

O Ideal Estético em Mulheres do Leste Asiático e Descendentes: Uma Revisão Integrativa Qualitativa

Bianca Mayumi¹ , Valeska Zanello² 

Universidade de Brasília, Brasília, Distrito Federal, Brasil.

Resumo: Este artigo apresenta uma revisão integrativa da literatura sobre os efeitos do ideal estético em mulheres do Leste Asiático, com foco em japonesas, chinesas, norte-coreanas e sul-coreanas. A pesquisa foi realizada tendo como base estudos científicos nacionais e internacionais, resultando em 42 estudos analisados tematicamente. As categorias emergentes foram: percepção do próprio corpo, impactos do uso das mídias e redes sociais, intervenções “cosméticas”, beleza como capital e variabilidade cultural. Os resultados evidenciam a centralidade do ideal de magreza e sua associação com sofrimento psíquico, como ansiedade, depressão e transtornos alimentares. Destaca-se que tais padrões não refletem apenas a influência ocidental, mas são ressignificados localmente, articulando elementos culturais, históricos e geracionais. A revisão aponta a necessidade de considerar as especificidades contextuais das mulheres asiáticas e questiona leituras homogeneizantes que ignoram suas singularidades. Conclui-se que o ideal estético opera como dispositivo de controle sobre os corpos femininos, impactando diretamente a saúde mental e a construção subjetiva dessas mulheres.

Palavras-chave: ideal estético; mulheres asiáticas; saúde mental; revisão integrativa.

The Aesthetic Ideal Among East Asian Women And Their Descendants: a Qualitative Integrative Review

Abstract: This article presents an integrative literature review on the effects of the aesthetic ideal on East Asian women, focusing on Japanese, Chinese, North Korean, and South Korean populations. The research was conducted based on national and international scientific studies, resulting in 42 studies analyzed thematically. The emerging categories were: body perception, impacts of media and social media usage, “cosmetic” interventions, beauty as capital, and cultural variability. The findings highlight the centrality of the thin ideal and its association with psychological suffering, such as anxiety, depression, and eating disorders. It is noteworthy that these beauty standards are not merely a reflection of Western influence, but are locally re-signified, incorporating cultural, historical, and generational elements. The review underscores the importance of considering the contextual specificities of Asian women and challenges homogenizing interpretations that overlook their singularities. It concludes that the aesthetic ideal operates as a device of control over female bodies, directly affecting these women’s mental health and subjective development.

Key words: aesthetic ideal; Asian women; mental health; integrative review.

¹ Mestranda em Psicologia Clínica e Cultura pela Universidade de Brasília (UnB). Universidade de Brasília (UnB), Departamento de Psicologia Clínica e Cultura. Brasília – DF, Brasil. *E-mail:* psibiancamayumi@gmail.com.

² Doutora em Psicologia Clínica pela Universidade de Brasília (UnB), com período sanduíche na Université Catholique de Louvain (Bélgica). Professora Associada no Departamento de Psicologia Clínica da Universidade de Brasília (UnB). Brasília – DF, Brasil. *E-mail:* valeskazanello@gmail.com.

INTRODUÇÃO

Estudos de gênero sobre os impactos do ideal estético nas mulheres têm sido amplamente desenvolvidos no contexto ocidental, evidenciando como a pressão social em torno da aparência molda a forma como elas se percebem e são percebidas (Wolf, 1992; Zanello et al., 2018, 2022). Essas pesquisas demonstram que os padrões de beleza funcionam como dispositivos de controle simbólico e corporal, atravessados por lógicas de consumo, performatividade de gênero e regulação da feminilidade.

Entretanto, observa-se uma lacuna significativa em investigações que consideram as especificidades culturais e as experiências singulares de mulheres asiáticas, especialmente no que se refere à construção cotidiana dos ideais estéticos em seus contextos socioculturais. Um dos efeitos dessa perspectiva é o tratamento da categoria “mulheres” como homogênea e transcultural, o que ignora diferenças materiais, históricas e culturais entre distintos grupos (Mohanty, 1988; Narayan, 1997). Como destacam tais autores, essa fusão entre a categoria conceitual “mulheres” e as vivências concretas em contextos diversos compromete a análise das opressões de forma situada. Nesse sentido, Fallon (1990) argumenta que cada sociedade constrói suas próprias definições de atratividade, que variam conforme suas estruturas sociais e históricas.

Sob uma perspectiva crítica de gênero, o ideal de beleza tem funcionado como um dispositivo de opressão que reforça papéis e estereótipos misóginos, exigindo das mulheres a conformidade a padrões rígidos de aparência, marcados por lipofobia, racismo, etarismo e capacitismo (Zanello et al., 2022). Esse fenômeno ultrapassa a dimensão corporal, afetando a saúde mental e as relações sociais (Zanello et al., 2015, 2022). Em sociedades patriarcais, tais ideais operam como mecanismos de controle e dominação, aprofundando desigualdades e limitando o exercício pleno dos direitos das mulheres (Zanello et al., 2015).

No entanto, a análise desses dispositivos não pode ser automaticamente transposta para contextos não ocidentais sem considerar suas particularidades

culturais, históricas e sociais (Mohanty, 1988; Narayan, 1997). Embora a globalização tenha intensificado a circulação transnacional de imagens, discursos e práticas de consumo relacionados à beleza, frequentemente alinhados a valores eurocêntricos, os modos como esses ideais são apropriados e reinterpretados em diferentes culturas variam de forma significativa (Samizadeh & Wu, 2020; Wu et al., 2016). Um exemplo disso é o próprio uso do Índice de Massa Corporal (IMC) como marcador corporal. Embora seja uma ferramenta criada no Ocidente, o IMC foi incorporado em diretrizes de saúde pública em países do Leste Asiático, com pontos de corte ajustados para suas populações (WHO Expert Consultation, 2004).

Presumir que todas as sociedades operam sob o mesmo modelo patriarcal ocidental implica incorrer em uma generalização problemática, que desconsidera as formas locais de organização social e os sentidos atribuídos ao corpo e à feminilidade (Narayan, 1997). É necessário, portanto, compreender os ideais estéticos com base em suas articulações com contextos culturais específicos. Estudos como os de Samizadeh e Wu (2020) e Wu et al. (2016) indicam que, embora a busca por determinados traços físicos seja recorrente entre mulheres do Leste Asiático, isso não significa, necessariamente, o desejo de embranquecimento ou assimilação cultural. Leituras ocidentais muitas vezes incorrem nesse equívoco ao descontextualizar práticas estéticas que, na verdade, estão atravessadas por valores culturais próprios (Mohanty, 1988; Narayan, 1997). Trata-se de uma dinâmica complexa, que exige uma análise situada e sensível às nuances culturais, o que torna ainda mais evidente a escassez de estudos voltados a essa interseção.

Apesar da crescente produção sobre corporalidade em contextos asiáticos, não foram encontradas revisões integrativas que articulem, de forma crítica, as dimensões de gênero, raça e ideal estético em mulheres do Leste Asiático ou suas descendentes em países ocidentais. Esta pesquisa busca, portanto, preencher essa lacuna, tendo o presente artigo o objetivo de realizar uma revisão integrativa da literatura sobre os impactos do ideal estético em mulheres do Leste Asiático ou suas

descendentes (até a terceira geração) em países ocidentais, buscando para isso compreender as dinâmicas de gênero, raça e cultura que atravessam essas experiências.

Método

Neste trabalho, realizou-se uma revisão integrativa da literatura sobre mulheres asiáticas e o ideal de beleza, valendo-se de três importantes plataformas científicas: a SciELO, biblioteca eletrônica que integra periódicos do Brasil, da América Latina e do Caribe; os Periódicos CAPES, que reúnem bases de dados nacionais e internacionais; a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que abrange literatura científica da América Latina e do Caribe voltada para as ciências da saúde. A investigação concentrou-se em mulheres asiáticas de origem japonesa, chinesa, norte-coreana e sul-coreana. A delimitação nesses quatro países justifica-se tanto pela relevância histórica e cultural que eles têm no Brasil quanto pela necessidade de se estabelecer um recorte geográfico específico para aprofundar a análise e manter a coerência metodológica.

A revisão não adotou intervalos temporais predefinidos para as publicações. A coleta de dados foi realizada entre agosto e novembro de 2024, e a análise, conduzida de dezembro de 2024 a fevereiro de 2025. Para organizar e sistematizar o processo, o estudo foi estruturado nas seguintes etapas: (a) mapeamento inicial das publicações por meio da aplicação dos descritores nas plataformas selecionadas; (b) triagem dos títulos e resumos, com exclusão de duplicatas e materiais fora do escopo temático e metodológico; (c) leitura integral dos textos elegíveis; (d) análise dos estudos selecionados, com identificação dos principais achados e definição de temas-foco; (e) categorização final por consenso entre as duas autoras, com base nesses temas.

Foram utilizados dois grupos principais de descritores, definidos utilizando os objetivos iniciais da revisão e uma leitura exploratória preliminar. O primeiro grupo, voltado à identificação do público-alvo, incluiu termos relacionados a mulheres: “mulher” e “feminismo”. O termo “feminismo” foi incluído por sua relevância na produção teórica sobre

gênero, corpo e normatividade, permitindo acessar estudos que problematizam as construções sociais em torno da aparência feminina. O segundo grupo contemplou marcadores étnico-raciais relacionados a mulheres asiáticas: “amarela”, “asiática”, “japonesa”, “chinesa”, “coreana”, “nissei”, “sansei” e “oriental”.

Na etapa de busca, optou-se por uma estratégia mais ampla, a fim de mapear diferentes produções acadêmicas sobre mulheres asiáticas. No entanto, ao longo da análise dos materiais selecionados, o ideal estético emergiu como uma temática recorrente e significativa, o que levou as autoras a aprofundar esse eixo específico na discussão. Os descritores foram aplicados nas plataformas com o uso de operadores booleanos (AND) e truncamento (asterisco), abrangendo buscas em português, inglês, espanhol e francês.

