reino Unido em 2017 consta que o Instagram é a rede social mais prejudicial à saúde mental dos jovens principalmente quando o assunto é sobre a aparência, moda e atitudes. Ela está entre as cinco redes sociais mais utilizadas no mundo (CARBONARI, Pamela. Instagram é a rede social mais nociva a saúde mental, diz estudo. Super Abril, disponível em < <https://super.abril.com.br/sociedade/instagram-e-a-rede-social-mais-prejudicial-a-saude-mental/>>, 2019, Acesso em: 23 ago. 2020.

Nos últimos anos a preocupação com o corpo e beleza vem crescendo muito e isso fica explícito quando se observa os números de alguns estudos. De acordo com uma pesquisa feita pela *International Health, Racquet & Sportsclub Association*, o Brasil é o segundo país com mais academias do mundo por habitante (Pesquisa aponta aumento no número de academias no país. SENAC São Paulo, disponível em < <https://www.sp.senac.br/jsp/default.jsp?tab=00002&newsID=a21201.htm&subT#:~:text=O%20Brasil%20ocupa%20o%20segundo,%2C%20Racquet%20%26%20Sportsclub%20Association>)> Acesso em: 20 ago. 2020.

Segundo FRANÇA (2020) o setor de alimentos saudáveis está entre os que mais cresceram em 2020 seguido pelo setor de cosméticos naturais que crescem cerca de 13% ao ano, ou seja, cada vez mais os brasileiros estão se importando com sua aparência. Em um estudo realizado pelo SPC Brasil mostrou que o brasileiro em

um cenário de crise escolhe fazer gastos com sua imagem e bem-estar ao invés de gastar com atividades de lazer (ROCHA, Roseani. Consumidor corta lazer, mas mantém beleza. meio&mensagem, disponível em www.meioemensagem.com.br/home/marketing/2016/08/01/brasileiro-corta-lazer-mas-mantem-beleza.html, 2016 acesso em: 23 ago. 2020).

Para Barbosa e Pinto (2017), a vigorexia é um transtorno psicológico e alimentar que afeta principalmente praticantes de musculação do sexo masculino. Segundo Pires e Batista (2016) apud Assunção (2002), tal distúrbio faz com que essas pessoas tenham uma visão distorcida de sua própria imagem, eles se veem menor e mais fracos do que eles realmente são e isso acaba afetando sua vida pessoal e profissional.

Segundo Barbosa e Pinto (2017); Assunção (2002), a procura do corpo perfeito que essas pessoas têm em mente tornam elas refém de uma vida regrada, onde eles não podem errar em absolutamente em nada e para eles quanto mais treino, mais proteína, mais suplementação ou mais anabolizantes, melhor será a percepção sobre si.

Ao falarmos de pessoas que sofrem de vigorexia, estamos retratando indivíduos que estão dispostos a chegar em seus objetivos de qualquer maneira e na maioria das vezes de forma rápida e perigosa para a saúde. Essas pessoas que sofrem deste distúrbio acabam procurando os anabolizantes como meio de fuga de seus problemas pois eles os veem como produtos mágicos (AZEVEDO, 2007).

O treinamento vive um cenário diferenciado do passado, a busca pela manutenção da saúde faz com que diferentes indivíduos o utilizem como ferramenta primordial, desta forma buscam um “corpo ideal”, esta pode acarretar a vigorexia, independente da faixa etária e do gênero tornando este objetivo algo compulsório a ponto de causar lesões musculoesqueléticas por treinamentos exacerbados e a busca por métodos farmacológicos ilícitos que consequentemente podem levar a morte.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

O objetivo do presente estudo consiste em analisar a relação entre o transtorno de vigorexia e o uso de anabolizantes em praticantes de musculação, como também as influências do contexto midiático.

2.2 Objetivos específicos

- Identificar as principais causas de vigorexia, quais as características do principal público afetado e o que leva ao consumo de anabolizantes.
- Identificar como a mídia e a indústria da beleza intensificam esse transtorno.

3. HIPÓTESE

A hipótese do estudo em questão é que os jovens de hoje em dia sofrem grande influência da mídia e das redes sociais em relação ao corpo dito como perfeito. Partimos da hipótese também que a vigorexia tem sido diagnosticada com mais frequência, já que o culto ao corpo perfeito ao ser cada vez mais inatingível leva ao uso de anabolizantes, excesso de atividade física e dieta restrita.

