UniCesumar
EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

ATIVIDADE DE ESTUDO - SEMANA DE CONHECIMENTOS GERAIS - 54_2026

Período: 12/10/2026 08:00 a 15/11/2026 23:59 (Horário de Brasília)
Status: ABERTO
Nota máxima: 1,00
Gabarito: Gabarito será liberado no dia 16/11/2026 00:00 (Horário de Brasília)
Nota obtida:

1ª QUESTÃO

A vergonha corporal severa, induzida por padrões de beleza inalcançáveis, pode paralisar as interações cotidianas das mulheres. O sofrimento se expressa quando o indivíduo passa a rejeitar a exposição física presencial, gerando prejuízos severos nos laços socioafetivos, acadêmicos e profissionais sob o medo constante do julgamento estético alheio.

Fonte: SILVA, Amanda de Sousa; SANTOS, Mariana Oliveira dos; LIMA, Roberta Vieira. Corpo perfeito e saúde mental: os efeitos da apropriação do padrão de beleza exposto pelas mídias sociais e seus impactos na saúde mental feminina. **Revista Brasileira de Psicologia e Saúde**, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 45-58, maio/ago. 2022.

Com base nas dinâmicas comportamentais e na sintomatologia oculta analisada no estudo de Silva, Santos e Lima (2022), assinale a alternativa que caracteriza adequadamente o fenômeno do retraimento social decorrente da insatisfação estética:

ALTERNATIVAS

- A recusa de mulheres em participar de encontros presenciais é uma conduta saudável de gestão do tempo, focada exclusivamente no desenvolvimento da produtividade de estudos e carreira.
- O retraimento corporal presencial consiste em um comportamento passageiro e sem correlação estatística com o diagnóstico de ansiedade social ou sintomas depressivos severos.
- A esquiva de interações sociais presenciais nas mídias é uma escolha puramente cosmética de mulheres que preferem investir sua rotina em procedimentos dermatológicos domiciliares.
- O afastamento das atividades cotidianas presenciais reflete uma evolução sociocultural benéfica, na qual os laços socioafetivos físicos perderam sua importância prática.
- O isolamento social e a rejeição de espaços públicos motivados pela vergonha corporal constituem sintomas claros de sofrimento psíquico crônico, muito embora as instâncias gerais da Organização Mundial da Saúde dediquem sua atuação ao controle global de vacinas e pandemias infecciosas.

2ª QUESTÃO

Leão (2025) alerta que, embora alguns medicamentos para emagrecimento possam ser indicados em situações clínicas específicas, seu uso prolongado e sem supervisão profissional está associado a diversos efeitos adversos.

Fonte: LEÃO, Marcos Fellipe de Oliveira. Beleza ou saúde: o uso de medicamentos para emagrecimento. **Revista FT**, [*s. l.*], ed. 148, v. 29, 31 jul. 2025. Disponível em: https://revistaft.com.br/beleza-ou-saude-o-uso-de-medicamentos-para-emagrecimento/. Acesso em: 14 set.

2026.

Considerando os impactos físicos descritos no artigo, quais são alguns dos impactos físicos associados ao uso prolongado e sem supervisão de medicamentos para emagrecimento?

ALTERNATIVAS

- Ausência de efeitos sobre o organismo.
- Melhora automática da saúde mental e da autoestima.
- Redução garantida e permanente do peso, sem efeito rebote.
- Estímulo exclusivo ao funcionamento saudável do fígado e dos rins.
- Taquicardia, hipertensão, insônia, dores de cabeça, problemas gastrointestinais e, em casos graves, arritmias cardíacas e convulsões.

3ª QUESTÃO

As redes sociais tornaram-se espaços importantes de exposição a imagens corporais idealizadas, influenciando a percepção que os adolescentes têm de seus próprios corpos. A comparação com corpos da internet e o desejo de serem diferentes do que são hoje são frequentemente relatados por jovens. Diante desse contexto, Maciel *et al*. (2024) analisaram as narrativas de adolescentes sobre seus corpos e as redes sociais.

