

Influência da mídia nos Transtornos Alimentares em adolescentes: Revisão de literatura

Influence of media on Eating Disorders in adolescents: Literature review

Influencia de los medios de comunicación en los trastornos alimentarios em adolescentes: Revisión de la literatura

Recebido: 03/01/2021 | Revisado: 04/01/2021 | Aceito: 07/01/2021 | Publicado: 08/01/2021

Paula Alvim Lopes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5199-0230>

Universidade de Vassouras, Brasil

E-mail: palvim44@gmail.com

Larissa Alexandra da Silva Neto Trajano

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2600-9770>

Universidade de Vassouras, Brasil

E-mail: larissa.alexandra@hotmail.com

Resumo

O mundo virtual é uma realidade dos adolescentes em todo o mundo. Consequência disso, é um meio em que pode ser um facilitador de sintomas de transtornos alimentares. Os distúrbios da alimentação ocorrem por alterações psíquicas e comportamentais e afetam a saúde, principalmente em indivíduos jovens. O objetivo da revisão sistemática é compreender quanto as mídias de massa interferem nos distúrbios alimentares. Foram encontrados 27 artigos nas bases de dados PubMed, LILACS e SciELO nos últimos 10 anos após critérios de inclusão e exclusão. Os resultados obtidos foram a prevalência dos transtornos alimentares em adolescentes do sexo feminino, em segundo lugar, a persuasão e subversão das mídias de massa sobre um público sem um poder de criticidade. E também, reflexos desses distúrbios na insatisfação corporal e baixa autoestima advindos dos corpos utópicos sustentados pela sociedade e veiculados pela internet. A dinâmica encontrada é a socialização dos jovens no contexto de criação de corpos perfeitos e modelos ideais, sobretudo em mulheres adolescentes, que sofrem a pressão do patriarcado. Com isso, os sofrimentos psíquicos se expandem para a insatisfação corporal e por fim, as estratégias de comunicação e marketing atuam ativamente sobre essa vulnerabilidade desse grupo social. Assim, analisou-se que as redes sociais ampliam a propagação de transtornos alimentares com isso, é necessária uma regulamentação do uso das redes sociais e educação midiática para que a criticidade seja estimulada nos jovens juntamente com apoio psicológico.

Palavras-chave: Transtornos alimentares; Adolescentes; Mídia.

Abstract

The virtual world is a reality for teenagers around the world. Consequence of this, it is a medium in which it can be a facilitator of symptoms of eating disorders. Eating disorders occur due to psychological and behavioral changes and affect health, especially in young individuals. The objective of the systematic review is to understand how these mass media interfere with eating disorders. 27 articles were found in the PubMed, LILACS and SciELO databases in the last 10 years after inclusion and exclusion criteria. The results obtained were the prevalence of eating disorders in female adolescents, secondly, the persuasion and subversion of mass media over an audience without a power of criticism. Also, reflexes of these disturbances in body dissatisfaction and low self-esteem arising from utopian bodies supported by society and aired on the internet. The dynamics found are the socialization of young people in the context of creating perfect bodies and ideal models, especially among adolescent women, who are under pressure from patriarchy. As a result, psychological suffering expands to body dissatisfaction and, finally, communication and marketing strategies actively act on this vulnerability of this social group. Thus, it was analyzed that social networks increase the spread of eating disorders with this, it is necessary to regulate the use of social networks and media education so that criticality is stimulated in young people together with psychological support.

Keywords: Eating disorders; Adolescents; Media.

Resumen

El mundo virtual es una realidad para los adolescentes de todo el mundo. Consecuencia de esto, es un medio en el que puede ser un facilitador de los síntomas de los trastornos alimentarios. Los trastornos alimentarios ocurren debido a cambios psicológicos y de comportamiento y afectan la salud, especialmente en personas jóvenes. El objetivo de la revisión sistemática es comprender cómo estos medios de comunicación interfieren con los trastornos alimentarios. Se encontraron 27 artículos en las bases de datos PubMed, LILACS y SciELO en los últimos 10 años después de los criterios de inclusión y exclusión. Los resultados obtenidos fueron la prevalencia de trastornos alimentarios en

mujeres adolescentes, en segundo lugar, la persuasión y subversión de los medios de comunicación sobre una audiencia sin poder de crítica. Y también, los reflejos de estos trastornos en la insatisfacción corporal y la baja autoestima que surgen de cuerpos utópicos apoyados por la sociedad y transmitidos por internet. Las dinámicas encontradas son la socialización de los jóvenes en el contexto de la creación de cuerpos perfectos y modelos ideales, especialmente entre las mujeres adolescentes, que se encuentran presionadas por el patriarcado. Como resultado, el sufrimiento psicológico se expande hacia la insatisfacción corporal y, finalmente, las estrategias de comunicación y marketing actúan activamente sobre esta vulnerabilidad de este grupo social. Así, se analizó que las redes sociales aumentan la propagación de los trastornos alimentarios con esto, es necesario regular el uso de las redes sociales y la educación mediática para que se estimule la criticidad en los jóvenes junto con el apoyo psicológico.

Palabras clave: Trastornos de la conducta alimentaria; Adolescentes; Medios de comunicación.

1. Introdução

Os transtornos alimentares são patologias persistentes que afetam tanto o hábito quanto o comportamento alimentar em que há uma ingestão desregulada de calorias comprometendo a saúde física e mental do indivíduo (DSM-V, 2014). Segundo a 5ª edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais existem 5 tipos de transtornos alimentares (DSM-V, 2014), dentre os quais os mais prevalentes são a bulimia, anorexia e o transtorno de compulsão alimentar (Golden et al., 2003).