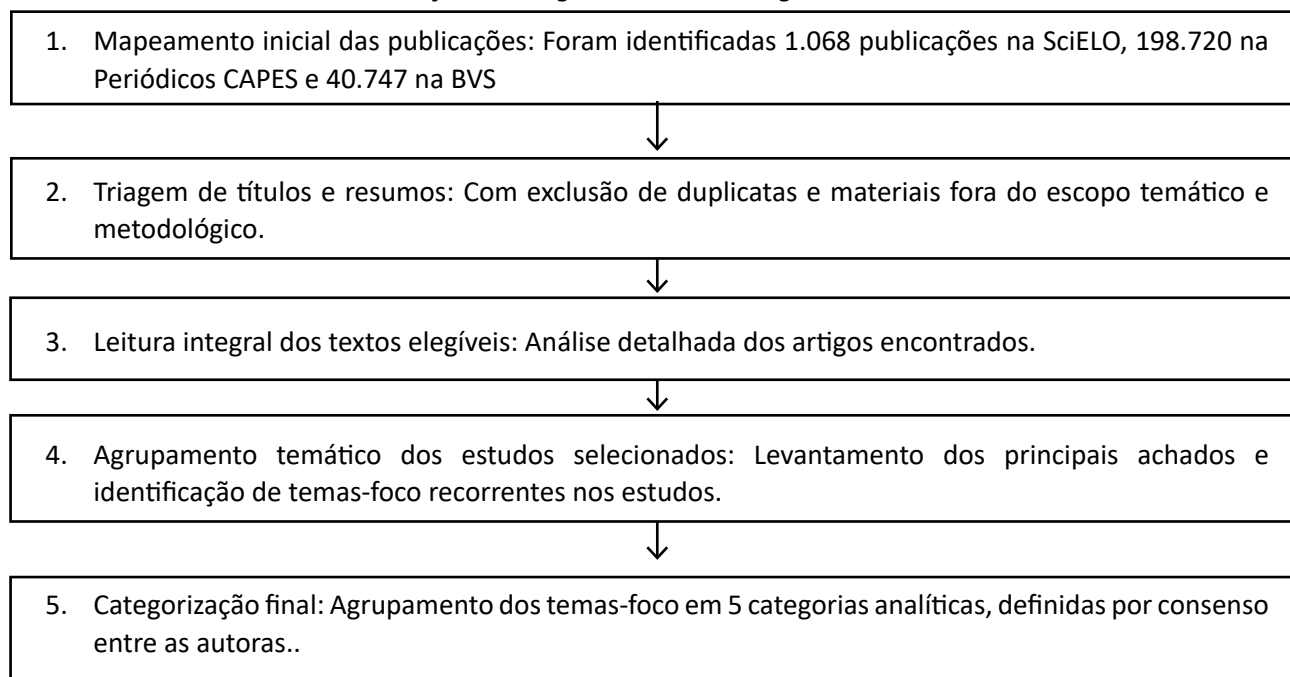
Inicialmente, identificaram-se 1 068 resultados na SciELO, 198 720 nos Periódicos CAPES e 40 747 na BVS. Após a leitura dos títulos e resumos, fez-se uma triagem inicial, excluindo-se artigos duplicados, aqueles cujo foco não recaía sobre mulheres chinesas, coreanas e japonesas (ou descendentes até a terceira geração), e os que não estavam disponíveis em acesso aberto. Como explicitado, ao analisar-se os artigos encontrados, decidiu-se por aprofundar a temática do ideal estético, o que resultou em 42 estudos selecionados. Esses foram lidos na íntegra. Nessa leitura, foram enumerados os seguintes aspectos: ano de publicação, país, participantes, método e principais resultados. Além disso, foi levantado o tema principal de cada artigo. Posteriormente, os temas foram elencados em categorias temáticas (Braun & Clarke, 2006), a saber: percepção do próprio corpo, impactos do uso das mídias e redes sociais, intervenções “cosméticas”, (ganhos da) beleza como capital e variabilidade cultural. As categorias finais foram definidas por consenso entre as autoras, com base em discussões interpretativas alinhadas aos objetivos da revisão.

A categoria “percepção do próprio corpo” reúne experiências subjetivas e sociais sobre ideal estético e autoimagem. “Impactos do uso das mídias e redes sociais” aborda como os meios digitais influenciam a construção dos padrões de beleza.

“Intervenções ‘cosmédicas’” – termo utilizado de forma crítica – refere-se à naturalização de procedimentos cirúrgicos e invasivos como extensões dos cuidados estéticos. Essa perspectiva minimiza os riscos físicos, psicológicos e sociais envolvidos, desconsiderando que tais práticas são, de fato, intervenções médicas com implicações profundas na saúde e subjetividade das mulheres. Já a categoria “(ganhos da) beleza como capital” analisa os benefícios sociais e simbólicos associados à aderência ao ideal estético. Por fim, “variabilidade cultural” destaca como a beleza é percebida, construída e vivida em diferentes contextos socioculturais.

Figura 1

Passos utilizados no método de seleção de artigos da revisão integrativa realizada



Resultados e discussão

Os resultados desta revisão evidenciam a escassa produção científica sobre o tema, indicando um campo de estudo ainda pouco explorado. Conforme sintetizado na Tabela 1, os artigos foram agrupados por categorias temáticas, a depender de seus enfoques e objetos de estudo.

Tabela 01

Temas e subcategorias identificados nos estudos analisados

Tema	N	%	Subcategorias
Percepção do próprio corpo	19	45,24	Ideal de magreza (18); Preditor de saúde (1).
Impactos do uso das mídias e redes sociais	10	23,81	Comparação (5); Percepção negativa sobre si (5).
Intervenções “cosmédicas”	6	14,29	Efeitos (3); Motivações (2); Uso de drogas (1).
(Ganhos da) Beleza como capital	4	9,52	Impacto social (3); Relação com beleza interior (1).
Variabilidade cultural	3	7,14	Comparação (1); Ao longo da vida na mesma cultura (1); Fetichização ocidental (1).

Foi realizado um recorte transversal com foco na saúde mental, contemplando todas as categorias analisadas (Tabela 2). Entre os 42 artigos selecionados, 23 mencionaram a presença de pelo menos um dos

seguintes aspectos relacionados à saúde mental: ansiedade, depressão ou transtornos alimentares. Alguns artigos não foram adicionados a esse recorte por citar de forma muito abrangente os impactos psicológicos. A seguir, apresenta-se uma tabela com a sistematização dessas informações.

Tabela 02

Sistematização dos estudos com enfoque em saúde mental

Tema	N	Artigos
Transtornos alimentares	16	Percepção do próprio corpo: Hayashi et al. 2006; Kim et al. 2008; Kim et al. 2022; Takasaki et al., 2003; Takimoto et al. 2004; Tao e Zhong, 2010; Woo, 2014; Yamamiya et al., 2024; Yao et al. 2021. Impactos do uso das mídias e redes sociais: Jackson et al., 2021; Lang & Ye, 2024; Ni, 2023. Intervenções “cosmédicas”: Liu et al., 2022; Sun, 2018. Variabilidade cultural: Ma, 2025; Pires, 2024.
Ansiedade	10	Percepção do próprio corpo: Han e Kim, 2020; Park et al., 2020; Yamamiya et al., 2024. Impactos do uso das mídias e redes sociais: Lang & Ye, 2024; Ni, 2023; Zhu et al., 2024. Intervenções “cosmédicas”: Kim e Cho, 2018; Sun, 2018. Variabilidade cultural: Kim e Lee, 2018; Pires, 2024.
Depressão	10	Percepção do próprio corpo: Han e Kim, 2020; Jang et al., 2012; Kim, 2011; Kim et al. 2008. Impactos do uso das mídias e redes sociais: Ni, 2023; Zhu et al., 2024. Intervenções “cosmédicas”: Kim e Cho, 2018; Sun, 2018. Variabilidade cultural: Kim e Lee, 2018; Pires, 2024.

Nos próximos tópicos, cada uma das categorias será apresentada detalhadamente. Os principais achados e as implicações teóricas e práticas dessas investigações serão discutidos.

Categoria A: Percepção do próprio corpo

A primeira categoria temática reúne 19 estudos sobre percepção corporal, autopercepção do peso e desejo de magreza entre mulheres asiáticas. O ideal de magreza foi o tema predominante (presente em 18 artigos) – sua centralidade revela como esse padrão atravessa fases da vida e se associa a riscos subjetivos e comportamentais.

Tabela 03

Síntese dos estudos analisados na categoria A: país, participantes e método

continua

Referência	País	Participantes	Método	Tema
Fang et al. (2021)	China	43.077 mulheres chinesas entre 18 e 49 anos, residentes em áreas urbanas e rurais, participantes do China National Chronic Diseases and Nutrition Surveillance	Método quantitativo, com análise estatística descritiva e associativa, utilizando dados secundários de inquérito nacional como instrumento	Ideal de magreza
Han e Kim (2020)	Coreia do Sul	423 mulheres coreanas no pós-parto, selecionadas a partir do Painel de Crianças Coreanas (PSKC)	Método quantitativo longitudinal, com análise autoregressiva cross-lagged e estatísticas descritivas, utilizando dados secundários do PSKC e escalas validadas de autoestima (Rosenberg) e depressão (Kessler) como instrumentos	
Hayashi et al. (2006)	Japão	1731 mulheres japonesas não grávidas e não lactantes, entre 15 e 39 anos, com dados disponíveis de altura, peso e alimentação, participantes do inquérito nacional NNS-J realizado em 1998	Método quantitativo, com análise estatística descritiva, ANOVA, testes do qui-quadrado e regressão logística multivariada, utilizando dados secundários do inquérito NNS-J e questionário alimentar como instrumentos	