Fonte: MACIEL, N. M. S. *et al*. Adolescência e imagem corporal: uma análise à luz da sociedade do espetáculo. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 33, n. 4, e240127, 2024. Disponível em: https://www.scielo.br/j/sausoc/a/nZFCJpMJ7h8BhtpZNsdmgQb/. Acesso em: 6 out. 2026.

Quanto ao principal padrão discursivo identificado nas falas das adolescentes quando questionadas sobre a relação entre seus corpos e as redes sociais, assinale a alternativa correta:

ALTERNATIVAS

- As adolescentes relataram que as redes sociais não influenciam suas percepções corporais.
- As redes sociais foram associadas exclusivamente a efeitos positivos sobre a saúde mental e a autoestima.
- As redes sociais foram descritas como espaços que promovem aceitação incondicional de todos os biótipos.
- As adolescentes afirmaram que as redes sociais ajudam a construir uma autoimagem mais sólida e autêntica.
- As narrativas revelaram um descolamento das características singulares, marcado pela citação de diversos caracteres que moldam desde perfis físicos até a aquisição de bens materiais.

4ª QUESTÃO

A exposição a comentários provocativos relacionados aos corpos constitui uma forma de violência que pode afetar a autoestima e a imagem corporal dos adolescentes. O *teasing* (provocações) ocorre frequentemente entre pares e no ambiente familiar. Considerando esse cenário, Maciel et al. (2024) analisaram as narrativas dos adolescentes sobre comentários recebidos de familiares e pares.

Fonte: MACIEL, N. M. S. *et al*. Adolescência e imagem corporal: uma análise à luz da sociedade do espetáculo. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 33, n. 4, e240127, 2024. Disponível em: https://www.scielo.br/j/sausoc/a/nZFCJpMJ7h8BhtpZNsdmgQb/. Acesso em: 6 out. 2026.

Quanto à principal conclusão dos autores sobre a influência desses comentários na formação da autoimagem dos adolescentes, assinale a alternativa correta:

ALTERNATIVAS

- Os comentários dos pais são vistos como cruciais para a imagem que é projetada para o mundo exterior, e a opinião dos familiares tem importância significativa na formação da autoimagem.
- Os comentários familiares não exercem influência relevante sobre a autoimagem dos adolescentes.
- As provocações familiares são percebidas como brincadeiras inofensivas que não afetam a autoestima.
- Os adolescentes relataram que preferem receber comentários de estranhos em vez de familiares.
- Os comentários sobre o corpo são considerados irrelevantes para a construção da identidade dos adolescentes.

5ª QUESTÃO

Pesquisas globais revelam que grande parte das imagens de corpos perfeitos que jovens confundem diariamente nas redes passa por mais de 20 modificações digitais antes de ir ao ar, incluindo ajustes de pele, cintura e alongamento de membros. Compreender a mecânica por trás dessas imagens é essencial para reduzir a pressão psicológica sobre as novas gerações.

Fonte: UNILEVER. **Relatório Técnico sobre Filtros e Saúde Mental**. São Paulo: Unilever Brasil, 2023. SILVA, Amanda de Sousa; SANTOS, Mariana Oliveira dos; LIMA, Roberta Vieira. Corpo perfeito e saúde mental: os efeitos da apropriação do padrão de beleza exposto pelas mídias sociais e seus impactos na saúde mental feminina. **Revista Brasileira de Psicologia e Saúde**, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 45-58, maio/ago. 2022.

Considerando os dados sobre a manipulação de imagens digitais e as estratégias de prevenção sugeridas por Silva, Santos e Lima (2022), assinale a alternativa correta a respeito do letramento midiático na proteção psicológica:

ALTERNATIVAS

- O cérebro humano diferencia instantaneamente conteúdos editados e fotos reais nas redes de forma espontânea, tornando desnecessárias ações de educação de mídia.
- O desenvolvimento do pensamento crítico sobre filtros e marcas comerciais elimina a incidência de distúrbios de autoimagem de forma definitiva na sociedade.