A anorexia nervosa é caracterizada pelo medo intenso de ganhar peso, restrição da ingestão calórica de maneira prolongada associada a alteração na percepção corporal, a prevalência desse distúrbio é de aproximadamente 0,4%. A bulimia, prevalente em 1,5% das adolescentes, se diferencia da anorexia por episódios recorrentes de compulsão alimentar, comportamentos compensatórios para impedir o ganho de peso e autoavaliação da forma e peso corporal. O transtorno de compulsão alimentar é definido por episódios recorrentes de compulsão alimentar que devem ocorrer, em média, uma vez por semana por pelo menos 3 meses. Somado a isso, devem ser ingeridas quantidades calóricas maiores que a maioria das pessoas consumiria em um mesmo período em condições semelhantes associada a falta de controle. Possui uma prevalência de 1,6% em mulheres e 0,8% em homens (DSM-V, 2014).

Transtornos alimentares podem ocorrer em qualquer faixa etária, entretanto é mais comum em jovens e acomete até 5% das adolescentes do sexo feminino (Golden et al., 2003) (Piran, 2010). Isso pode ocorrer devido à cultura patriarcal que impõe às mulheres uma maior insatisfação com o corpo devido à pressão de ter um “corpo perfeito” e como resultado dessa pressão muitas adolescentes acabam desenvolvendo transtornos alimentares (Piran, 2010).

Além disso, a fase da adolescência é marcada por diversas alterações físicas e é pelo corpo que os adolescentes representam suas experiências de vida. Outro ponto importante é que a adolescência é uma fase baseada no pertencimento de grupo (Krepp & Ferreira, 2012) e não estar dentro dos padrões pode acarretar a exclusão social. Desta forma os adolescentes estão mais vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos alimentares de base, que podem levar ao desenvolvimento de transtornos psicológicos como a depressão e a ansiedade (Madureira, 2018).

A internet, funciona como difusor de informações, visto que reflete as atitudes da própria sociedade, porém, com maior visibilidade e alcance. O impacto do maior tempo em redes sociais como fins de socialização gera repercussão no consumo de conteúdo. Além disso, existem estratégias de marketing e venda de produtos que nem sempre são explícitas e que reforçam a ideia de felicidade ideal (Madureira, 2018).

Pela internet são escolhidos modelos e atitudes necessárias para se chegar ao sucesso e, ao mesmo tempo, quem não se identifica com esses modelos, automaticamente está fora do padrão estabelecido, logo, se tornando mais propenso a insatisfação corporal. A rejeição das singularidades causa um sofrimento psíquico e consequências extremas que podem refletir no comportamento alimentar (Izydorczyk, Sitnik-Warchulska, Lizińczyk, & Lipowska, 2020). Desta forma, o ato de comer deixa de ser influenciado apenas pelo âmbito social e ganha um novo integrante que é a normatização do belo propagado nas mídias (Vianna & Novaes, 2019).

Exercício em excesso, procedimentos estéticos, cirurgias plásticas, photoshop, fotos de alimentos com baixas calorias, restrição de doces, exposição de corpos magros e corpos musculosos são exemplos de ações que permeiam as redes sociais, e o grupo mais vulnerável que são os adolescentes, que por ter um menor poder de crítica e menos experiência, reproduzem esses comportamentos que muitas vezes passam a ser prejudiciais. O distanciamento entre os padrões sociais e os corpos naturais propaga a incessante busca pelo corpo exibido nas mídias de massa, seja uma imagem corporal magra para as mulheres, seja corpos musculosos para homens (Pilgrim & Bohnet-Joschko, 2019)

A relação entre a insatisfação corporal promovida e os transtornos alimentares vem da obsessão pela imagem e pelo peso que são refletidos em restrição alimentar, muitas vezes severa para manutenção de um corpo magro. Além disso, pode ocorrer atitudes purgativas, seja através do uso de medicamentos que provocam vômitos, seja pelo uso de laxantes, tudo isso visando o emagrecimento (Izydorczyk et al., 2020).

A forma como é feita a comunicação e o excesso de conteúdo cativam esse público alvo e são eleitas referências em cada setor pela forma próxima de abordagem desses produtores de conteúdo, tornando-se influentes no modo de vida das pessoas que o seguem (Qutteina, Hallez, Mennes, De Backer, & Smits, 2019). Desta forma, o objetivo deste estudo é analisar como os veículos de informações da rede social podem influenciar na indução de transtornos alimentares e como que a internalização de normas sociais que são propagadas nesses meios de comunicação pode funcionar como difusoras de transtornos alimentares em adolescentes.