Referência	País	Participantes	Método	Tema
Jang et al., (2012)	Coreia do Sul	5.485 mulheres sul-coreanas com 19 anos ou mais, identificadas como fumantes pelo teste de cotinina urinária, participantes da pesquisa nacional de saúde e nutrição (KNHANES) de 2008–2009	Método quantitativo, com análise estatística multivariada (regressão logística), utilizando dados secundários do inquérito KNHANES como instrumento	
Kim (2011)	Coreia do Sul	953 mulheres sul-coreanas de 20 a 29 anos, participantes da pesquisa nacional de saúde e nutrição (KNHANES) de 2001 e 2005	Método quantitativo, com análise estatística descritiva e regressão logística, utilizando dados secundários do inquérito KNHANES como instrumento	
Kim et al. (2008)	Coreia do Sul	8.581 mulheres sul-coreanas, entre 20 e 64 anos, residentes em Seul, participantes do inquérito populacional Seoul Citizens Health Indicator Survey (SCHIS), conduzido por entrevistas presenciais domiciliares	Método quantitativo, com análise descritiva e regressão logística multinomial, utilizando questionário estruturado com autorrelato como instrumento	
Kim et al. (2022)	Coreia do Sul	808 mulheres sul-coreanas com 16 anos ou mais, sendo 645 universitárias recrutadas por anúncio em redes sociais de 14 universidades de Seul, e 163 pacientes diagnosticadas com anorexia ou bulimia nervosa atendidas em ambulatório especializado do Hospital Seoul Paik	Método quantitativo, com regressão logística multinomial e análise estatística descritiva, utilizando entrevistas presenciais, recordatório alimentar de 24h e questionários validados (FRS e OCI-R) como instrumentos	
Park et al., (2019)	Coreia do Sul	8.906 mulheres sul-coreanas entre 20 e 79 anos, selecionadas por amostragem aleatória estratificada a partir do inquérito nacional K-Stori	Método quantitativo, com análise estatística descritiva, coeficiente Kappa ponderado e regressão logística multinomial, utilizando questionário estruturado como instrumento	
Park et al. (2020)	Coreia do Sul	9.288 mulheres sul-coreanas com IMC entre 18,5 e 25, selecionadas a partir do inquérito nacional KNHANES (2013–2017)	Método quantitativo, com análise estatística descritiva, tabulação cruzada, modelo linear generalizado (GLM) e regressão logística, utilizando dados secundários do inquérito KNHANES como instrumento	
Shiraishi et al. (2024)	Japão	385 mulheres japonesas grávidas entre 20 e 36 semanas de gestação, com gravidez única e sem histórico de doenças como diabetes, hipertensão ou transtornos psicológicos, recrutadas em centro perinatal de Osaka	Método quantitativo, com análise estatística descritiva, teste qui-quadrado, ANOVA e regressão logística multinomial, utilizando questionário estruturado, escala de silhuetas (Body Shape Silhouette) e a J-PWGAS como instrumentos	
Takasaki et al. (2003)	Japão	578 mulheres japonesas entre 18 e 21 anos, universitárias de Akita e subúrbios de Tóquio, selecionadas por conveniência a partir de aplicação de questionário	Método quantitativo, com análise estatística descritiva e tabulação cruzada, utilizando questionário estruturado como instrumento	
Tao e Zhong (2010)	China	236 mulheres chinesas entre 30 e 52 anos, mães de alunos de duas escolas primárias urbanas de Xangai	Método quantitativo, com análise estatística descritiva, ANOVA e regressão linear, utilizando a versão chinesa do questionário EDI-2 (Eating Disorder Inventory-2) como instrumento	
Tsuchiya et al. (2019)	Japão	234 mulheres japonesas saudáveis no sexto mês de gestação, sendo 16 participantes fotografadas em uma escola de natação para gestantes e 218 participantes atendidas em uma clínica obstétrica próxima	Método quantitativo, com análise estatística descritiva, correlação de Pearson e coeficiente Kappa, utilizando questionário autopreenchido e escala de silhuetas (FRS) como instrumentos	
Woo (2014)	Coreia do Sul	657 estudantes universitárias sul-coreanas, entre 18 e 21 anos, localizadas em Seul, Busan, Ulsan, Daejeon, Chungcheongnam-do e Gangwon-do, não pertencentes ao curso de educação física, recrutadas por conveniência	Método quantitativo, com análise estatística descritiva e inferencial, utilizando questionários autopreenchidos e medidas antropométricas como instrumentos	

Referência	País	Participantes	Método	Tema
Yamamiya et al. (2024)	Japão	173 mulheres japonesas, estudantes universitárias de Tóquio e Miyagi, recrutadas por conveniência em salas de aula de cursos de graduação	Método quantitativo, com análise estatística correlacional, utilizando questionários autopreenchidos como instrumento	
Yao et al. (2021)	China	4218 mulheres chinesas entre 12 e 50 anos, residentes de 15 províncias da China, participantes da edição de 2015 do inquérito China Health and Nutrition Survey (CHNS)	Método quantitativo, com análise estatística descritiva e comparativa, utilizando dados secundários do CHNS, questionário SCOFF e itens selecionados do Eating Disorders Examination-Questionnaire (EDE-Q) como instrumentos	
Yasuda (2023)	Japão	90 mulheres japonesas jovens classificadas em três grupos conforme o IMC	Método quantitativo, com análise estatística descritiva, utilizando questionário estruturado sobre percepção e desejo de mudança corporal, além de testes físicos para avaliação de sarcopenia (força muscular, capacidade física e massa muscular) como instrumentos	
Boo (2013)	Coreia do Sul	1.739 mulheres sul-coreanas com 20 anos ou mais, com IMC ≥ 23 , não gestantes ou lactantes, selecionadas a partir do KNHANES IV (2008)	Método quantitativo, com análise estatística descritiva, testes de qui-quadrado, correlação de Spearman e regressão logística, utilizando dados secundários do KNHANES IV	Preditor de saúde

Dentro do tema “ideal de magreza”, destacaram-se a insatisfação e a dismorfia: os estudos apontam uma elevada discrepância entre o IMC – ainda amplamente utilizado como referência na literatura oriental, apesar de suas limitações – e a percepção subjetiva do corpo, evidenciando altos níveis de insatisfação e distorção da autoimagem. Fang et al. (2021) identificaram que cerca de 45% das mulheres chinesas em idade reprodutiva avaliavam seu peso de forma imprecisa, o que se associava a baixa autoestima e dificuldades de autoaceitação. De modo semelhante, Jang et al. (2012) observaram que mulheres com IMC baixo, mas que se percebiam com sobrepeso, apresentavam maior propensão ao consumo de cigarro — prática que, além de configurar um comportamento de risco à saúde, também pode ser mobilizada como estratégia estética voltada ao controle de peso, refletindo a internalização de ideais magros. Corroborando esses achados, Kim (2011) demonstrou que a percepção de estar acima do peso, independentemente do peso real, esteve associada à ideação suicida entre mulheres coreanas, especialmente em uma análise longitudinal entre 2001 e 2005.

Os dados de Park et al. (2019) apontam que as distorções na percepção de peso variam geracionalmente, sendo a superestimação do próprio peso mais recorrente entre mulheres jovens. Já Park et al. (2020) identificaram que fatores socioprofissionais também influenciam essa percepção, com maior prevalência de autoimagem distorcida entre mulheres que atuam nos setores de serviços e vendas. Nesse estudo, 87,6% das participantes com IMC eutrófico (IMC “normal”) apresentaram distorções na autoimagem, associadas a tentativas frequentes de emagrecimento, maior consumo de tabaco e alterações nos padrões de sono.

A internalização do ideal magro foi aprofundada por Takasaki et al. (2003), que verificaram que, mesmo com IMC considerado saudável, mulheres jovens japonesas se classificavam como “um pouco gordas” ou “gordas” e desejavam alcançar corpos ainda mais magros do que os julgados atrativos pelos homens. Essa idealização, segundo as autoras, é fortemente moldada pela mídia e pelo olhar masculino. Woo (2014) corroborou esse dado ao constatar que universitárias coreanas com IMC dentro da faixa eutrófica superestimavam seu peso, demonstrando alta insatisfação com a aparência e elevadas pontuações em escalas de risco para transtornos alimentares.

Yamamiya et al. (2024) acrescentaram que, quanto maior a internalização do ideal de magreza e a tendência à comparação social, maior a superestimação do tamanho corporal. Além disso, a insatisfação se intensificava ao utilizar-se ferramentas visuais como escalas figurativas, em contraste com avaliações baseadas

no IMC, evidenciando o impacto simbólico da representação visual na construção da autoimagem.

Sobre as práticas alimentares e comportamentos relacionados a dieta, quatro estudos ofereceram contribuições relevantes. Kim et al. (2008) investigaram a função mediadora da percepção do peso corporal (PPC) na relação entre o (IMC), comportamentos não saudáveis de controle de peso (como jejum, uso de laxantes e pílulas dietéticas) e humor deprimido em mulheres adultas. Os resultados indicaram que a PPC distorcida mediava tanto a relação entre IMC e comportamentos disfuncionais quanto entre IMC e sintomas depressivos. Mulheres que se percebiam mais pesadas do que realmente eram apresentaram maior propensão a condutas alimentares prejudiciais, além de maior risco de humor deprimido em comparação com aquelas cuja percepção corporal estava mais alinhada ao IMC real.

A investigação de Kim et al. (2022) ampliou a discussão ao analisar fatores que contribuem para condições extremas de peso e transtornos alimentares em mulheres jovens. Mulheres com baixo peso relataram maior consumo de carboidratos com ingestão reduzida de lipídios, alimentação mais lenta e maior duração de sono. Já mulheres com sobrepeso ou obesidade apresentaram maior frequência de episódios de compulsão alimentar e histórico de tabagismo. Entre mulheres com diagnóstico de transtorno alimentar, observou-se a coexistência de padrões alimentares e de exercício extremos, sobretudo na bulimia nervosa, que apresentou maior discrepância entre corpo idealizado e percepção atual. A insatisfação corporal foi mais acentuada na bulimia em relação à anorexia, sugerindo que o descompasso entre ideal e realidade pode impulsionar o ciclo de dietas e restrições.

Complementando esses achados, Tao e Zhong (2010) identificaram que, mesmo entre mulheres com IMC dentro da faixa de normalidade, havia elevada insatisfação corporal e desejo de perda de peso, especialmente nos grupos etários mais jovens e de meia-idade. Além disso, mulheres com sobrepeso ou obesidade relataram níveis significativamente mais altos de insatisfação com a imagem corporal. Esses dados evidenciam a disseminação de padrões corporais idealizados, que

não apenas afetam jovens adultas, mas também se estendem a mulheres em diferentes fases da vida.