4. METODOLOGIA

Buscando alcançar o objetivo previamente traçado, a presente pesquisa utilizou o método de revisão bibliográfica e documental, buscando por materiais em bases de dados e outro tipo de conteúdo que pôde proporcionar base teórica para aprofundamento da temática e discussão da mesma.

Thomas, Nelson e Silverman (2012) descrevem as características deste tipo de estudo como fundamental para quem deseja abordar um tema de maneira ampla, mas que busca por embasamento científico (artigos científicos publicados em periódicos – online ou físicos, teses, dissertações, livros e capítulos de livros, dentre outros) e dados concretos (matérias e reportagens, jornais, revistas, documentos, plataformas eletrônicas, filmes/documentários, vídeos e outras formas) que possam corroborar na discussão de diversos pontos de vista, particularmente, críticos acerca de determinado assunto, bem como auxiliar na criação de relações e traços que possam existir diante dos contextos analisados.

A pesquisa dos artigos utilizados neste estudo fora realizada em fontes confiáveis, como Google Scholar, Capes, Scopus, Scielo, PubMed, ScienceDirect, Oásis Br, filtrando artigos somente em português e que foram publicados nos últimos cinco anos (2016 a 2020), para que ocorresse maior direcionamento ao conteúdo a ser selecionado para o trabalho. Assim, a pesquisa bibliográfica e documental pode auxiliar na consecução do objetivo estabelecido, sendo crucial no aprimoramento do ponto de vista crítico acerca da temática.

Para o levantamento de dados referente a pesquisa em questão, pesquisou-se apenas artigos nacionais, utilizando as palavras chaves: Padrão de beleza – anabolizantes – vigorexia, nas bases supracitadas, entre os anos de 2016 a 2020, a fim de trazer documentos que fossem mais relevantes e atuais ao tema.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No total, foram encontrados somente oito artigos nacionais publicados recentemente nos últimos quatro anos. Através da análise dos títulos e resumos, identificou-se quais artigos apresentam relação com os objetivos da pesquisa. Após as referências selecionadas, o próximo passo foi a análise aprofundada dos artigos, para que o assunto pudesse ser discorrido de acordo ao decorrer do trabalho de conclusão de curso.

Quadro 1: Artigos Utilizados.

Título	Autores (as)	Ano
Uma revisão acerca do padrão de autoimagem em adolescentes.	Karina Stangherlin Murari; Patrícia Paludette Dorneles.	2018
Vigorexia em praticantes masculinos do treinamento de força entre 18-35 anos.	Fernando Sérgio dos Santos da Cunha Oliveira; Celso Luiz Mastrascusa.	2019
Relação da vigorexia com o uso de esteróides anabolizantes em praticantes de treinamento de força.	Arythan Albuquerque de Macedo; Julio Cesar Chaves Nunes Filho; Robson Salviano de Matos; Daniel Vieira Pinto; Luís Felipe Viana Correia; Marília Porto Oliveira Nunes.	2019
Vigorexia: influência dos padrões estéticos culturais e obsessão pelo corpo ideal.	Thais Lins de Freitas; Giovanna Botini Zortea; Valdilene Wagner; Leonardo Pestillo de Oliveira.	2019
Cultura de culto ao corpo e dismorfia muscular.	Eduardo Mendes Medeiros.	2019
Diagnóstico de vigorexia de dismorfia muscular em universitários da área da saúde.	Diego Fernandes Bezerra; Lucas Alves Sampaio; Vinicius Raposo Landim; Liejy Agnes dos Santos.	2018
Vigorexia: A imagem corporal ao extremo.	Gabriela de Melo Meneses; Ana Raquel Mendes.	-

6. CONCEITUALIZANDO A VIGOREXIA

As causas da vigorexia são as mais diversas, não tendo somente um aspecto como o principal causador, segundo Murari e Dorneles (2018), todos os meios de comunicação no geral, principalmente a internet, contribuem para o aparecimento de conceitos inadequados para a busca de um “corpo ideal”.

Para Oliveira e Mastrascusa (2019), ao longo de toda a história da humanidade, cada época atribui um diferente significado ao belo, moldando-se diferentes padrões estéticos.