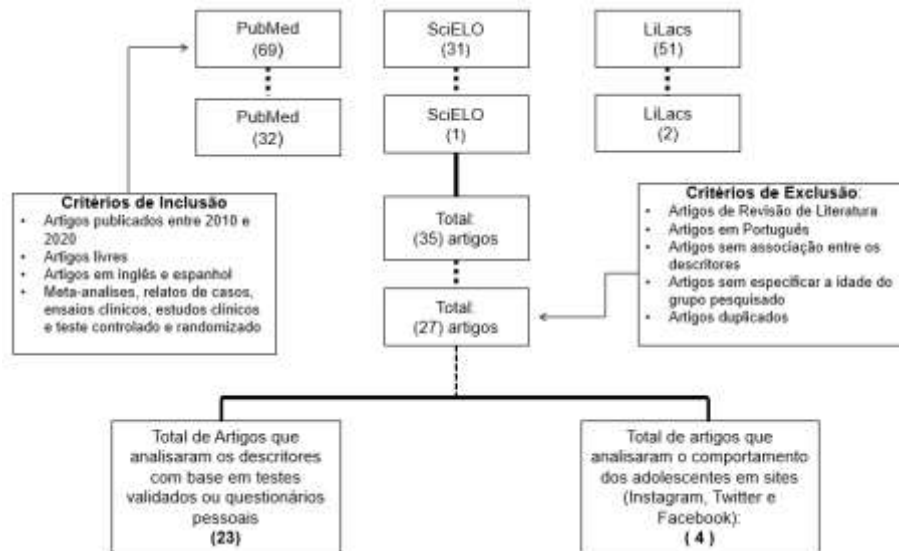
2. Metodologia

Trata-se de um estudo qualitativo através de uma revisão integrativa de literatura nas bases de dados eletrônicas PubMed, LILACS e SciELO no período de 2010 a 2020. Os descritores utilizados foram: “eating disorders”, “media” e “adolescents”. Os mesmos descritores foram utilizados apenas na língua inglesa e são encontrados nos Descritores de Ciências da Saúde (DeCS). A revisão de literatura foi realizada seguindo as seguintes etapas: estabelecimento do tema; definição dos parâmetros de elegibilidade; definição dos critérios de inclusão e exclusão; verificação das publicações nas bases de dados; exame das informações encontradas; análise dos estudos encontrados e exposição dos resultados (Pereira, Shitsuka, Parreira, & Shitsuka, 2018; Silva et al., 2018). Foram incluídos todos os artigos originais, com delineamento experimental (ensaios clínicos, randomizados ou não randomizados) ou observacional (estudos de caso-controle, estudos de coorte). Foram excluídos artigos duplicados, aqueles em que os descritores não estavam relacionados, artigos que não se referiam ao grupo de adolescentes, artigos fora do tema, artigos que não foram escritos no idioma inglês e artigos de revisão de literatura.

3. Resultados

Somando-se todos os bancos de dados, um total de 35 artigos que continham os desfechos de interesse dessa revisão foram encontrados, sendo excluídos 8 artigos por não estarem dentro dos critérios de inclusão. Dos artigos excluídos 2 artigos eram revisão de literatura, 2 artigos não estavam dentro do período de tempo estabelecido e 4 artigos abordavam o tema em mulheres e homens adultos. Ao final da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram analisados 27 artigos. Os 27 artigos foram divididos em dois grupos para posteriores análises. Um grupo foi composto por 23 artigos que analisaram os descritores com base em testes validados ou em questionamentos pessoais. O outro grupo foi composto por 4 artigos que analisaram o comportamento dos adolescentes em redes sociais como Instagram, Twitter e Facebook conforme observado na Figura 1.

Figura 1. Fluxograma de identificação e seleção dos artigos selecionados nas bases de dados PubMed, SciELO e LILACS.



Fonte: Autores (2020).

Os resultados mostraram que o grupo mais suscetível ao desenvolvimento de distúrbios alimentares entre adolescentes foram as mulheres. Quinze artigos revelaram que as mulheres, sobretudo as mais jovens, sofrem maiores influências das mídias de massa, principalmente pela falta de experiência. A maioria dos artigos analisados utilizaram questionários validados tais como Testes de atitudes alimentares (EAT-26), questionário sobre a imagem corporal (BSQ) e questionário de atitudes socioculturais em relação à aparência (SATAQ-3) totalizando 14 artigos. Em nove artigos foram utilizados questionários construídos pelos próprios autores. Quando analisados os distúrbios propagados pela mídia, foi observado altos níveis de perfeccionismo, insatisfação corporal, foco excessivo na imagem, perda de peso e baixa autoestima, todos esses fatores contribuindo diretamente para o surgimento de transtornos alimentares conforme pode ser observado no Quadro 1.

Quadro 1. Resultados obtidos por meio de questionários validados e análise entre a mídia de massa e distúrbios alimentares.

AUTOR	ANO	Nº	FORMA DE AVALIAÇÃO	PRINCIPAIS RESULTADOS	GRUPO SUCETÍVEL	CONSEQUÊNCIAS DA AÇÃO DA MÍDIA
Aparicio-martinez et al.,	2019	168	EAT-26; BSQ; CIPE-a; SNSA	Mídia como principal fonte para promover imagem corporal mais magra levando a atitudes alimentares desordenadas.	_____	Baixa autoestima, corpo ideal magro, maior importância atribuída as redes sociais e maior duração e insatisfação corporal.
Heiman & olenik-shemesh,	2019	30	Questionário Pessoal	O efeito da mídia pode ser visto como o sistema externo que influencia em conjunto os sistemas sociais e ideológicos (modelos).	_____	Insatisfação Corporal, criação de modelos sociais.
Qutteina, hallez, mennes, backer, & smits,	2019	21	Questionário pessoal	As intenções de marketing dos influenciadores nem sempre são claras.	Mulheres	Incentivo ao consumo de alimentos não essenciais.
Uchôa et al.,	2019	1011	EAT-26; SATAQ-3; BSQ	A influência da mídia de massa está associada a uma maior probabilidade de adolescentes apresentarem transtornos bulímicos.	Mulheres	Insatisfação Corporal e relação entre a influência da mídia com sobrepeso e obesidade.