Por fim, o estudo de Yao et al. (2021) trouxe uma perspectiva populacional ao descrever a prevalência e os fatores sociodemográficos associados aos comportamentos alimentares disfuncionais em mulheres chinesas, como a maior prevalência entre residentes de áreas urbanas e mulheres com níveis mais altos de escolaridade. Além disso, comportamentos como restrição alimentar, preocupações com a forma corporal e preocupações com o peso foram mais frequentes entre mulheres com IMC mais elevado, sugerindo que a internalização do ideal magro não apenas se generalizou, como também se relaciona com variáveis contextuais, como urbanização e capital educacional.

Três estudos trazem uma compreensão contextualizada do fenômeno da insatisfação corporal e da busca por magreza, evidenciando como essas questões estão inseridas em dinâmicas socioculturais, regionais e geracionais.

Hayashi et al. (2006) analisaram a percepção do tamanho corporal e o desejo por magreza com base em uma amostra populacional japonesa, evidenciando que mulheres residentes em áreas metropolitanas apresentavam tanto IMC real quanto desejado significativamente menores em comparação àquelas que viviam em cidades menores. A superestimação do tamanho corporal foi especialmente pronunciada entre adolescentes (15-19 anos), enquanto a percepção mais acurada foi observada em mulheres de 25 a 29 anos. De modo geral, tanto mulheres jovens quanto de meia-idade manifestaram um desejo intenso por magreza, mais acentuado em contextos urbanos. Além disso, o estudo identificou que mulheres que superestimavam o tamanho de seus corpos eram também as que mais desejavam emagrecer, reforçando o papel das distorções perceptivas como fator de risco para comportamentos alimentares disfuncionais.

Esses achados são aprofundados por Takimoto et al. (2004), cujo estudo longitudinal descreveu mudanças na antropometria de mulheres japonesas entre 15 e 29 anos ao longo de 25 anos. Houve redução significativa do IMC médio, especialmente entre mulheres de 25 a 29 anos em áreas metropolitanas,

com aumento expressivo na prevalência de magreza (IMC < 18,5 kg/m²) e magreza extrema (IMC < 17 kg/m²). Em 2000, cerca de 25% das mulheres de 20 a 29 anos já se enquadravam como magras. Esses padrões foram associados a percepções corporais distorcidas (mais de 40% se viam acima do peso, mesmo com IMC entre 20 e 21 kg/m²), baixa ingestão calórica, aumento do tabagismo e possíveis vínculos com transtornos alimentares — indicando múltiplos fatores socioculturais implicados na queda dos níveis de IMC.

Já Yasuda (2023) investigou o desejo de atingir a magreza com base na comparação entre formas corporais objetivas e subjetivas. Os resultados revelaram uma dissociação marcante entre a composição corporal real e a percepção das participantes. Mesmo entre mulheres com peso normal, 52,2% consideraram sua forma corporal como acima do ideal; entre aquelas com baixo peso, 33% desejavam perder gordura, mesmo já apresentando um IMC médio de 17,9 kg/m². Essa distorção é agravada pelo fato de que 77,8% dessas mulheres com baixo peso percebiam sua condição como normal. Além disso, o peso médio ideal desejado (47,4 kg; IMC = 19,1 kg/m²) ficou significativamente abaixo tanto do peso médio real (51,4 kg; IMC = 20,7 kg/m²) quanto do peso considerado saudável (54,6 kg; IMC = 22 kg/m²). Tais discrepâncias apontam para um forte desejo por magreza que ultrapassa os limites clínicos de saúde, configurando um padrão de insatisfação corporal disseminado e naturalizado. O estudo também destaca o papel da cultura na construção desse ideal, associando a magreza a símbolos de beleza, sucesso e aceitação social no contexto japonês contemporâneo.

Três artigos trataram da relação entre desejo de magreza e gravidez, apontando como a gestação influencia e é influenciada por percepções corporais, histórico de restrição alimentar e aspectos emocionais como autoestima e depressão. De maneira geral, os artigos revelam que mesmo durante o período gestacional a pressão estética pela magreza continua exercendo influência sobre a autoimagem e o bem-estar das mulheres.

Tsuchiya et al. (2019) investigaram o grau e a direção da insatisfação corporal entre gestantes japonesas no segundo trimestre, utilizando uma

escala visual adaptada especificamente para o sexto mês de gestação. Os resultados mostraram que, mesmo no contexto de gravidez, muitas mulheres demonstraram insatisfação com seus corpos e expressaram o desejo de serem mais magras. A superestimação do tamanho corporal foi um dado recorrente: grande parte das participantes acreditava estar acima do peso, apesar das transformações naturais do corpo gestacional. Esse padrão perceptivo foi consistente com estudos prévios com mulheres não grávidas, sugerindo a persistência de uma distorção corporal enraizada, independente do estado fisiológico.

Shiraishi et al. (2024) aprofundaram essa discussão ao investigar a associação entre imagem corporal e ganho de peso gestacional. Os dados indicaram que mulheres com histórico de restrição alimentar e percepção corporal negativa apresentaram maior risco de ganho de peso excessivo durante a gravidez. Por outro lado, aquelas que percebiam seus corpos como “magros” estavam mais propensas a um ganho de peso insuficiente durante a gestação. Tais achados evidenciam que tanto a autopercepção distorcida quanto os comportamentos anteriores à gravidez influenciam diretamente os desfechos gestacionais, apontando para a necessidade de um acompanhamento mais atento e sensível por parte dos profissionais de saúde.

Por fim, Han e Kim (2020) investigaram a relação entre depressão e autoestima em mulheres coreanas no período pós-parto, destacando como esses aspectos emocionais estão profundamente entrelaçados com a imagem corporal. Os resultados, obtidos por meio de análise longitudinal com modelo autorregressivo cruzado defasado, mostraram que a autoestima reduzida durante a gestação pode contribuir para o agravamento de quadros depressivos no pós-parto e vice-versa. A percepção negativa do corpo, especialmente entre aquelas que não conseguiram retornar ao peso anterior à gravidez, foi um fator recorrente nas experiências de sofrimento emocional. Além disso, o estudo alertou para o risco aumentado de complicações gestacionais e impactos duradouros na saúde mental entre mulheres que apresentaram ganho de peso excessivo durante a gestação.

Por último, Boo (2013) investigou a relação entre IMC, percepção de peso e esforços de perda de peso em mulheres coreanas com sobrepeso ou obesidade. Esse artigo foi categorizado como um preditor de saúde, uma vez que os dados indicaram que a percepção de peso exerce papel mediador entre o nível de obesidade e a adoção de estratégias de emagrecimento. Mulheres mais pesadas tenderam a subestimar seu peso, especialmente as mais velhas, o que para o autor pode comprometer a eficácia de intervenções em saúde. O estudo reforçou a necessidade de considerar a autoimagem corporal ao formular estratégias de promoção da saúde e programas voltados à gestão do peso.

Em síntese, os estudos reunidos nesta categoria evidenciam que o ideal de magreza atravessa dimensões fisiológicas, emocionais, comportamentais e simbólicas na vida das mulheres do Leste Asiático. Ainda que o IMC seja amplamente utilizado como critério de mensuração nos estudos analisados, os achados revelam uma dissonância marcante entre medidas biomédicas e percepções subjetivas de adequação corporal. Em muitos casos, a magreza idealizada não se restringe a índices numéricos, mas se associa a valores culturais como autocontrole, juventude, delicadeza e aceitação social. Essa normatividade estética se mostra presente em diferentes fases da vida, inclusive na gestacional, e é reiterada por mecanismos sociais de comparação e vigilância. No fim, o que se observa é a construção de um corpo idealizado que ultrapassa os parâmetros clínicos de saúde e opera como exigência identitária e moral, o que reforça a importância de considerar os atravessamentos culturais e de gênero na compreensão da relação entre corpo, saúde e aparência.

Categoria B: Impactos do uso das mídias e redes sociais

A segunda categoria refere-se aos impactos do uso das mídias e redes sociais, incluindo dez estudos. A Tabela 4 apresenta uma síntese dos artigos analisados, com destaque para país, perfil das participantes e método utilizado.

Tabela 04

Síntese dos estudos analisados na categoria B: país, participantes e método

continua

Referência	País	Participantes	Método	Tema
Hu e Gu (2023)	China	530 mulheres chinesas, entre 14 e 60 anos, com variados níveis educacionais, recrutadas por painel <i>on-line</i> da plataforma Wenjuanxing	Método quantitativo, com modelagem de equações estruturais, utilizando questionário estruturado aplicado <i>on-line</i> como instrumento	Comparações sociais
Kim (2018)	Coreia do Sul	305 mulheres sul-coreanas entre 18 e 29 anos, usuárias do Facebook, recrutadas por painel <i>on-line</i> de empresa de pesquisa da Coreia	Método quantitativo, com modelagem de equações estruturais, utilizando questionário <i>on-line</i> como instrumento	
Lang e Ye (2024)	China	24 mulheres chinesas, entre 18 e 21 anos, universitárias de Sichuan, usuárias de redes sociais, recrutadas por conveniência em cartazes <i>on-line</i> e contato com docentes da universidade	Método qualitativo, com análise temática, utilizando entrevistas semiestruturadas como instrumento	
Ni (2023)	China	Meninas chinesas entre 13 e 20 anos, com histórico de comportamento de controle de peso e acesso a redes sociais, recrutadas por amostragem intencional via WeChat e Tencent Meeting	Método qualitativo, com análise temática, utilizando entrevistas em profundidade e observação <i>on-line</i> como instrumentos	
Park e Chun (2020)	Coreia do Sul	15 mulheres sul-coreanas da Geração Z (14 a 24 anos), com alto consumo de vídeos de moda em YouTube/Instagram, recrutadas por conveniência	Método qualitativo, com análise fenomenológica, utilizando entrevistas semiestruturadas como instrumento	
Duan et al. (2022)	Coreia do Sul	746 mulheres chinesas, entre 17 e 24 anos, universitárias da China Central, recrutadas por conveniência via anúncios online e aplicação presencial em sala de aula	Método quantitativo, com análise estatística descritiva, correlação e mediação moderada, utilizando questionário como instrumento	Percepção negativa sobre si

Tabela 04*Síntese dos estudos analisados na categoria B: país, participantes e método**conclusão*