De acordo com Medeiros (2019), os padrões de exemplos de corpo são um produto da era moderna, o corpo dito como ideal surgiu baseado no biotipo da Grécia antiga.

Consequentemente, no contexto sociocultural ocidental, a cultura de culto ao corpo influenciou a forma como o indivíduo se relaciona com o próprio corpo, pois ela é um dos principais pontos de referência na avaliação da auto imagem corporal. (MEDEIROS, p. 88, 2019).

Diante disso, algumas patologias vieram à tona, entre elas, o transtorno de Vigorexia.

Diferentes aspectos podem interferir na maneira de enxergar nosso próprio corpo, Freitas et. al. (2019), aponta que a sociedade, exerce influência direta em como as pessoas encaram sua auto-percepção. Porém, ainda não se sabe ao certo qual a verdadeira origem da Vigorexia, “sabe-se que os fatores podem ser biológicos, psicológicos e socioculturais.” (ADAMS; KIRBY, 1998 apud OLIVEIRA; MASTRASCUSA p. 6, 2019).

O padrão de beleza superestimado e disseminado pelos meios de comunicação é o do corpo musculoso, atlético e sem gordura. Acoplado a este padrão, modelos de prática física e hábitos alimentares foram configurados e reconhecidos popularmente como satisfatório. Contudo, cotidianamente, ainda não foi possível mensurar as fronteiras entre a prática saudável de exercícios físicos e a busca obsessiva por um corpo perfeito. (FREITAS, et. Al, p 187, 2019).

Meneses e Mendes, trazem em seu artigo, uma matéria sobre a prática de exercícios físicos do Jornal Folha de São Paulo, publicada em fevereiro de 2011, tratando sobre pessoas que apresentam sintomas de vigorexia, porém não sabem, geralmente essas pessoas se acham mais fracas e magras do que realmente são e

acabam optando por exercícios físicos extremos com o uso de anabolizantes. “De acordo com a Psiquiatra Ana Gabriela Hounie, autora da matéria, a falsa percepção dessas pessoas é a principal característica do transtorno da Vigorexia”. (MENESES E MENDES, p. 5)

Um estudo realizado por Bezerra et. Al (2018), em universitários da área da saúde, com idade entre 18 e 40 anos, apresentou o seguinte resultado:

A vigorexia nesse estudo apresentou prevalência elevada visto que um percentual considerável de praticantes foi classificado como “Grau leve” e “moderado” de desenvolvimento a dismorfia muscular caracterizando a importância da atenção em relação ao transtorno. (BEZERRA et. al, p. 181, 2018)

Sendo assim, pode-se perceber como essa patologia atinge até mesmo aqueles que possuem conhecimento sobre o tema. A falta de conhecimento e/ou informação, não é um fator relevante para o desenvolvimento da vigorexia.

Os adolescentes (entre 10 e 19 anos) também desenvolvem esses distúrbios de imagem, Segundo Murari e Dorneles (2018), os distúrbios de imagem apresentam um aumento acentuado em adolescentes de ambos os sexos. Esse fato é influenciado diretamente pela mídia e suas estipulações de corpos ideais. Nesse sentido, as influências se tornam direcionadas e distintas para o sexo feminino e masculino.

Os adolescentes do sexo masculino procuram ter corpos mais musculosos, alguns fazem de forma saudável procurando orientação em academias, mas outros preferem resultados mais fáceis e imediatos, utilizando substâncias proibidas, algo altamente prejudicial ao corpo, priorizando a imagem perfeita. (MURARI; DORNELES, p. 156, 2018).

Murari e Dorneles (2018), mostram que a mídia incentiva um padrão de beleza surreal, colocando em destaque apenas os padrões de beleza magros, brancos e musculosos. A busca desenfreada por esse “corpo perfeito” desencadearia anos mais tarde a vigorexia.

Diante da influência da mídia,

As pessoas passam a ter uma relação de desprezo com o próprio corpo e buscam meios de obter o corpo “dito” perfeito e belo. Com o objetivo de atingir esse padrão estético as pessoas buscam utilizar todos os meios possíveis, muitas vezes prejudiciais a sua própria saúde, tais como dietas radicais, uso de fármacos, esteroides anabolizantes. (OLIVEIRA; MASTRASCUSA, p. 7, 2019)

Vemos que a insatisfação com o corpo surge tanto em homem, quanto em mulheres, começando desde muito jovens. Essa insatisfação, conseqüentemente gerando a vigorexia, apresenta diversas causas, desde a influência da mídia, até mesmo fatores psicológicos e biológicos.