				Internalização de ideais impostos pela sociedade como desejáveis para si mesmos.		
Agam-bitton, abu ahmad, & golan,	2018	259	Intervenção + Questionário pessoal	A imagem corporal foi mediada pelo grupo por meio da alfabetização midiática (reconhecendo estratégias de propaganda e internalização da pressão por magreza), com significância estatística apenas no grupo de gênero misto.	Mulheres	Internalização da pressão por magreza, baixa autoestima e diferença entre a imagem corporal atual e a ideal.
Alwosaifer, alawadh, wahab, boubshait, & almutairi,	2018	656	EAT-26; SATAQ-4	A mídia influencia na perda de peso.	_____	Internalização da forma corporal magra, pressão da mídia e pressão da família em grupo com comportamentos problemáticos.
Bachner-melman, zontag-oren, zohar, & sher,	2018	122	EAT-26; BSQ; BSI-18; PANAS-SF; SWLS; Uso da Internet	A maioria dos comportamentos e padrões online correlacionou-se positivamente com medidas de sintomatologia e negativamente com medidas de saúde psicológica.	_____	Comparação social com a própria aparência, senso de pertencimento em comunidades que abordam transtornos alimentares.
Barcaccia et al.,	2018	301	EDI-2; MAS; BDI-II; STAI-Y	Ocorre um desejo das adolescentes de serem semelhantes aos influenciadores da mídia e a percepção da discrepância entre a própria imagem corporal e a do influenciador.	Mulheres	Depressão, ansiedade, desconforto corporal e aumento de distúrbios alimentares, motivação para magreza, maior ocorrência de distúrbios alimentares em mulheres, teoria da objetificação, comparações diretas e influência indireta dos amigos.
Easton, morton, tappy, francis, & dennison,	2018	20	Questionário Pessoal	A mídia apresenta conteúdo irreal e não confiável com acesso ao conteúdo “fitness”, tais como dicas, práticas, estilo de vida saudável, seleção dos melhores momentos da vida para compartilhar, venda de produtos, distanciamento do estilo de vida propagado, alto custo e disponibilidade de tempo.	Mulheres	Efeitos negativos no bem-estar emocional, baixo conhecimento, baixa motivação, frustração, aumento de pressão para aprovação alheia, objetivo estético, excesso de comparação, obsessão pela contagem de calorias, culpa e insatisfação corporal.
Izydorczyk & sitnik-warchulska,	2018	234	Questionário Pessoal	Há uma relação entre a pressão midiática e fatores de risco para transtornos alimentares.	Mulheres Jovens	Insatisfação corporal, perfeccionismo, tendências bulímicas e busca pela magreza.
Rosewall, gleaves, & latner,	2018	231	EAT-26; EDI-BD; CAPS; RSES; PANAS; POTS	A relação da pressão da mídia com transtornos alimentares foi observada. Também foi observada interação da insatisfação corporal e pressão da mídia para perda de peso.	_____	Perfeccionismo social, baixa autoestima e insatisfação.

Torres et al.,	2017	375	EAT-26	Distúrbios alimentares foram associados à maior atenção aos comerciais de televisão sobre produtos para perda de peso. Além disso, oferece produtos de beleza uma vez que os jovens são mais vulneráveis a adquirir e consumir os vários produtos de "emagrecimento".	Mulheres	Ideal Magro e compra de produtos na tentativa de atingir esse ideal.
Turner & lefevre,	2017	680	Questionário Pessoal	O maior uso do Instagram foi associado a uma maior tendência à ortorexia nervosa. Foi observada imagens de alimentos como mais frequentes no Instagram, além de exposição seletiva das mídias.	Mulheres	Foco na imagem (superioridade), limitação de conteúdo pela exposição seletiva, "Normalização de comportamentos", relação do número de seguidores e certo grau de autoridade resultando em sua influência.
Fortes, filgueiras, oliveira, almeida, & ferreira,	2016	1358	EAT-26; BSQ; SATAQ-3	Pressões da mídia mostraram relação direta com comportamentos alimentares desordenados.	_____	Internalização do ideal de magreza, mensagens subliminares da mídia na aparência física, autoestima e distúrbio do humor relacionados à insatisfação corporal.
Mclean, paxton, & wertheim,	2016	424	Questionário de autorrelato e análise com subescalas de Realismo Ceticismo e a escala de Pensamento crítico sobre mensagens da mídia	Níveis altos de ceticismo da mídia e pensamento crítico foram associados a níveis mais baixos de risco de transtorno alimentar em relação à internalização do ideal magro, comparação de aparência, insatisfação corporal e restrição alimentar.	_____	Redução do impacto persuasivo da mídia e redução dos fatores de risco relevante para os transtornos alimentares.
Carrotte, vella, & lim,	2015	1001	Questionário pessoal	Conteúdo de mídia social relacionado à saúde e fitness: páginas de inspiração, páginas de desintoxicação e páginas de dieta / fitness é acessado 2 a 3 vezes mais por pacientes com transtornos alimentares.	Mulheres	Influência de celebridades e modelos fitness, internalização de imagem corporal, conteúdo exagera ou valida sintomas de transtornos alimentares, influência para uso de métodos purgatórios.
Montoya, quenaya, & mayta-tristán,	2015	483	EAT-26; SATAQ-3	Quanto maior a influência dos meios de comunicação de massa maior a probabilidade de desenvolvimento de distúrbio alimentar. Quanto maior o acesso maior a pressão.	Mulheres	Ideal de Magreza, internalização de ideais impostos pela sociedade como desejável e insatisfação corporal.
Mora et al.,	2015	200	Intervenção para alfabetização midiática	Redução de atitudes alimentares perturbadas e diminuição da internalização estética ideal por meio de um programa multimídia interativo baseado na alfabetização	Mulheres	O principal efeito da intervenção foi escores de autoestima significativamente maiores do que o grupo controle após a intervenção e nos acompanhamentos de 5 e 13

				mediática.		meses.
Reina et al.,	2013	90	CFQ - Versão Adolescente; PSPS; SATAQ-3; MBSRQ-AS; Avaliação Observacional da EAH	O uso das mídias como informantes-chave dos ideais de beleza tem tendência a se relacionar com distúrbios alimentares. Foi observado uma pressão da mídia para um ideal de corpo magro ou musculoso.	Mulheres	Ideal Magro, padrões de beleza e importância na aparência física.
Garrusi & baneshi,	2012	1204	PACS; BES-AA; PSPS; RSES.	A mídia e as televisões ocidentais não possuem efeito sobre os distúrbios alimentares nas mulheres, tais impactos foram mencionados como fatores de risco para os distúrbios alimentares entre os homens.	Homens	Preocupações corporais e ideal magro.
Becker et al.,	2011	523	SATAQ-3	A exposição da mídia nas redes sociais foi associada à maior patologia alimentar.	Mulheres	A exposição indireta da mídia pode ser ainda mais influente do que a exposição neste contexto social.
Alvarenga, philippi, lourenço, sato, & scagliusi,	2010	1259	CIMEC	Influência da publicidade na insatisfação corporal de adolescentes de ambos os sexos.	Mulheres	Esses dados confirmam que os homens manifestam menos insatisfação corporal e se percebem menos influenciados por modelos corporais estéticos do que as mulheres.
Lobera et al.,	2010	371	Inventário de distúrbios alimentares-2; escala de autoestima; inventário de estratégias de enfrentamento; Questionário de Influências no modo de forma do corpo; Questionário de Estresse Percebido; CIMEC	Reduzir a influência da mídia à forma estética do corpo modelo. A internalização da forma do corpo também é influenciada pelos familiares, amigos e por revistas.	Mulheres	Redução da influência de modelos ideais, redução da influência de publicidade, família como fator predispontente. O programa reduziu os efeitos dessas variáveis para os transtornos alimentares.