Referência	País	Participantes	Método	Tema
Jackson et al. (2021)	China	Estudo 1: 225 mulheres e 151 homens adultos, recrutados <i>on-line</i> , participantes de pesquisa sobre familiaridade com o desafio A4 Estudo 2: 120 mulheres universitárias chinesas, sendo 45 que passaram no desafio A4 e 75 pares de peso médio, recrutadas por conveniência Estudo 3: 205 mulheres universitárias chinesas, alocadas aleatoriamente em três grupos de exposição a diferentes imagens corporais	Estudo 1: Método quantitativo transversal, com análise descritiva e comparativa entre grupos, utilizando questionário <i>on-line</i> como instrumento Estudo 2: Método quantitativo comparativo, com análise de variância e medidas de imagem corporal, utilizando questionário estruturado como instrumento Estudo 3: Método experimental, com análise de regressão e comparação entre grupos, utilizando imagens e escalas de insatisfação corporal como instrumentos	
Saito (2017)	Japão	238 mulheres japonesas, entre 18 e 23 anos, estudantes universitárias de Tóquio, recrutadas presencialmente em sala de aula durante curso de psicologia social	Método quantitativo, com análise estatística descritiva e uso de questionário estruturado como instrumento	
Yumen et al. (2023)	Japão	196 mulheres japonesas, entre 20 e 29 anos, universitárias e não empregadas, com acesso a redes sociais, recrutadas por meio de panfletos, redes sociais e <i>e-mails</i>	Método quantitativo transversal, com análise estatística descritiva e inferencial, utilizando questionário <i>on-line</i> como instrumento	
Zhu et al. (2024)	China	400 mulheres chinesas, majoritariamente entre 18 e 25 anos, usuárias de vídeos curtos, recrutadas por conveniência via redes sociais	Método quantitativo, com análise estatística e modelo de mediação (PROCESS), utilizando questionário <i>on-line</i> como instrumento	

Foram encontrados três artigos sobre comparação com ídolos e dois sobre comparação com pares. No que tange às comparações com ídolos mulheres, Hu e Gu (2023) investigaram a relação entre o consumo de dramas televisivos voltados ao público feminino e variáveis como sexismo, internalização de ideais de beleza e vigilância corporal entre espectadoras na China. Os resultados indicam que o consumo desses conteúdos está negativamente associado à internalização de padrões de beleza, sugerindo que tais representações não são percebidas como ideais identificáveis pelas mulheres chinesas contemporâneas. Uma hipótese para isso é a predominância de dramas chineses se desenvolverem ao redor de contextos fantasiosos ou históricos. Ainda que os dramas promovam discursos de independência e igualdade de gênero, foi percebido na pesquisa que eles frequentemente reforçam estereótipos patriarcais por meio da reprodução de uma estética masculina que valoriza a vulnerabilidade feminina.

Complementarmente, Lang e Ye (2024) analisaram a percepção de jovens mulheres chinesas acerca dos ideais de beleza e do movimento de positividade corporal nas mídias sociais. As participantes apontaram um ideal estético magro, curvilíneo e sexualizado, evidenciando uma tensão entre discursos de autonomia e a persistência de padrões inatingíveis. Apesar de parte das entrevistadas reconhecer benefícios na adoção de práticas como o uso de maquiagem, os dados sugerem uma internalização inconsciente de padrões hegemônicos. Os autores questionam-se, ainda, sobre a autenticidade do movimento “*body positive*”, tendo em vista que parte significativa do conteúdo analisado reproduz os mesmos padrões tradicionais que o movimento visa criticar.

Na mesma direção, Park e Chun (2020) exploraram a ação de influenciadoras de moda no YouTube sobre mulheres da Geração Z. A identificação com as YouTubers, percebidas como mais próximas do cotidiano das participantes do que celebridades tradicionais, favoreceu a adoção de comportamentos e

valores estéticos semelhantes. No entanto, essa proximidade também estimulou comparações que impactaram negativamente a imagem corporal das entrevistadas, revelando uma tensão entre o desejo de individualidade e a conformidade com padrões idealizados.

No que se refere às comparações com pares, Kim (2018) examinou a relação entre o uso do Facebook e as preocupações com a imagem corporal entre jovens mulheres sul-coreanas. A frequência de comportamentos de autopromoção e interação social esteve positivamente associada à comparação de aparência com outras usuárias da rede, o que, por sua vez, relacionou-se a menores níveis de satisfação corporal e ao desejo de magreza.

Ni (2023) complementa essa discussão ao analisar a formação da cultura da magreza entre jovens chinesas. O estudo identificou que as mídias sociais não apenas promovem ideais corporais, mas também os quantificam, reforçando práticas de julgamento e validação social. As interações entre pares, via comunicação, comparação e imitação, operam como vetores que sustentam normas corporais hegemônicas e alimentam o desejo por corpos esguios, incompatíveis com a diversidade corporal real.

Nos artigos voltados à percepção negativa de si, Saito (2017) evidenciou que a influência da leitura de revistas de moda na busca por magreza é mediada pela internalização dos ideais de magreza, indicando que o consumo desse tipo de mídia favorece a adoção de padrões corporais irrealistas como meta pessoal. Yumen et al. (2023) identificaram que jovens japonesas que faziam uso prolongado das redes sociais apresentavam físicos reais e ideais mais magros do que aquelas que faziam uso reduzido. Curiosamente, não se observou diferença significativa nos níveis de insatisfação corporal entre os grupos, o que pode estar relacionado ao fato de que o grupo com uso mais intenso apresentava um IMC médio já abaixo do considerado saudável, tornando menos provável a presença de insatisfação explícita.

Zhu et al. (2024) aprofundaram a discussão ao examinar o impacto do vício em vídeos curtos sobre a autoidentidade e a autoestima feminina. Os achados indicam que o vício em tais conteúdos tem um efeito direto negativo na autoidentidade

e autoestima, sendo parcialmente mediado pela objetificação de conteúdos femininos. Mulheres mais expostas tendem a internalizar padrões que reduzem a autoaceitação e intensificam a ansiedade relacionada à aparência. A internalização de ideais de beleza, por sua vez, não demonstrou efeito mediador significativo, o que sugere que sua influência pode ser motivada mais por desejos de autoaperfeiçoamento do que por comparações negativas diretas.

Duan et al. (2022) demonstraram que atividades relacionadas a publicação e interação com fotos nas redes sociais estão associadas ao aumento da insatisfação corporal. Esse processo ocorre pela internalização do ideal de aparência promovido pela mídia, o que corrobora os pressupostos da teoria sociocultural. A aceitação corporal, nesses casos, não parece suficientemente robusta para contrabalançar a força dos ideais internalizados.

Por fim, Jackson et al. (2021) analisaram o “A4 challenge” — um desafio viralizado nas mídias sociais chinesas no qual mulheres exibem a própria cintura atrás de uma folha A4 na vertical, como forma de demonstrar magreza extrema — em três estudos distintos. Embora a exposição ao desafio não tenha gerado aumento significativo na insatisfação corporal entre todas as participantes, mulheres com insatisfação corporal apresentaram maior vulnerabilidade à autoavaliação negativa após o contato com essas imagens.

Em síntese, os estudos reunidos nesta categoria evidenciam que o uso das mídias e redes sociais exerce influência significativa sobre a construção da imagem corporal de mulheres asiáticas, tanto por meio de comparações sociais quanto pela internalização de padrões idealizados. As redes funcionam como espaços de reforço simbólico, nos quais normas estéticas são continuamente reproduzidas, quantificadas e validadas socialmente. Ainda que alguns conteúdos promovam discursos de autonomia e diversidade, observa-se a persistência de modelos corporais homogêneos e inatingíveis, que geram sofrimento psíquico, reforçam a vigilância sobre o corpo e ampliam as exigências de autoaperfeiçoamento.

Categoria C: Intervenções “cosmédicas”

A terceira categoria refere-se às chamadas intervenções “cosmédicas”, englobando seis estudos que abordam procedimentos estéticos invasivos sob diferentes enfoques. A Tabela 5 apresenta uma síntese dos artigos analisados, com destaque para país, perfil das participantes e método utilizado.

Tabela 05

Síntese dos estudos analisados no Tema C: país, participantes e método

Referência	País	Participantes	Método	Tema
Kim e Cho (2018)	Coreia do Sul	7 mulheres sul-coreanas, entre 20 e 39 anos, com histórico de cirurgias e procedimentos estéticos, todas com efeitos adversos	Método qualitativo, com análise fenomenológica de Colaizzi, utilizando entrevistas em profundidade como instrumento	Efeitos das intervenções “cosmédicas”
Seo et al. (2019)	Coreia do Sul	330 mulheres sul-coreanas, entre 20 e 29 anos, recrutadas por amostragem aleatória em painel <i>on-line</i> nacional	Método quantitativo, com análise estatística descritiva e inferencial, utilizando questionário estruturado como instrumento	
Wu et al. (2023)	China	225 mulheres chinesas, entre 18 e 59 anos, alocadas em grupos intervenção (n = 127) e controle (n = 98), com participação voluntária	Método quantitativo experimental, com análise de variância (ANOVA) e uso de questionários <i>on-line</i> como instrumento	
Kim (2022)	Coreia do Sul	651 mulheres sul-coreanas, entre 20 e 49 anos, integrantes de um painel de pesquisa <i>on-line</i> sediado em Seul, com participação remunerada	Método quantitativo, com análise multivariada (ANOVA e regressão), via questionário estruturado aplicado <i>on-line</i>	Motivações de realizar as intervenções “cosmédicas”
Sun (2018)	China	336 mulheres chinesas universitárias, entre 17 e 21 anos, com IMC entre 15,79 e 27,18, recrutadas via questionário <i>on-line</i> em disciplinas de psicologia	Método quantitativo, com análise de correlação e modelagem de equações estruturais, utilizando questionário <i>on-line</i> como instrumento	
Liu et al. (2022)	China	29 mulheres chinesas, entre 16 e 48 anos, usuárias de drogas ilícitas para controle de peso, residentes em um centro de reabilitação compulsória no leste da China	Método qualitativo exploratório, com análise temática, utilizando entrevistas semiestruturadas como instrumento	Uso de drogas associado à busca por padrões corporais

No que se refere aos efeitos das intervenções, Kim e Cho (2018) identificaram seis momentos vividos por mulheres sul-coreanas após cirurgias estéticas: (1) a decisão pela cirurgia como meio de se reinventar, influenciada por fatores socioculturais; (2) a vivência de efeitos colaterais físicos e emocionais inesperados; (3) o esforço para aceitar as mudanças irreversíveis no corpo; (4) a tentativa de superação por meio de novos procedimentos; (5) o reconhecimento das limitações e padronizações impostas pelo modelo estético hegemônico; (6) a adoção de um estilo de vida mais crítico e reflexivo, com desejo de compartilhar a experiência como forma de alerta social.