- O letramento midiático crítico é essencial para que o sujeito rompa o ciclo automático de comparação social e atenue a inadequação corporal, contrariando a tese incorreta de que essa competência educativa seria irrelevante ou ineficaz para a mente humana.
- As ações de saúde e bem-estar de jovens devem se concentrar unicamente em tratamentos terapêuticos individuais pós-diagnóstico, desconsiderando intervenções coletivas nas escolas.
- O consumo contínuo e prolongado de telas digitais gera imunidade psicológica natural nas usuárias contra a pressão imposta pela publicidade estética.

6ª QUESTÃO

Estudos sobre a relação entre o filme *A Substância* e a publicidade de consumo, fundamentados na psicanálise lacaniana, sustentam que anúncios publicitários não vendem apenas produtos, mas constroem a sensação de que algo essencial está ausente na vida do consumidor, apresentando o produto como solução para essa ausência.

Fonte: adaptado de: GIMENES, R.; SANTOS, J. *A Substância*: uma crítica à sociedade de consumo e à tirania da imagem na publicidade. **Signos do Consumo**, v. 17, n. 1, 2025.

De acordo com essa análise, a lógica publicitária explorada no filme

ALTERNATIVAS

- resolve a insatisfação do consumidor logo após a realização da primeira compra.
- revela-se incapaz de interferir na construção da identidade dos sujeitos contemporâneos.
- dirige-se à necessidade biológica do consumidor, deixando de lado os aspectos simbólicos.
- informa o consumidor de maneira neutra, sem apelo emocional ou simbólico associado ao produto.
- constrói a sensação de ausência no consumidor e oferece o produto como solução, ainda que o desejo permaneça insatisfeito.

7ª QUESTÃO

Estudos sobre o filme *A Substância* (2024) sustentam que o neoliberalismo contemporâneo não opera mais por meio da repressão institucional explícita, mas por um regime de autovigilância: o sujeito internaliza o imperativo de desempenho e beleza, tornando-se responsável por sua própria performance.

Fonte: adaptado de: SILVA, G. A. da. “Mais jovem, mais bonita, mais perfeita”: psicanálise e etarismo em A Substância. *In*: CONGRESSO INTERNACIONAL EM CIÊNCIAS DA RELIGIÃO, 12., 2025, Goiânia. **Anais** . . .

. Goiânia: PUC Goiás, 2025.

Considere a trajetória da protagonista Elisabeth Sparkle, que recorre voluntariamente a uma substância experimental para rejuvenescer, assinale a alternativa correta:

ALTERNATIVAS

- A imposição legal de padrões estéticos aos profissionais da televisão.
- A resposta biológica natural do organismo ao processo de envelhecimento.
- Um caso isolado de vaidade pessoal, dissociado de dinâmicas sociais mais amplas.
- A resistência do sujeito às pressões estéticas impostas pela indústria do entretenimento.
- A internalização do imperativo de desempenho, que substitui a coerção externa pela autovigilância.

8ª QUESTÃO

Sistematicamente, a literatura científica demonstra que as redes sociais não são apenas canais neutros de entretenimento; elas moldam ativamente comportamentos de saúde. O consumo frequente de conteúdos voltados ao estilo de vida saudável (fitspiration) muitas vezes produz o efeito oposto, induzindo os usuários a práticas extremas de restrição alimentar e regimes de exercícios físicos extenuantes (Almeida *et al.*; 2025).

Fonte: ALMEIDA, Thainá Teixeira de *et al.* Mídias sociais, imagem corporal e saúde: uma revisão narrativa crítica com implicações para a nutrição. **Revista Foco**, v. 19, n. 2, p. e11451, fev. 2026. Disponível em: https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/11451. Acesso em: 3 set. 2026.