Fonte: Autores (2020).

Quatro artigos foram analisados com dados colhidos nas próprias redes sociais (Instagram, Twitter e Facebook). Os principais resultados encontrados foram a exibição de parte dos corpos, propagação de ideais de magreza, insatisfação corporal e perfeccionismo. Outro ponto bastante evidenciado foi a comparação entre indivíduos e a busca por “status”. Os 4 artigos focaram na educação midiática como forma de evitar o surgimento de sintomas dos distúrbios e todos eles obtiveram a redução proposta (Quadro 2).

Quadro 2. Resultados obtidos por meio das redes sociais e análise entre mídia de massa e distúrbios alimentares.

AUTOR	ANO	Nº DE POSTAGENS	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONSEQUÊNCIAS OBSERVADAS
Cavazos-rehg et al.,	2019	28.642 tweets	Aumento da preocupação corporal, restrição de alimentos e calorias, aumento da preocupação com peso corporal, comportamentos de compulsão e aparecimento de desordens alimentares.	Exibição de parte dos corpos e ideal de corpo magro.
Pilgrim & bohnet-joschko,	2019	1000 posts Instagram	Confiança e a amizade dos seguidores projetando conteúdo visual focado na forma do corpo e técnicas de comunicação direcionadas e divulgação de marcas implícitas.	Perfeccionismo, padronização de corpos, corpo magro como símbolo de status, idealização de corpo ideal, comparação social, exibição de parte dos corpos, relação de dependência e posicionamento como especialistas.
Harris et al.,	2018	1.035 tweets	Aumento de empresas focadas em nutrição e exercício e de indivíduos focados em magreza e comportamentos alimentares desordenados. Aumento do uso de imagens de mulheres magras.	Insatisfação corporal, condicionamento físico, má alimentação, dieta ou distúrbios alimentares. Maior número de reposts focados no ideal magro.
Wang, brede, ianni, & mentzakis,	2018	41.456 Tweets	Conteúdo “inspirador” como promotor de ideais não saudáveis de magreza e conteúdo de recuperação da saúde mental. Foi observado aumento da preocupação com ingestão calórica.	Ideais de magreza, insatisfação corporal, maior desenvolvimento de distúrbios alimentares, baixa autoestima, preocupação social, emoções negativas associadas, isolamento e menor socialização.

Fonte: Autores (2020).

4. Discussão

A cultura em que vivemos hoje, obesogênica e lipofóbica, impõe padrões estéticos do que é belo, ignorando todas as singularidades de um indivíduo e o somatório de influências que recebeu ao longo da vida (Vianna, 2018). Nossos resultados mostraram que a mídia social pode levar ao desenvolvimento de níveis de perfeccionismo, insatisfação corporal, foco excessivo na imagem, perda de peso e baixa autoestima, todos esses fatores contribuindo diretamente para o surgimento de transtornos alimentares em adolescentes. Nossos resultados corroboram com o estudo de Aparicio-Martinez et al. (2019) em que abordaram 168 adolescentes do sexo feminino e verificou-se que 48,7% possuíam baixa satisfação corporal e 93% delas gostariam de alterar alguma área do corpo. Após a aplicação de testes de atitudes alimentares (EAT-26) foram encontrados os seguintes resultados: desejo de corpo magro, menor nível de autoestima, maior número de contas em mídias sociais e maior importância dada às redes sociais. Esses resultados obtidos confirmam uma cobrança sobre as mulheres, sobretudo as mais jovens, que são ensinadas a manter um ideal de beleza muitas vezes inalcançável (Madureira, 2018)

Segundo Izydorczyk et al. (2020) a mídia influencia majoritariamente as mulheres mais jovens, sobretudo no final da adolescência. A variável mais significativa é a busca pela magreza em meninas com idade entre 12 e 15 anos e 21 e 29 anos seguida da insatisfação corporal que ocorre predominantemente entre os 12 a 15 anos. Nesse contexto, as pessoas que se tornam famosas na internet respeitam esse padrão de beleza e acabam se tornando referência para essa população ressaltando a magreza para as mulheres e os corpos musculosos para os homens como ideal de beleza (Barros, 2005). Dessa forma, pode ser observado que a sociedade e seus padrões de beleza estabelecidos funcionam como espelho para o indivíduo, que busca em outras pessoas a validação de si mesmo, porém quase sempre com uma visão distorcida da realidade e das reais possibilidades de se alcançar o “corpo perfeito” (Madureira, 2018; Pilgrim & Bohnet-Joschko, 2019; Harris et al., 2018; Baudrillard, 1970; Barros, 2005) conforme observado em nossos resultados (Quadro 2).