Ainda na Coreia do Sul, Seo et al. (2019) analisaram a relação entre aparência, procedimentos estéticos e aceitação social entre mulheres jovens. Embora 97,9% tivessem recebido informações sobre riscos, apenas

0,9% foram orientadas por profissionais da saúde. Dos achados, destacam-se: 37,6% já haviam se submetido a procedimentos; 59,0% tinham intenção de realizar novos procedimentos; a satisfação com a aparência correlacionou-se positivamente com a autoestima e negativamente com o IMC. A cada ano adicional de idade, a chance de já ter passado por alguma intervenção aumentava em 17%.

Na China, Wu et al. (2023) avaliaram uma intervenção baseada em dissonância cognitiva para reduzir a aceitação da cirurgia plástica. Houve efeitos imediatos, ainda que de baixa magnitude, na diminuição da internalização de ideais de beleza. No entanto, os resultados não se mantiveram após quatro semanas, indicando a necessidade de ações mais consistentes diante das intensas pressões culturais sobre a aparência.

Quanto às motivações para a realização das intervenções, Kim (2022) identificou diferentes influências entre mulheres que já haviam passado por cirurgias e aquelas que nunca haviam feito. No primeiro grupo, a aceitação era reforçada pela comparação com pessoas mais atraentes e pela percepção da aparência como caminho para o sucesso social. No segundo, predominavam a internalização de padrões estéticos e a vigilância corporal. Em ambos os casos, fatores como objetificação e comparação ascendente exerceram influência relevante.

Complementando essas análises, Sun (2018) investigou o impacto dos valores materialistas sobre a intenção de realizar cirurgias plásticas entre universitárias chinesas. O estudo apontou que valores materialistas favorecem a internalização dos ideais de perfeição, elevam a insatisfação com a aparência e intensificam a objetificação do corpo. A atratividade física foi percebida como capital simbólico, associado a *status* e reconhecimento social.

Por fim, Liu et al. (2022) revelaram a utilização de drogas ilícitas para controle de peso entre mulheres chinesas, mesmo entre aquelas com IMC dentro da normalidade. O uso era iniciado por influência de redes sociais e relatos de “efeitos milagrosos”. Apesar dos prejuízos à saúde, muitas valorizavam os resultados estéticos alcançados. A prática era legitimada pelos pares, revelando um cenário preocupante de naturalização do sofrimento em nome da magreza e da validação social.

Em síntese, os estudos analisados revelam que as intervenções “cosmédicas” não podem ser compreendidas de forma dissociada dos contextos socioculturais que moldam os significados atribuídos ao corpo feminino. Os dados apontam para a persistente valorização de padrões estéticos normativos reforçados por discursos midiáticos, práticas relacionais e valores materialistas. A busca por intervenções corporais, mesmo diante de riscos à saúde física e mental, indica uma lógica de autoaperfeiçoamento que naturaliza o sofrimento como parte da trajetória feminina. Tais evidências reforçam a urgência de ações críticas e educativas que questionem os ideais de beleza impostos e ampliem os sentidos possíveis de corpo, saúde e valor pessoal.

Tema D: (Ganhos da) Beleza como capital

A quarta categoria abrange quatro estudos que investigam como a beleza opera como capital – simbólico, social e econômico – na vida de mulheres chinesas e sul-coreanas. A Tabela 6 apresenta um panorama geral dos estudos analisados.

Tabela 06

Síntese dos estudos analisados na Categoria D: país, participantes e método

Referência	País	Participantes	Método	Tema
Baek e Choo (2018)	Coreia do Sul	285 sul-coreanos, entre 19 e 29 anos (Estudo 1: 128 universitários de Seul; Estudo 2: 157 adultos recrutados online)	Método quantitativo experimental, com dois estudos (laboratorial e <i>on-line</i>), utilizando manipulação de altura e magreza como técnica e escalas validadas como instrumentos	Impacto social

Referência	País	Participantes	Método	Tema
Zhang et al. (2014)	China	264 mulheres chinesas, entre 18 e 30 anos, solteiras, heterossexuais, universitárias, residentes em Nanjing, recrutadas presencialmente em universidades locais	Método quantitativo, com análise estatística descritiva e inferencial, utilizando questionários estruturados sobre atratividade, carreira e preferências de parceiro como instrumento	
Zhang et al. (2023)	China	2 323 mulheres chinesas casadas, entre 18 e 60 anos, da etnia Han, residentes em 25 províncias, via dados secundários do CFPS/2016 (China Family Panel Studies)	Método quantitativo, com análise estatística multivariada, utilizando dados secundários do CFPS/2016 como instrumento	
Ma (2023)	China	20 mulheres chinesas, entre 18 e 25 anos, com ensino superior, residentes em Beijing, recrutadas por amostragem por conveniência	Método qualitativo, com análise de discurso foucaultiana, utilizando entrevistas semiestruturadas como instrumento	Relação com beleza interior

Três dos estudos concentraram-se nos impactos sociais da atratividade física, enquanto um deles investigou os sentidos subjetivos da beleza com base na perspectiva das próprias mulheres. Esta foi a única categoria que não apresentou associações diretas com saúde mental, o que não implica ausência de efeitos subjetivos, mas revela um recorte específico nas abordagens metodológicas.

No contexto sul-coreano, Baek e Choo (2018) analisaram como a atratividade física afeta percepções sociais, tomando como referência o estereótipo “o que é belo é bom”. Os autores investigaram ainda a modulação desse efeito pelo gênero dos avaliadores e pela vinculação da autoestima em relação à imagem corporal, mensurada por meio do *Appearance-Contingent Self-Worth* (ACSW). Os resultados indicam que a magreza se mostrou um marcador mais forte de favorabilidade do que a altura, especialmente entre homens, independentemente de seu nível de ACSW, e mulheres com baixo ACSW. Curiosamente, mulheres com alto ACSW demonstraram avaliações mais favoráveis a alvos não magros, o que os autores interpretaram como uma estratégia de autoproteção frente à ameaça comparativa.

Zhang et al. (2014), por sua vez, exploraram como a atratividade autopercebida influencia escolhas relacionadas a carreira e preferências por parceiros entre jovens mulheres chinesas. O estudo evidencia que mulheres que se percebem como fisicamente atraentes e têm baixa orientação à carreira tendem a priorizar a aparência dos parceiros. Em contraste, aquelas com menor atratividade percebida e alta orientação profissional valorizam traços como ambição, industriiosidade, inteligência e lealdade. Os resultados sugerem uma relação entre autopercepção corporal, aspirações profissionais e recusa a papéis tradicionais de gênero, especialmente no que se refere à dependência econômica e à submissão no contexto afetivo-heterossexual.

No estudo de Zhang et al. (2023), a análise se volta para os efeitos da atratividade feminina nos desdobramentos pós-casamento, com foco na fecundidade. Os achados revelam que mulheres consideradas “bonitas” apresentam vantagens materiais e simbólicas: recebem salários significativamente mais altos e têm seus nomes mais frequentemente incluídos em registros de propriedade conjugal. No entanto, essa mesma vantagem simbólica e econômica está associada à redução na taxa de fecundidade, sugerindo que os custos de oportunidade relacionados à maternidade são mais altos para mulheres consideradas “bonitas”. Quando o poder de barganha e o custo de oportunidade são analisados conjuntamente, o efeito direto da beleza sobre o número de filhos torna-se estatisticamente insignificante, indicando que a beleza pode operar como um mediador estratégico na reconfiguração de normas reprodutivas e dinâmicas familiares, especialmente em contextos nos quais o valor social da mulher ainda está fortemente associado à maternidade.

Por fim, Ma (2023) oferece uma perspectiva complementar ao articular os sentidos atribuídos à beleza por mulheres em seus cotidianos. As participantes relatam que as dimensões interior e exterior da beleza são interdependentes, ainda que a aparência física, ancorada em padrões estéticos hegemônicos, continue a conferir vantagens sociais concretas. Foram citados pelas participantes maior sucesso em entrevistas de emprego, maior atenção masculina e valorização na vida amorosa. Tal percepção reforça a ideia de que a beleza funciona como capital simbólico e moeda social. A beleza interior, por sua vez, é associada a atributos como autoconfiança, dignidade e caráter, mas aparece marcada por ambivalências: ora como resistência simbólica à ditadura da imagem, ora como reiteração de normas patriarcais e valores neoliberais. Algumas participantes identificaram um dilema entre desempenhar papéis tradicionais de gênero, como ser uma “esposa virtuosa e boa mãe”, e buscar independência financeira como mulheres modernas. Como discutido no artigo, essa ambiguidade permite que o discurso da beleza interior seja manipulado por interesses estatais e de mercado, funcionando como uma ferramenta de disciplina para jovens mulheres.

Em síntese, os estudos reunidos nesta categoria evidenciam que a beleza funciona como um capital relacional que pode ampliar o acesso a oportunidades, prestígio e reconhecimento social. No entanto, esse capital é marcado por ambivalências: ao mesmo tempo que gera vantagens simbólicas e materiais, também reforça papéis de gênero tradicionais e submete as mulheres a lógicas normativas de autocontrole e performance. As análises apontam que a beleza, longe de ser apenas atributo individual, é construída como valor social regulador, acionado de formas distintas conforme o contexto, a classe social e o ideal de feminilidade vigente.

Tema E: Variabilidade cultural

Esta categoria reúne três estudos que abordam como a beleza é construída e vivida por mulheres asiáticas em diferentes contextos socioculturais. A Tabela 7 apresenta uma síntese dos artigos analisados, com destaque para país, perfil das participantes e método utilizado.