Para Motter, Bellini e Almeida (2017), os homens sempre procuram de forma incansável os padrões musculares e de beleza, isso desencadeia uma obsessão patológica, gerando riscos tão grandes à saúde que se comparam aos distúrbios alimentares ocorrentes em mulheres e adolescentes, podendo levar a óbito.

7. A VIGOREXIA E O USO DE ANABOLIZANTES.

O descontentamento com a própria imagem corporal, desencadeando a vigorexia, faz com que esses indivíduos busquem alternativas para alcançar o biotipo desejado, sendo uma dessas substâncias o anabolizante.

Essa fixação na busca pela perfeição corporal, sem medir consequências, acaba levando pessoas de todas as classes sociais a tomarem posicionamentos que colocam em risco sua saúde e integridade. Quem pratica a musculação, grande parte do sexo masculino, é normal fazerem uso de hormônios sintéticos (...) (MENESES; MENDES).

Oliveira e Mastrascusa (2019), abordaram um estudo realizado com portadores do transtorno de vigorexia. Aqueles que apresentavam sintomas da Vigorexia mostraram-se muito mais insatisfeitos com a imagem corporal, faziam uso de esteroides anabolizantes e eram mais acometidos por mudanças de humor, ansiedade e distúrbios alimentares ao longo da vida. (OLIVEIRA; MASTRASCUSA, p. 10, 2019).

Segundo os autores Oliveira e Mastrascusa (2019), o uso indiscriminado de anabolizantes pode acarretar várias consequências a saúde do usuário, desde problemas físicos, até cognitivos e psicológicos, no que diz respeito as alterações psicológicas, pode-se destacar o comportamento agressivo, hipomania e quadros psicóticos.

Na pesquisa desenvolvida por Macedo et. Al (2019), observou-se que a amostra de informações coletadas em praticantes de treinamento de força que apresentam o transtorno de vigorexia e fazem o uso de esteroides anabolizantes, manifestam efeitos indesejados, como agressividade (70%), aumento da libido (50%), depressão (25%) e acne (25%).

Meneses e Mendes , reforçam que o uso abusivo de anabolizantes, podem causar alterações psicológicas como oscilações de humor e transtorno bipolar, destaca-se que os anabolizantes são drogas e causam dependência química.

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa procurou basear sua pesquisa de acordo com os objetivos previamente delimitados, ou seja, quais são as principais causas da vigorexia, se a mídia e a indústria da beleza intensificam esse transtorno, o principal público afetado e o consumo de anabolizantes relacionado com o transtorno de vigorexia.

Como disposto no decorrer da pesquisa, não podemos identificar apenas uma causa do transtorno de vigorexia. Leva-se em consideração toda a história da humanidade e como o belo e os padrões de beleza mudam de acordo com a sociedade e o tempo.

A maneira que a sociedade lida com o culto ao corpo e produz padrões estéticos, está diretamente ligado com a maneira que o indivíduo enxerga a si mesmo.

Toda a interferência da sociedade, associada com a mídia, principalmente os meios de comunicação via internet, serão responsáveis em desencadear a relação que desenvolvemos com nosso próprio corpo, ocasionando uma busca incansável por padrões estéticos inatingíveis.

O principal público afetado por essa gama de informações e padrões de beleza impostos, na maioria das vezes advindas de redes sociais, é o público jovem, tanto mulheres quanto homens. Começando ainda muito cedo, na adolescência e podendo se estender até os 30/35 anos de idade.

Enquanto as mulheres recorrem a dietas extremas e nada saudáveis, os homens tendem a utilizar substâncias prejudiciais a saúde, como anabolizantes, para assim conseguirem atingir o corpo dito como “perfeito”.

O uso de hormônios sintéticos acarreta diversas consequências na saúde e na integridade dos usuários. Desde distúrbios alimentares, até mesmo problemas psíquicos e físicos.