A adolescência é um período em que ocorre diversas alterações hormonais, afetivas e sociais e que confere uma maior importância a essas alterações corporais. Um estudo realizado por Montoya, Quenaya e Mayta-Tristán (2015) sugeriu que a relação entre a mídia e os transtornos alimentares são um problema de saúde pública. Neste estudo, foi analisado um grupo de 483 meninas com idade entre 14 e 17 anos e das adolescentes avaliadas 13,9% apresentaram risco de ter transtorno alimentar. O estudo utilizou como método de avaliação os testes de atitudes alimentares (EAT-26) e o questionário de atitudes socioculturais em relação à aparência (SATAQ-3). Os resultados mostraram que as pacientes com maior risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares são aquelas que possuem maior influência dos meios de comunicação, quem tem maior acesso a informação, maior pressão e maior internalização geral e de imagem.

Os resultados observados neste estudo corroboram com os dados encontrados no estudo de Fortes, Filgueiras, Oliveira, Almeida, e Ferreira (2016) que observaram que o sentimento de inadequação aliado à baixa autoestima pode ser estimulado por perfeccionismo e comparação social excessiva. Em sua pesquisa, foram analisadas 1.358 meninas com idade entre 12-15 anos por meios do teste de atitudes alimentares (EAT-26), do questionário de atitudes socioculturais em relação à aparência (SATAQ-3) e do questionário sobre a imagem corporal (BSQ), que são indicadores, respectivamente de, comportamentos alimentares desordenados, relação entre a pressão da mídia e insatisfação corporal. Como resultado, o estudo indicou a relação entre sintomas depressivos e comportamentos alimentares desordenados e a pressão da mídia mostrou estreita relação com esses distúrbios e por fim, a mídia, autoestima e os distúrbios do humor explicam a variação de insatisfação corporal. Desta forma, as redes sociais disseminam a ideia de perfeição que gera nos jovens insatisfação corporal, perfeccionismo, por nunca se enquadrar num ideal e por sua vez desenvolvem baixa autoestima por consequência de tal fato (Campana, Campana, & Tavares, 2009; Bercht, 2018)

A alfabetização midiática pode prevenir o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares, entretanto, é limitada pela ausência de educação e maturidade para o consumo de conteúdo (Jiménez-Marín, Zambrano, Galiano-Coronil, & Ravina-Ripoll, 2020). Carrotte, Vella e Lim (2015) analisaram 1001 adolescentes de ambos os sexos para analisar o perfil de conteúdo consumido por esses adolescentes na internet. Um total de 37,76% relatou consumir acerca de saúde e condicionamento físico, 23,48% afirmaram consumir páginas de dieta e 30,77% páginas de inspiração. Do total de participantes, 7,59% apresentaram transtornos alimentares, 41,4% apresentaram transtornos de humor, 33% utilizavam substâncias ilícitas e 8% utilizaram drogas laxativas nos últimos 12 meses. Esses dados sugerem que pelo fato dos adolescentes não possuírem o senso crítico apurado na hora de utilizar as redes sociais os tornam vulneráveis para possíveis transtornos alimentares.

Pilgrim e Bohnet-Joschko (2019) observaram que o foco no condicionamento físico, musculação e treinamento de força é claramente ilustrado pela encenação das fotos e por legendas. Os resultados desse estudo mostraram que os influenciadores expõem o resultado dos seus objetivos e contribuem para uma formação visual irreal, além, de não poder ser rastreada a edição das imagens apresentadas nas redes sociais. Além disso, ocorre um padrão em 90% das imagens à exposição de corpos: pernas, braços, tórax e abdômen. A exibição dos corpos dentro dessa conformação se torna um símbolo de status em que seu nível de sucesso pode ser medido pela sua aparência visual. Foi observado que 71% desses influenciadores mostram alguma marca e não há confiabilidade nas suas falas. No mesmo estudo foram observadas, técnicas de comunicação, como posicionamento como especialista por meio retórico e por conteúdos selecionados com objetivo de aumentar o engajamento e apelo pessoal do influenciador aos seus seguidores. Também, intencionalmente criou uma percepção de semelhança para com seus seguidores, familiaridade e empatia.

Segundo Harris et al. (2018), através de análises de 1035 tweets com hashtags específicas #thinspo e #fitspo, desse total, 67% eram sobre imagem corporal, condicionamento físico, alimentação, dieta ou transtornos alimentares. Esses tweets #fitspo vieram de empresas do ramo de nutrição e exercício e tweets #thinspo vieram de indivíduos com foco na magreza e

comportamentos alimentares desordenados e continham imagem de mulheres extremamente magras. Ademais, a taxa de retweet foram maiores significativamente para a #thinspo.

De acordo com Uchôa et al. (2019) foram analisados 1011 adolescentes, sendo 527 meninas e 484 meninos através do Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26), do Questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à aparência-3 (SATAQ-3) e do questionário de forma corporal (BSQ). Um total de 54,7% dos adolescentes sofreu influência leve dos meios de comunicação, 27,3% uma influência moderada e 18,0% uma sofreram forte influência. Observou-se que as meninas sofrem maior influência dos meios de comunicação do que os meninos.

A porcentagem de meninos e meninas com pontuação menor que 20 no teste EAT-26 que sentiram que não foram influenciados pelos meios de comunicação foi superior a 60%. Notou-se que adolescentes com pontuação maior que 20 nesse teste se sentiram influenciados pelos mesmos. Ademais, foi observado que os meninos influenciados por essas mídias de massa apresentam probabilidade quatro vezes maior de apresentar comportamentos de risco para desenvolver transtornos alimentares, enquanto as meninas afetadas apresentam probabilidade três vezes maiores de apresentarem comportamento de risco (Uchôa et al., 2019).

Além disso, com a falta de confiabilidade das informações transmitidas por esses influenciadores e as técnicas de comunicação que afetam diretamente o público alvo, eles são veículos de ideias transtornados e sem a cautela necessária para não afetar jovens que estão inseridos num cenário de vulnerabilidade social (Krepp & Ferreira, 2012; Pilgrim & Bohnet-Joschko, 2019; Agam-Bitton, Abu Ahmad, & Golan, 2018; Jiménez-Marín et al., 2020).