Tabela 07

Síntese dos estudos analisados no Tema E: país, participantes e método

Referência	País	Participantes	Método	Tema
Kim e Lee (2018)	Coreia do Sul	60 mulheres, entre 20 e 33 anos, autoidentificadas como sul-coreanas, chinesas ou japonesas, universitárias residentes em Seul, recrutadas por conveniência em murais e postagens <i>on-line</i> em instituições de ensino	Método qualitativo, com análise fundamentada na Grounded Theory, utilizando entrevistas em grupos focais com roteiro semiestruturado e uso de estímulos visuais como instrumento	Comparação cultural
Ma (2025)	China	14 mulheres chinesas, entre 29 e 38 anos, urbanas, heterossexuais, a maioria casadas e com filhos, recrutadas por conveniência em redes comunitárias de Beijing	Método qualitativo longitudinal, com análise narrativa, utilizando entrevistas individuais em profundidade como instrumento	Ao longo da vida na mesma cultura
Pires (2024)	Portugal	Mulheres autoidentificadas chinesas, entre 18 e 34 anos, residentes em Lisboa, estudantes e trabalhadoras, recrutadas por conveniência	Método qualitativo, com abordagem etnográfica, utilizando entrevistas em profundidade com roteiro semiestruturado como instrumento	Fetichização ocidental

O estudo de Kim e Lee (2018) comparou os valores de beleza internalizados entre mulheres da Coreia do Sul, da China e do Japão. Na Coreia, destacou-se a pressão por conformidade estética e cirurgias plásticas,

resultando em sentimentos de inferioridade e inveja. Na China, a beleza foi associada ao esforço individual, e as práticas de autodesenvolvimento e autocuidado com a saúde provocaram menor sofrimento psicológico. No Japão, a estética funcionou como forma de expressão individual, com menor rigidez normativa, apesar da persistência da comparação social.

A pesquisa de Ma (2025) analisou as transformações nos sentidos da beleza ao longo da vida de mulheres chinesas nascidas nos anos 1980. Na adolescência, a aparência era secundária, devido à padronização escolar e ao foco acadêmico. Na entrada na universidade, a estética ganhou centralidade, relacionada à busca por aceitação e reconhecimento social, em conformidade com padrões midiáticos que enfatizam juventude, pele clara e corpo magro. Algumas participantes relataram adesão a práticas extremas, como dietas rigorosas e procedimentos estéticos. Na vida adulta, especialmente após o casamento e a maternidade, observou-se uma reconfiguração dos sentidos da beleza, com valorização da “beleza interior”, associada à maturidade subjetiva, e adesão ao conceito de *ziran mei* (beleza natural), que propõe uma estética autêntica e em consonância com o envelhecimento. Essa transição esteve associada à redistribuição de tempo e prioridades, com foco na família e no trabalho. Ainda assim, muitas participantes buscaram conciliar autonomia profissional e cuidados estéticos com os papéis tradicionais, refletindo tensões entre tradição e modernidade na experiência feminina contemporânea na China.

Por fim, o estudo de Pires (2024), realizado em Portugal, examinou os efeitos da fetichização racial sobre mulheres chinesas autoidentificadas. A autora destacou a presença de estereótipos como a “*Dragon Lady*”, figura hipersexualizada e perigosa, e a “*Lotus Blossom*”, mulher dócil e submissa, amplamente disseminados pela mídia ocidental. Tais arquétipos, fortemente presentes em produções de Hollywood e na pornografia inter-racial, atuam como mecanismos de exotização e desumanização, promovendo relações assimétricas de poder racial e de gênero. Observou-se que muitos homens brancos mantinham relações com mulheres asiáticas baseando-se em imaginários estereotipados, associando-as à figura da

“minorias sexuais modelo”: erotizada, submissa e com fortes valores familiares. Essa construção simbólica contribui para experiências de assédio, objetificação e sofrimento psíquico, gerando baixa autoestima, ansiedade, distúrbios alimentares e impactos negativos na autoimagem sexual.

Em síntese, os estudos reunidos neste tema revelam como os significados atribuídos à beleza são profundamente atravessados por fatores culturais, geracionais, raciais e políticos. As percepções estéticas não apenas variam entre culturas, mas também se reconfiguram ao longo do tempo e em função das relações de poder que estruturam a vida social.

Além disso, é importante destacar os fluxos migratórios significativos da população originária do Leste Asiático ao longo do século XX, com ênfase em países como Estados Unidos, Canadá e Brasil. Muitas dessas famílias já se encontram na segunda, terceira ou até quarta geração — especialmente no Brasil, que abriga a maior população japonesa fora do Japão, com mais de 2 milhões de descendentes (Ministry of Foreign Affairs of Japan, 2023). Segundo dados do Censo Demográfico de 2010 (IBGE, 2011), mais de 2,1 milhões de pessoas se declararam de cor ou raça amarela no país, sendo aproximadamente 54,35% do sexo feminino³.

Apesar desse cenário, não foram encontrados estudos que abordam os impactos do ideal estético na autoestima e na saúde mental dessas mulheres, o que evidencia a necessidade urgente de visibilizar essa interseccionalidade. É fundamental que o campo dos estudos de gênero amplie seu escopo para incluir experiências que atravessam etnia, migração e estética, investindo na produção de pesquisas que contemplem essas vivências.

³ Optou-se por não se utilizarem os dados do Censo 2022 devido a uma mudança metodológica significativa, que pode ter impactado a autodeclaração da população amarela. No levantamento mais recente, caso o entrevistado se declarasse como de cor ou raça amarela, o recenseador realizava uma pergunta adicional padronizada: “Considera-se como cor ou raça amarela a pessoa de origem oriental: japonesa, chinesa, coreana. Você confirma sua escolha?”. Esse novo procedimento pode ter contribuído para a queda expressiva, entre os censos, no número de pessoas que se autodeclararam da cor ou raça amarela.

CONCLUSÃO

Os achados desta revisão demonstram que o ideal estético, particularmente a magreza, ocupa um lugar central na construção da autoimagem de mulheres do Leste Asiático, estando significativamente associado ao sofrimento psíquico. Ainda que esse padrão esteja presente em diversos contextos culturais e históricos desses países, sua intensificação e normatização estão relacionadas ao avanço da globalização e à circulação de valores estéticos ocidentais, especialmente a partir do século XIX (Jones, 2011).

No entanto, a presença de valores ocidentais na regulação dos corpos de mulheres do Leste Asiático não implica uma homogeneização estática ou universal. Os dados analisados revelam processos de resignificação e apropriação local dos ideais de beleza, articulados a elementos históricos, filosóficos e geracionais próprios das culturas asiáticas. Isso aponta para uma construção dinâmica, em constante transformação, resultante das interações entre valores tradicionais e modelos hegemônicos globais. Alguns desses valores ultrapassam fronteiras geográficas, mas são vivenciados de formas singulares.

Por outro lado, estudos sobre os efeitos do ideal estético ocidental sobre mulheres descendentes de asiáticos fora do país de sua família de origem são ainda quase inexistentes. É pertinente questionar se esse tensionamento se complexifica ainda mais quando se considera a experiência dessas mulheres. Dentro de suas trajetórias, há um encontro entre os valores herdados da família e aqueles predominantes no contexto atual? Quais conflitos identitários e subjetivos emergem desse entrecruzamento? Essas são perguntas importantes e que remanescem inexploradas na literatura científica.

Embora esta revisão contribua para ampliar a compreensão sobre os impactos do ideal estético em mulheres do Leste Asiático e descendentes, é importante reconhecer algumas limitações. A principal delas diz respeito à concentração geográfica das pesquisas, majoritariamente realizadas no Japão, na Coreia do Sul e na China, o que restringe a abrangência da análise e deixa outros países do

Leste Asiático, bem como comunidades asiáticas em diáspora, sub-representados.

Por fim, para compreender a complexidade desses atravessamentos, é fundamental se fazerem investigações qualitativas e interseccionais que se debrucem sobre os sentidos atribuídos ao ideal estético tanto por mulheres vivendo no leste asiático quanto por aquelas em contexto ocidental, evitando leituras universalizantes e descontextualizadas. Investigar os efeitos da globalização sobre esses sentidos subjetivos, bem como da migração para culturas ocidentais/ocidentalizadas, mostra-se fundamental para o avanço dos debates de gênero, raça e saúde mental de mulheres asiáticas, em contextos diversos.

REFERÊNCIAS

- Baek, E. & Choo, H. J. (2018). Everybody loves beauty? The moderated effect of body attractiveness among young Koreans. *Fashion and Textiles*, 5, 1-16.
- Boo, S. (2013). Body mass index and weight loss in overweight and obese Korean women: The mediating role of body weight perception. *Asian Nursing Research*, 7(4), 191-197.
- Braun, V. ; Clarke, V.; Hayfield, N. & Terry, G. (2017). Thematic analysis. In C. Willig & W. Stainton-Rogers (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research in psychology* (2nd ed., pp. 191–221). SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781526405555>
- Crocker, J. & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108, 593–623.
- Duan, C.; Lian, S., Yu, L.; Niu, G , & Sun, X. (2022). Photo activity on social networking sites and body dissatisfaction: the roles of thin-ideal internalization and body appreciation. *Behavioral Sciences*, 12(8), 280.
- Fallon, A. (1990). Culture in the mirror: Sociocultural determinants of body image. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.) . *Body images: Development, deviance, and change* (pp. 80–109). Guilford Press.
- Fang, H.; Guo, Q. ; Ju, L. ; Li, S. ; Xu, X. ; Piao, W. Zhao, L. (2021). Weight status and self-perception of weight among women of childbearing age—China, 2015. *China CDC Weekly*, 3(9), 185.
- Han, J. W. & Kim, D. J. (2020). Longitudinal relationship study of depression and self-esteem in postnatal Korean women using autoregressive cross-lagged modeling. *International journal of environmental research and public health*, 17(10), 3743.
- Hayashi, F. ; Takimoto, H. ; Yoshita, K. & Yoshiike, N. (2006). Perceived body size and desire for thinness of young Japanese women: a population-based survey. *British Journal of Nutrition*, 96(6), 1154-1162.
- Hu, Y. & Gu, Y. (2023). Television, women, and self-objectification: Examining the relationship between the consumption of female TV dramas and sexism, the internalization of beauty ideals, and body surveillance in China. *Global Media and China*, 8(2), 174-189.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). (2011). *Censo demográfico 2010: Características da população e dos domicílios: Resultados do universo*. Recuperado em xx de xx de 2025 de <https://censo2010.ibge.gov.br/resultados.html>
- Jackson, T., Ye, X., Hall, B. J., & Chen, H. (2021). “Have you taken the A4 challenge?” Correlates and impact of a thin ideal expression from Chinese social media. *Frontiers in Psychology*, 12, 669014.
- Jang, S. Y. ; Kim, J. H. ; Lim, M. K.; Kim, H. J. ; Jee, S. H.; Namkoong, K. & Lee, S. G. (2012). Relationship between BMI, body image, and smoking in Korean women as determined by urine cotinine: results of a nationwide survey. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 13(3), 1003-1010.
- Kim, D. S. (2011). Increasing effect of body weight perception on suicidal ideation among young Korean women: Findings from the Korea National Health and Nutrition Examination Survey 2001 and 2005. *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy*, 17-22.
- Kim, D. S.; Kim, H. S. ; Cho, Y. T. & Cho, S. I. (2008). The effects of actual and perceived body weight on unhealthy weight control behaviors and depressed mood among adult women in Seoul, Korea. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 41(5), 323-330.
- Kim, J. W. (2018). Facebook use for profile maintenance and social grooming and young Korean women’s appearance comparison with peers and body image concerns. *Social Media+ Society*, 4(2), 2056305118772835.
- Kim, S. (2022). What factors encourage the acceptance of cosmetic surgery? Differences in sociopsychological influences contingent upon cosmetic surgery experience. *Fashion and Textiles*, 9(1), 42.