Além dos diversos efeitos colaterais, o uso de anabolizantes pode causar dependência química.

Os portadores do transtorno de vigorexia, fazem o uso indiscriminado dessa substância, junto de atividades físicas extremas, sendo a principal a musculação. Deixando de visar o bem estar e saúde, preocupando-se apenas com a estética, pois nunca se enxergam como fortes o suficiente.

A falsa percepção que essas pessoas tem sobre a sua imagem corporal acaba sendo o principal causador do transtorno de vigorexia.

Referências

ALMEIDA, M, M; SILVA, A, C; CARNEIRO-JÚNIOR, M.A. **Nível de conhecimento e ocorrência do uso de anabolizantes entre praticantes de musculação.** *Revista Científica Fagoc*, v.1, 37-40. 2016.

ASSUNÇÃO, S, S, M. **Dismorfia muscular.** *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v.24, sup. III, p.80-84, 2002.

AZEVEDO, A.P. et. al; **Dismorfia muscular: A busca pelo corpo hipermusculoso.** v.8, n.1, p. 53-66, 2012.

BARBOSA, C, W, M; PINTO, F, I. **Vigorexia e a autoimagem.** Lages, UNIFACVEST, p.1-25, 2017.

BODY, C. O. C. T. (2019). **CULTURA DE CULTO AO CORPO E DISMORFIA MUSCULAR.** Semiannual Publication. Scientific Journal of the Centre for Research in Psychology–CIP–from the Universidade Autónoma de Lisboa–Luís de Camões., 15(1), 76.

CARBONARI, Pamela. **Instagram é a rede social mais nociva a saúde mental, diz estudo.** Super Abril, disponível em: <<https://super.abril.com.br/sociedade/instagram-e-a-rede-social-mais-prejudicial-a-saude-mental/>>, 2019. Acesso em: 23 ago. 2020.

CORRÊA, F, M. **O poder da mídia sobre as pessoas e sua interferência no mundo do direito.** 2013. Disponível em: <<https://fabriciocorrea.jusbrasil.com.br/artigos/121941433/o-poder-da-midia-sobre-as-pessoas-e-sua-interferencia-no-mundo-do-direito>>. Acesso em: 23 ago. 2020.

DE FREITAS, T, L et al. **VIGOREXIA: INFLUÊNCIA DOS PADRÕES ESTÉTICOS CULTURAIS E OBSESSÃO PELO CORPO IDEAL.** *Inova Saúde*, v. 9, n. 2, p. 176-189, 2020.

DE MACEDO, A, A et al. **Relação da vigorexia com o uso de esteroides anabolizantes em praticantes de treinamento de força.** *RBNE-Revista Brasileira De Nutrição Esportiva*, v. 13, n. 81, p. 733-738, 2019.

DE MELO MENESES, G; MENDES, A, R. **VIGOREXIA: A IMAGEM CORPORAL AO EXTREMO.**

FERNANDES BEZERRA, D; ALVES SAMPAIO, L, V; RAPOSO LANDIM, Liejy Agnes dos Santos. **Diagnóstico de vigorexia e dismorfia muscular em universitários da área da saúde.**

FERREIRA, M. E. C.; CASTRO, A. P. A.; GOMES, G. **A obsessão masculina pelo corpo: malhado, forte e sarado.** *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, SP, v.27, n.1, p. 167-182, 2005.

FRANÇA, I. **Conheça os 15 setores que mais crescem no Brasil.** 2020. Disponível em: <<https://blog.deliverymuch.com.br/setores-que-mais-crescem-no-brasil/>>. Acesso em: 23 ago. 2020.

IRIART, J, A, B.; CHAVES, J, C.; ORLEANS, R, G. **Culto ao corpo e uso de anabolizantes entre praticantes de musculação**, v.25, e.4, p.773-782.

ISTO É DINHEIRO. **Saiba se o Instagram tem atrapalhado sua saúde mental**. Disponível em: <<https://www.istoedinheiro.com.br/saiba-se-o-instagram-tem-atrapalhado-sua-saude-mental/#:~:text=Uma%20pesquisa%20da%20Royal%20Society,%C3%A0%20sa%C3%BAde%20mental%20dos%20usu%C3%A1rio>>. Acesso em: 26 ago. 2020.