5. Considerações Finais

A maioria dos adolescentes, população mais vulnerável, não possuem uma educação necessária para o uso pleno das redes sociais de forma mais consciente e com isso sofrem dos mesmos males que todas as demais idades sofrem pela exposição na internet. O impacto das redes sociais precisa ser revisto e discutido e medidas de segurança precisam ser estabelecidas para o uso saudável da mesma.

Além disso, os influenciadores devem ser estimulados a serem fonte de propagação de bons hábitos alimentares e estilo de vida, com base em evidências científicas e amparada por equipes multidisciplinares tornando-se vetores de propagação de bons hábitos à populações vulneráveis reduzindo, desta forma, o impacto negativo que a mídia de massa pode causar.

É importante também um acompanhamento psicológico para esses adolescentes, assim como a participação em grupos de apoio poderia ajudar na assimilação dos fatos ocorridos com os demais e também para educação e esclarecimento de atitudes compensatórias e alertar para distúrbios alimentares que podem ser gatilhos.

Por fim, estudos futuros devem ser realizados para discutir e realizar novas pesquisas que aprofundem esse impacto para melhor esclarecimento das consequências nesses transtornos alimentares. Além disso, estudos futuros abordando a alfabetização midiática poderiam ajudar a proporcionar uma autonomia maior aos jovens para o uso criterioso do conteúdo consumido e menor impacto na forma em que se alimentam e enxergam suas mudanças corporais.

Referências

- Agam-Bitton, R., Abu Ahmad, W., & Golan M. (2018). Girls-only vs. Mixed-gender groups in the delivery of a universal wellness programme among adolescents: A cluster-randomized controlled trial. *Plos one*, 13 (6), 0198872.
- Alvarenga, M. S., Philippi, S. T., Lourenço, B. H., Sato, P. M., & Scagliusi, F. B. (2010). Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. *J. bras. Psiquiatr.*, 59 (1), 44-51.
- Alwosaifer, A. M., Alawadh, S. A., Wahab, M. M. A., Boubshait, L. A., & Almutairi, B. A. (2018). Eating disorders and associated risk factors among Imam Abdulrahman bin Faisal university preparatory year female students in Kingdom of Saudi Arabia. *Saudi Medical Journal*, 39 (9), 910-921.

- Aparicio-Martinez, P., Perea-Moreno, A. J., Martinez-Jimenez, M. P., Redel-Macías, M. D., Pagliari, C., & Vaquero-Abellan, M. (2019). Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis. *Int J Environ Res Public Health*, 16 (21), 4177.
- Bachner-Melman, R., Zontag-Oren, E., Zohar, A. H., & Sher, H. (2018). Lives on the Line: The Online Lives of Girls and Women With and Without a Lifetime Eating Disorder Diagnosis. *Frontiers in Psychology*, 9, 2128.
- Barcaccia, B., Balestrini, V., Saliani, A. M., Baiocco, R., Mancini, F., & Schneider, B. H. (2017). Dysfunctional eating behaviors, anxiety, and depression in Italian boys and girls: the role of mass media. *Braz J Psychiatry*, 40 (1), 72–77.
- Barros, D. D. (2005). Imagem corporal: a descoberta de si mesmo. *Hist. Cienc. Saúde-Manguinhos*, 12 (2), 547-554.
- Baudrillard, J. (1970). *A sociedade do consumo*. Edições 70. Ltda.
- Becker, A. E., Fay, K. E., Agnew-Blais, J., Khan, A. N., Striegel-Moore, R. H., Gilman, S. E. (2011). Social network media exposure and adolescent eating pathology in Fiji. *Br J Psychiatry*, 198 (1), 43-50.
- Bercht, A. M. (2018). Teoria da objetificação: aplicabilidades no contexto brasileiro. Porto Alegre. Dissertação [Mestrado em Psicologia] – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.
- Campana, A. N. N. B., Campana, M. B., Tavares, M. C. G. C. F. (2009). Escalas para avaliação da imagem corporal nos transtornos alimentares no Brasil. *Aval. Psicol.*, 8(3), 437-446.
- Carrotte, E. R., Vella, A. M., & Lim, M. S. C. (2015). Predictors of “Liking” Three Types of Health and Fitness-Related Content on Social Media: A Cross-Sectional Study. *J Med Internet Res.*, 17 (8), e205.
- Cavazos-Rehg, P. A., Krauss, M. J., Costello, S. J., Kaiser, N., Cahn, E. S., Fitzsimmons-Craft, E. E., & Wilfley, D. E. (2019). “I just want to be skinny.” A content analysis of tweets expressing eating disorders symptoms. *PLoS One*, 14 (1), e0207506.
- Easton, S., Morton, K., Tappy, Z., Francis, D., & Dennison, L. (2018). Young People’s Experiences of Viewing the Fitspiration Social Media Trend: Qualitative Study. *J Med Internet Res.*, 20 (6), e219.
- Fortes, L. S., Filgueiras, J. F., Oliveira, F. C., Almeida, S. S., & Ferreira, M. E. C. (2016). Etiological modelo of disordered eating behaviors in Brazilian adolescent girl. *Cadernos de Saúde Pública*. 32(4), e000024115.
- Garrusi, B., & Baneshi, M. R. (2012). Eating disorders and their associated risk factors among Iranian population – a Community based study. *Glob J Health Sci*, 5 (1), 193-202.
- Golden, N. H., Katzman, D. K., Kreipe, R. E., Stevens, S. L., Sawyer, S. M., Rees, J., Nicholls, D., & Rome, E. S. (2003). Eating disorders in adolescents: position paper of the Society for Adolescent Medicine. *Journal of Adolescent Health*, 33 (6), 496-503.
- Harris, J. K., Duncan, A., Men, V., Shevick, N., Krauss, M. J., & Cavazos-Rehg, P.A. (2018). Messengers and Messages for Tweets That Used #thinspo and #fitspo Hashtags in 2016. *Prev Chronic Dis.*, 15, E01.
- Heiman, T., & Olenik-Shemesh, D. (2019). Perceived Body Appearance and Eating Habits: The Voice of Young and Adult Students Attending Higher Education. *Int J Environ Res Public Health*, 16(3), 451.
- Izydorczyk, B., & Sitnik-Warchulska K. (2018). Sociocultural Appearance Standards and Risk Factors for Eating Disorders in Adolescents and Women of Various Ages. *Frontiers in Psychology*, 9, 429.
- Izydorczyk, B., Sitnik-Warchulska, K., Lizińczyk, S., & Lipowska, M. (2020). Socio-Cultural Standards Promoted by the Mass Media as Predictors of Restrictive and Bulimic Behavior. *Front Psychiatry*, 11, 506.
- Jiménez-Marín, G., Zambrano, R. E., Galiano-Coronil, A., & Ravina-Ripoll, R. (2020). Food and Beverage Advertising Aimed at Spanish Children Issued through Mobile Devices: A Study from a Social Marketing and Happiness Management Perspective. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17 (14), 5056.
- Krepp, A. C. M., & Ferreira, G. (2012). Insatisfação Corporal e Atitudes Alimentares de Adolescentes de uma Escola Particular em um Município do Sul de Minas Gerais. *Revista Ciências em Saúde*, 2 (4), 1-9.
- Lobera, I. J., Lozano, P. L., Ríos, P. B., Candau, J. R., Lebreros, G. S. D. V., Millán, M. T. M., Gonzáles, M. T. M., Martín, L. A., Villalobos, I. J. & Sánchez, N. V. (2010). Traditional and new strategies in the primary prevention of eating disorders: a comparative study in Spanish adolescents. *Int J Gen Med*, 3, 263-72.
- Madureira, B. (2018). Do olhar ao fazer criativo no universo das #instafitness. *Polêm!ca*, 18(2), 87-104.
- Manual anual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (2014). American Psychiatric Association (5a ed.). Artmed.
- McLean, S. A., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H. (2016). The measurement of media literacy in eating disorders risk factor research: psychometric properties of six measures. *Journal of Eating Disorders*, 4, 30.
- Montoya, Y. L., Quenaya, A., & Mayta-Tristán, P. (2015). Mass media influence and risk of developing eating disorders in female students from Lima, Peru. *Arch Argent Pediatric*, 113 (6), 519-525.
- Mora, M., Penelo, E., Gutiérrez, T., Espinoza, P., González, M. L., & Raich, R. M. (2015). Assessment of Two School-Based Programs to Prevent Universal Eating Disorders: Media Literacy and Theatre-Based Methodology in Spanish Adolescent Boys and Girls. *The Scientific World Journal*, 2015, 328753.
- Pereira, A. S., Shitsuka, D. M., Parreira, F. J., & Shitsuka, R. (2018). Metodologia da pesquisa científica, UFSM.

