

Texto I

Você organiza o cenário, arruma o cabelo e tira vinte fotos, alternando os ângulos e as poses. Feito isso, é hora de escolher as melhores imagens, sempre com cuidado – afinal, ela vai parar no Instagram e será silenciosamente julgada por todos os seus amigos. Acredite, não é só você que faz isso. E deslizar os dedos pela tela do smartphone em busca das fotos dos seus conhecidos pode desencadear sintomas depressivos, segundo um estudo conduzido por Hanna Krasnova, da Humboldt University, de Berlim, na Alemanha.

“Se você vê belas fotos de um amigo no Instagram, uma forma de compensar isso é apresentar fotos ainda melhores, e então seu amigo vê as suas fotos e posta fotos ainda melhores e assim por diante. A autopromoção gera ainda mais autopromoção e o mundo das mídias sociais fica ainda mais distante da realidade”, disse Hanna ao Slate.

Imagens, curtir e comentários

Em estudos anteriores foram constatados os três principais fatores que causam sentimentos depressivos na rede social: imagens, curtir e comentários. Todos sabemos que uma imagem fala por mil palavras, e nas redes sociais isso não seria diferente. Ver que as outras pessoas estão tendo bons momentos (principalmente quando estão em férias) ou que apresentam um padrão de beleza ideal influencia na autoestima, sim. Já os “curtir” e os comentários funcionam como mecanismos de aprovação. Se você posta uma foto sua e ela só recebe dois ou três “curtir”, sua autoestima fica mais baixa do que se você tivesse ganhado dez ou vinte. O mesmo vale para os comentários. E justamente os três principais fatores do Facebook que levam a uma baixa autoestima e a sentimentos depressivos são aqueles que compõem o Instagram. Na rede, você posta fotos e aguarda os “curtir” e os comentários. Mas tome cuidado para que, se eles não vierem, sua autoestima não fique no chinelo!

O uso errado

As redes sociais não são ruins, nem desencadeiam, elas próprias, sentimentos de baixa autoestima e inveja, e sim o uso que fazemos delas. Conversar com amigos e trocar algumas fotos é um uso saudável e social. Contudo, passar horas lendo postagens e vendo fotos pode fazer mal.

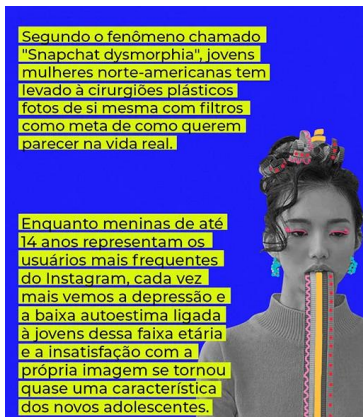
Disponível em: <https://canaltech.com.br/redes-sociais/O-Instagram-pode-detonar-a-sua-autoestima-e-e-pior-que-o-Facebook/>. Adaptado. Acesso em 20.set.2022.

Texto II

Os veículos de comunicação oprimem e controlam o corpo e a aparência das pessoas, criando padrões de beleza totalmente inalcançáveis. Com (praticamente) a extinção da mídia impressa, todos os olhos se viraram para as redes sociais, e hoje em dia é difícil consumirmos um conteúdo que esteja fora de um aplicativo no nosso smartphone. O Instagram é o quarto aplicativo mais baixado e usado no mundo, e é também o mais imagético de todos. Constantemente, selecionamos o que queremos postar e qual parte de nossa vida queremos compartilhar com nossos seguidores. O filtro que passamos em nosso *feed* é delicado e preciso e, assim como os padrões de beleza impostos pelas revistas uma década atrás, inalcançáveis. Na contramão ao movimento *body positive* e a proibição de fotos extremamente editadas em revistas, surgiu a nova sensação das redes sociais, e, em minha opinião, a nova forma de opressão social da imagem da pessoa: os filtros do Instagram. Eles começaram como uma forma divertida e inofensiva de “se fantasiar”, com orelhinhas de cachorro, bigodes de gatinhos etc., mas não demorou muito para surgirem os efeitos que transformaram completamente nossos rostos, aumentando a boca, afinando o nariz, puxando os olhos e maquiando a pele. A verdade é que os filtros deixaram todas as pessoas com a mesma aparência, uma mistura de Kardashian com Bella Hadid. O efeito Kardashian popularizou-se; a Internet, como intensificadora da sociedade e de suas rupturas, demonstrou isso como nunca antes. Por mais inofensivos que os filtros do Instagram possam parecer, eles transformaram a forma que enxergamos a nós mesmos – hoje em dia, postar uma selfie sem filtro nem edição tornou-se um ato de coragem e quase um posicionamento político. As pessoas olham para suas imagens deformadas na tela do celular e enxergam isso como um *upgrade* de si mesmo, comparando sua real aparência com a versão computadorizada e nada humana que os filtros nos oferecem.

CORONATO, Giulia. Disponível em: <https://stealthelook.com.br/os-filtros-do-instagram-estao-impactando-negativamente-nossa-autoestima/>. Adaptado. Acesso em 20.set.2022.

Texto III



Disponível em: <https://static.stealthelook.com.br/wp-content/uploads/2020/06/filtros-do-instagram-20200620020357.png>. Acesso em 20.set.2022.

Texto IV

A dismorfia corporal é um transtorno psicológico derivado da preocupação excessiva pelo corpo, fazendo com que a pessoa sobrevalorize pequenas imperfeições ou imagine essas imperfeições, resultando num impacto muito negativo para a sua autoestima, além de afetar sua vida no trabalho, escola e no convívio com amigos e familiares.

GONZALO, Ramirez. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/dismorfia/>. Adaptado. Acesso em 20.set.2022.

PROPOSTA DE REDAÇÃO: A partir do material de apoio e com base nos conhecimentos construídos ao longo de sua formação, redija um texto dissertativo-argumentativo, em norma padrão da língua portuguesa, sobre o tema: “Os impactos dos filtros do Instagram na autoestima dos jovens”. Apresente a proposta de intervenção social que respeite os direitos humanos. Selecione, organize e relacione, de maneira coerente e coesa, argumentos e fatos para defesa de seu ponto de vista.