JUSBRASIL. **O poder da mídia sobre as pessoas e sua interferência no mundo do direito**. Disponível em: <<https://fabriciocorrea.jusbrasil.com.br/artigos/121941433/o-poder-da-midia-sobre-as-pessoas-e-sua-interferencia-no-mundo-do-direito>>. Acesso em: 25 ago. 2020.

MONITOR MERCANTIL. **Indústria da estética e beleza tem crescimento**. Disponível em: <<https://monitormercantil.com.br/industria-da-estetica-e-beleza-tem-crescimento>>. Acesso em: 25 ago. 2020.

MORAES, T.P.B. Anabolizantes nas buscas da web. Um estudo sobre o interesse sazonal por esteroides anabolizantes no brasil. **Revista Jurídica Luso-Brasileira**, ano 1, n.1. p.1979-2007, 2015.

OLHAR DIGITAL. **Instagram é a rede mais prejudicial à saúde mental do usuário, diz estudo**. Disponível em: <<https://olhardigital.com.br/noticia/instagram-e-a-rede-mais-prejudicial-a-saude-mental-do-usuario-diz-estudo/88738>>. Acesso em: 23 ago. 2020.

MURARI, K, S; DORNELES, P, P. **Uma revisão acerca do padrão de autoimagem em adolescentes**. Revista Perspectiva: Ciência e Saúde, v. 3, n. 1, 2018.

OLIVEIRA, F, S. **Vigorexia em praticantes masculinos do treinamento de força entre 18-35 anos**. Ciência em Movimento, v. 21, n. 42, p. 3-15.

PANORAMAFARMACEUTICO. **IBGE aponta que brasileiro gasta mais com beleza do que com comida**. Disponível em: <<https://panoramafarmaceutico.com.br/2018/09/14/ibge-aponta-que-brasileiro-gasta-mais-com-beleza-do-que-com-comida/>>. Acesso em: 21 ago. 2020.

PIRES, J. P.; BAPTISTA T. J. R.; **A vigorexia em atletas de fisiculturismo goiano: um estudo de caso**. Cad. Ed. Tec. Soc., Inhumas, v.9, n.3, p. 384-395, 2016.

ROCHA, Roseani. **Consumidor corta lazer, mas mantém beleza**. meio&mensagem, disponível em: www.meioemensagem.com.br/home/marketing/2016/08/01/brasileiro-corta-lazer-mas-mantem-beleza.html, 2016 Acesso em: 23 ago. 2020.

ROWE, J. F.; FERREIRA V.; HOCH, V. A.; **Influencia da mídia e satisfação com a imagem corporal em pessoas que realizam cirurgia plástica**. In: JORNADA INTERESTADUAL DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, IV. Anais. Balneário Comburui: Centro Reichiano, p.89-97, v.4, n.1, 2011.

SENAC SÃO PAULO. **Pesquisa aponta aumento no número de academias no**

país. Disponível em:

<<https://www.sp.senac.br/jsp/default.jsp?tab=00002&newsID=a21201.htm&subT>>.

Acesso em: 20 ago. 2020.

SILVA, K.M.F.; COSTA, L.F.G.R. **O ingresso na prática da musculação em uma academia de ginástica por jovens de Delmiro Gouveia – Alagoas: quais as verdadeiras razões?** Revista Científica da FASETE, p.137-147, 2017.

TECHTUDO. **Jovens procuram cirurgia para se parecer com filtros do Snapchat e Instagram.** Disponível em:

<<https://www.techtudo.com.br/noticias/2018/08/usuarios-do-snapchat-fazem-cirurgia-para-se-parecer-com-filtros-do-app.ghhtml>>. Acesso em: 20 ago. 2020.

VOCESA. **Onda fitness movimenta US\$2 bi no Brasil e só cresce. Veja como aproveitar.** Disponível em: <<https://vocesa.abril.com.br/mercado-vagas/onda-fitness-movimenta-us2-bi-no-brasil-e-so-cresce-veja-como-aproveitar/#:~:text=De%20acordo%20com%20o%20levantamento,atr%C3%A1s%20apenas%20dos%20Estados%20Unidos>>. Acesso em: 21 ago. 2020.

Lucas Moreno Dini
(Discente)

João Filho
(Coorientador)

[Signature]
(Orientador)