- Pilgrim, K., & Bohnet-Joschko, S. (2019). Selling health na hapiness how influencers communicate on Instagram about dieting and exercise: mixed methods research. *BMC Public Health*, 19 (1), 1054.
- Piran, N. (2010). A feminist perspective on risk factor research and on the prevention of eating disorders. *Eat Disord*, 18(3), 183-198.
- Qutteina, Y., Hallez, L., Mennes, N., De Backer, C., & Smits, T. (2019). What Do Adolescents See on Social Media? A Diary Study of Food Marketing Images on Social Media. *Frontiers in Psychology*, 10, 2637.
- Reina, A. S., Shomaker, L. B., Mooreville, M., Courville, A. B., Brady, S. M., Olsen, C., Yanovski, S. Z., Tanofsky-Kraff, M., & Yanovski, J. A. (2013). Sociocultural pressures and adolescent eating in the absence of hunger. *Body Image*, 10 (2), 182-190.
- Rosewall, J. K., Gleaves, D. H., & Latner, J. D. (2018). An examination of risk factors that moderate the body dissatisfaction-eatig pathology relationship among New Zealand adolescent girls. *Journal of Eating Disorders*, 6, 38.
- Silva, C. C., Savian, C. M., Prevedello, B. P., Zamberlan, C., Dalpian, D. M., & Santos, B. Z. (2018). Acesso e utilização de serviços odontológicos por gestantes: Revisão integrativa de literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 827-835.
- Torres, C. P., Espinoza, K. T., Pérez, C. S., Viteri-Condori, L., Aguilar, J. C., & Rondan, A. T. (2017). Trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de medicina de una universidad de Perú. *Rev. cuba. Salud pública.*, 43 (4), 552-563.
- Turner, P. G., & Lefevre, C. E. (2017). Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa. *Eating and Weight Disorders*, 22 (2), 277-284.
- Uchôa, F. N. M., Uchôa, N. M., Daniele, T. M. D. C., Lustosa, R. P., Garrido, N. D., Deana, N. F., Aranha, Á. C. M., & Alves, N. (2019). Influence of the Mass Media and Body Dissatisfaction on the Risk in Adolescents of Deveeloping Eating Disorders. *Int J Environ Res Public Health*, 16 (9), 1508.
- Vianna, M.V., (2018). O peso que não aparece na balança: sofrimento psíquico em uma sociedade obesogênica e lipofóbica. *Polêm!ca*, 18(1), 94-110.
- Vianna, M., & Novaes, J. V. (2019). Compulsão alimentar: uma leitura psicanalítica. *Polêm!ca*, 19 (2), 84-103.
- Wang, T., Brede, M., Ianni, A., & Mentzakis, E. (2018). Social interactions in online disorders communities: A network perspective. *PLoS One*, 13 (7), e0200800.