- Kim, S. & Lee, Y. (2018). Why do women want to be beautiful? A qualitative study proposing a new “human beauty values” concept. *PLoS One*, 13(8), e0201347.
- Kim, Y. A. & Cho Chung, H. I. (2018). Side effect experiences of South Korean women in their twenties and thirties after facial plastic surgery. *International journal of women’s health*, 309-316.
- Kim, Y. R. ; An, Z. ; Kim, K. H. ; Kim, D. M. ; Hwang, B. I. & Kim, M. (2022). Factors associated with underweight, overweight, and eating disorders in young Korean women: A population-based study. *Nutrients*, 14(6), 1315.
- Lang, M. & Ye, Y. (2024). Beauty ideals and body positivity: a qualitative investigation of young women’s perspectives on social media content in China. *Frontiers in Psychology*, 15, 1389935.
- Liu, L. ; Wang, X.; Xie, Y. & Chui, W. H. (2022). Using illicit drugs to lose weight among recovering female drug users in China: An exploratory qualitative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 2626.
- Ma, H. (2023). Inner and outer beauty: exploring female beauty in contemporary China. *Journal of Gender Studies*, 32(6), 562-574.
- Ma, H. (2025). Negotiating beauty: exploring beauty narratives of Chinese women in different life stages. *Journal of Gender Studies*, 34(2), 263-280.
- Ministry of Foreign Affairs of Japan. (2023). *Data*. Recuperado em 14 de abril de 2025, de <https://www.mofa.go.jp/region/latin/brazil/data.html>
- Mohanty, C. T. (1988). Under Western eyes: Feminist scholarship and colonial discourses. *Feminist Review*, 30, 61–88. <https://doi.org/10.2307/1395054>
- Narayan, U. (1997). *Dislocating cultures: Identities, traditions, and third world feminism*. Routledge.
- Ni, Y. (2023). Unpacking thin culture among Chinese young women: The Intersection of peer interaction and social media. *Journal of Student Research*, 12(4). <https://doi.org/10.47611/jsrhs.v12i4.5593>
- Park, B. ; Cho, H. N. ; Choi, E. ; Seo, D. H. ; Kim, S. ; Park, Y. R. & Rhee, Y. (2019). Self-perceptions of body weight status according to age-groups among Korean women: A nationwide population-based survey. *PLoS one*, 14(1), e0210486
- Park, J. & Chun, J. (2020). How does watching YouTube fashion content impact perception of appearance: a phenomenological study of Korean women in Generation Z. *Humanities and Social Sciences Communications*, 7(1), 1-10.
- Park, S. ; Shin, J. & Baek, S. (2020). Analysis of health-related behaviors of adult Korean women at normal BMI with different body image perceptions: Results from the 2013–2017 Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHNES). *International journal of environmental research and public health*, 17(15), 5534.
- Pires, I. (2024). Um lótus ou um dragão? A orientalização e fetichização dos corpos das mulheres Asiáticas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 29, e03592023.
- Saito, S. (2017). Media exposure and thin-ideal internalization in the drive for thinness in Japanese women. *Communication Research Reports*, 34(2), 89-97.
- Samizadeh, S. & Wu, W. (2020). Ideals of facial beauty amongst the Chinese population: Results from a large national survey: An update. *Aesthetic Plastic Surgery*, 44(4), 1184–1185. <https://doi.org/10.1007/s00266-020-01740-y>
- Shiraishi, M.; Kurashima, Y. & Harada, R. (2024). Association between body image before and during pregnancy and gestational weight gain in Japanese women: a prospective cohort study. *Maternal and Child Health Journal*, 28(4), 708-718.
- Seo, Y. A.; Chung, H. I. C. & Kim, Y. A. (2019). Experience and acceptance of cosmetic procedures among South Korean women in their 20s. *Aesthetic Plastic Surgery*, 43, 531-538.
- Sun, Q. (2018). Materialism, self-objectification, and capitalization of sexual attractiveness increase young Chinese women’s willingness to consider cosmetic surgery. *Frontiers in psychology*, 9, 2002.

- Takasaki, Y.; Fukuda, T.; Watanabe, Y. ; Kurosawa, T. & Shigekawa, K. (2003). Ideal body shape in young Japanese women and assessment of excessive leanness based on allometry. *Journal of physiological anthropology and applied human science*, 22(2), 105-110.
- Takimoto, H. ; Yoshiike, N. ; Kaneda, F. & Yoshita, K. (2004). Thinness among young Japanese women. *American Journal of Public Health*, 94(9), 1592-1595.
- Tao, Z. & Zhong, W. (2010). Eating attitudes and weight concern among Chinese middle-age women: a comparison between different age and BMI groups. *The European journal of psychiatry*, 24(3), 146-157.
- Tsuchiya, S. ; Yasui, M. & Ohashi, K. (2019). Assessing body dissatisfaction in Japanese women during the second trimester of pregnancy using a new figure rating scale. *Nursing & Health Sciences*, 21(3), 367-374.
- World Health Organization Expert Consultation. (2004). Appropriate body-mass index for Asian populations and its implications for policy and intervention strategies. *The Lancet*, 363(9403), 157–163. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(03\)15268-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(03)15268-3)
- Wolf, N. (1992). *O mito da beleza: Como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres*. Rio de Janeiro: Rocco.
- Woo, J. (2014). A survey of overweight, body shape perception and eating attitude of Korean female university students. *Journal of exercise nutrition & biochemistry*, 18(3), 287.
- Wu, W. T. ; Liew, S. ; Chan, H. H. ; Ho, W. W. ; Supapannachart, N. ; Lee, H. K. ; Prasetyo, A. ; Yu, J. N. ; Rogers, J. D. & Asian Facial Aesthetics Expert Consensus Group. (2016). Consensus on current injectable treatment strategies in the Asian face. *Aesthetic Plastic Surgery*, 40(2), 202–214. <https://doi.org/10.1007/s00266-016-0608-y>
- Wu, Y. ; Mulkens, S.; Atkinson, M. J. & Alleva, J. M. (2024). A brief online cognitive dissonance-based intervention to reduce consideration of cosmetic surgery and improve body image among Chinese women. *Psychology of Women Quarterly*, 48(1), 80-92.
- Yamamiya, Y. ; Suzuki, T. & Mukai, T. (2024). Perceptual discrepancies of body sizes in Japanese female college students: Using a 3-D silhouette scale. *Japanese Psychological Research*.
- Yao, S. ; Zhang, R. ; Thornton, L. M. ; Peat, C. M.; Qi, B. ; Du, S., ... & Bulik, C. M. (2021). Screen-detected disordered eating and related traits in a large population sample of females in mainland China: China Health and Nutrition Survey. *International Journal of Eating Disorders*, 54(1), 24-35
- Yasuda, T. (2023). Desire for thinness among young Japanese women from the perspective of objective and subjective ideal body shape. *Scientific Reports*, 13(1), 14129.
- Yumen, Y. ; Takayama, Y. ; Hanzawa, F. ; Sakane, N. & Nagai, N. (2023). Association of social networking sites use with actual and ideal body shapes, and eating behaviors in healthy young Japanese women. *Nutrients*, 15(7), 1589.
- Zanello, V. (2018). *Saúde mental, gênero e dispositivos: cultura e processos de subjetivação*. Curitiba: Appris.
- Zanello, V. ; Fiuza, G., & Costa, H. S. (2015). Saúde mental e gênero: Facetas gendradas do sofrimento psíquico. *Fractal: Revista de Psicologia*, 27, 238–246. <https://doi.org/10.1590/1984-0292/1353>
- Zanello, V. ; Richwin, I. ; Pedrosa, M. & Gama, M. (2022). Ideal estético, dispositivo amoroso e vulnerabilização de mulheres heterossexuais diversas na prateleira do amor. In: *Violência doméstica: trabalho e produção do conhecimento* (pp. 125–142). CRV.
- Zhang, H.; Teng, F. ; Chan, D. K. S. & Zhang, D. (2014). Physical attractiveness, attitudes toward career, and mate preferences among young Chinese women. *Evolutionary Psychology*, 12(1), 97-114.
- Zhang, J. ; Fei, S. & Wen, Y. (2023). How does the beauty of wives affect post-marriage family outcomes? Helen’s face in Chinese households. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 212, 122-137.

Zhu, R. ; Yan, H. & Huo, Z. (2024). The impact of short video addiction on self-identity: Mediating roles of self-esteem and appearance anxiety. *BiD*, (52).