## PROPOSTA DE TEMA PARA A REDAÇÃO

### TEXTOS DE APOIO



Disponível em: https://g1.globo.com.
Acesso em: 27 jul. 2026.



Disponível em: https://gauchazh.clicrbs.com.br.
Acesso em: 24 ago. 2026.

A vaidade saudável é o cuidado equilibrado com a própria imagem e o bem-estar, impulsionado pelo amor-próprio e pela saúde. Ela difere do excesso prejudicial porque não busca a perfeição inalcançável nem depende da aprovação constante dos outros para validar o próprio valor.

Disponível em: www.google.com. Acesso em: 27 jul. 2026. Adaptado.




Na era digital, as redes sociais criaram uma vitrine constante, e o foco passou a ser a busca de *likes*, especulação da vida cotidiana e a criação de identidades ilusórias baseadas na perfeição estética.
Os *likes*, o compartilhamento e os comentários funcionam como moedas de validação e aprovação social. O desejo natural por reconhecimentos é maximizado, gerando a necessidade de estar continuamente em evidência.

Disponível em: https://ojs.revistacontribuciones.com. Acesso em: 27 jul. 2026. Adaptado.

### TEMA

**Como equilibrar esse dilema entre a vaidade saudável e a vaidade exigida pelos meios virtuais?**