A partir da revisão sistemática dos impactos das mídias sociais nos comportamentos de saúde, analise como a busca pela "perfeição" promovida pela indústria do corpo afeta as rotinas dos indivíduos e assinale a alternativa correta:

ALTERNATIVAS

- O consumo de mídias sociais otimiza as escolhas de saúde de forma universal, extinguindo hábitos deletérios de forma natural.
- As mídias digitais atuam apenas na cognição, sem a capacidade de alterar comportamentos práticos ou rotinas biológicas dos usuários.
- A exposição contínua a corpos idealizados frequentemente promove a adoção de dietas restritivas não supervisionadas e o overtraining, mascarados como "estilo de vida saudável".
- As plataformas digitais mitigam o comportamento de risco ao censurarem automaticamente perfis que promovam o culto ao corpo.
- O impacto das mídias sociais limita-se à população adolescente, não afetando os comportamentos de saúde de jovens adultas.

9ª QUESTÃO

A insatisfação com a imagem corporal em adolescentes é um problema multifatorial, influenciado por aspectos socioculturais, familiares e midiáticos. Compreender quais fatores estão associados a esse desfecho é essencial para o planejamento de intervenções em saúde pública e no ambiente escolar.

Maciel NMS, et al. Adolescência e imagem corporal: uma análise à luz da sociedade do espetáculo. *Saúde e Sociedade*. 2024

Com base nos resultados do estudo de Maciel et al. (2024), analise as assertivas a seguir sobre os fatores associados à insatisfação com a imagem corporal entre adolescentes:

I. A influência sociocultural das mídias e do mercado de consumo está ligada à indústria do corpo e é responsável por definir um padrão de beleza ideal, atuando como grave motivador da insatisfação corporal.
II. Os comentários e provocações relacionados ao corpo, principalmente quando feitos pela família, são fatores associados à insatisfação corporal.
III. As redes sociais foram descritas pelas adolescentes como espaços que podem ser nocivos às suas percepções corporais e autoestima, especialmente devido à comparação com corpos idealizados.
IV. A exposição ao *teasing* (provocações) no ambiente familiar e escolar não foi associada a impactos na autoestima e na imagem corporal dos adolescentes.

Está correto o que se afirma em:

ALTERNATIVAS

- I e II, apenas.
- I, II e III, apenas.
- I, III e IV, apenas.
- II, III e IV, apenas.
- I, II, III e IV.

10ª QUESTÃO

A imagem corporal é uma representação que advém da mente e do corpo do indivíduo, construída a partir de suas próprias perspectivas e das influências do meio social em que vive. Essa representação envolve não apenas a percepção do tamanho e da forma corporal, mas também componentes cognitivos, emocionais e simbólicos. Trata-se, portanto, de um fenômeno complexo, que ultrapassa a materialidade do corpo e incorpora desejos, expectativas e projeções futuras de um corpo idealizado.

Fonte: ALMEIDA, T. T. de. *et al*. Mídias sociais, imagem corporal e saúde: uma revisão narrativa crítica com implicações para a nutrição. **Revista Foco**, v. 19, n. 2, p. e11451, fev. 2026.

A partir do cenário com base no referencial teórico, a respeito da atuação de influenciadores digitais leigos no campo da saúde coletiva, assinale a alternativa correta:

ALTERNATIVAS

- A reprodução em massa de dietas e treinos sugeridos por influenciadores leigos gera riscos biológicos severos à saúde dos seguidores, apesar de os conselhos profissionais possuírem resoluções específicas para tentar fiscalizar e punir o exercício ilegal da profissão na internet.
- As prescrições de rotinas físicas extremas nas redes sociais substituem de forma segura o acompanhamento nutricional individualizado e a orientação técnica presencial.
- A arquitetura algorítmica das plataformas digitais atua no combate à desinformação, bloqueando e censurando perfis comerciais que façam promessas estéticas de resultados imediatos.
- O engajamento de seguidores com conteúdos de leigos é livre de impactos epidemiológicos na saúde coletiva, limitando-se a uma dinâmica de entretenimento e marketing.
- A validação de condutas de saúde nas redes sociais é monitorada e chancelada por comitês científicos oficiais, garantindo a eficácia de regimes universais de exercícios.