

## **A influência da mídia no comportamento alimentar entre os adolescentes:**

### **Transtornos alimentares anorexia nervosa e a bulimia nervosa**

**The influence of the media on the eating behavior of adolescents: Eating disorders anorexia nervosa and bulimia nervosa**

**La influencia de los medios de comunicación en la conducta alimentaria de los adolescentes:**

**Trastornos alimentarios anorexia nervosa y bulimia nervosa**

Recebido: 21/09/2022 | Revisado: 02/10/2022 | Aceitado: 04/10/2022 | Publicado: 09/10/2022

**Cintia Matos Lopes**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1159-7936>

Universidade Nilton Lins, Brasil

E-mail: [cintiamatos742@gmail.com](mailto:cintiamatos742@gmail.com)

**Omero Martins Rodrigues Junior**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8552-3278>

Universidade Nilton Lins, Brasil

E-mail: [omeromartins.farma@gmail.com](mailto:omeromartins.farma@gmail.com)

#### **Resumo**

Objetivo do presente estudo foi analisar como os portadores de informações das redes sociais afetam a indução de transtornos alimentares, e como a internalização das normas sociais veiculadas nessas mídias atua como difusoras transtornos alimentares em adolescentes. Metodologia: foram selecionados 75 artigos nas bases de dados Pubmed, Lilacs e Scielo nos últimos 10 anos, onde após critérios de inclusão e exclusão obteve-se 20 artigos para compor essa revisão. Resultados demonstram que as redes sociais expandem a ampliação midiática para que a opinião seja incentivada nos jovens juntamente com o apoio psicológico.

**Palavras-chave:** Transtornos alimentares; Adolescentes; Anorexia nervosa; Bulimia nervosa; Autoimagem; Meios de comunicação.

#### **Abstract**

The aim of the present study was to analyze how information carriers on social networks affect the induction of eating disorders, and how the internalization of social norms conveyed in these media acts as a diffuser of eating disorders in adolescents. Methodology: 75 articles were selected from Pubmed, Lilacs and Scielo databases in the last 10 years, where after inclusion and exclusion criteria, 20 articles were obtained to compose this review. Results show that social networks expand media expansion so that opinion is encouraged in young people along with psychological support.

**Keywords:** Eating disorders; Teenagers; Nervous anorexia; Nervous bulimia; Self image; Media.

#### **Resumen**

El objetivo de este estudio fue analizar cómo los portadores de información en las redes sociales influyen en la inducción de trastornos alimentarios y cómo la internalización de las normas sociales transmitidas en estos medios actúa como difusor de los trastornos alimentarios en adolescentes. Metodología: Se seleccionaron 75 artículos en las bases de datos Pubmed, Lilacs y Scielo en los últimos 10 años, donde luego de criterios de inclusión y exclusión, se obtuvieron 20 artículos para componer esta revisión. Los resultados muestran que las redes sociales amplifican la expansión de los medios, promoviendo así la opinión en los jóvenes junto con el apoyo psicológico.

**Palabras clave:** Trastornos de la conducta alimentaria; Adolescentes; Anorexia nervosa; Bulimia nervosa; Auto imagen; Un medio.

## **1. Introdução**

A adolescência é um período da vida marcado por transformações físicas, psicológicas, emocionais e sociais. As mudanças físicas que a caracterizam têm sido apontadas como um gatilho para problemas de imagem corporal em homens e mulheres. Durante esta fase, além das mudanças físicas, a imagem corporal também é influenciada por fatores psicológicos e socioculturais. A adolescência é marcada por diversas alterações físicas e é pelo corpo que os adolescentes representam suas experiências de vida é o período entre a infância e a fase adulta. É nela em que há um abrangente desenvolvimento em diferentes

áreas, desde físico e sexual até mental e social. Ela se inicia com a puberdade e termina quando o crescimento é concretizado e a sua personalidade formada. A definição cronológica dada pela Organização Mundial da Saúde é entre 10 e 19 anos nesta fase todas as mudanças têm efeito sobre os comportamentos alimentares, sendo levado por motivos internos, como a puberdade, a relação com a autoimagem, necessidades, mídias sociais, modismos. São comuns os conflitos relacionados com o corpo, o que pode acabar resultando em problemas com aceitação da autoimagem e comportamentos que favorecem o desenvolvimento de transtornos alimentares (Pereira,2013). Além dos riscos para comorbidades no futuro, os transtornos alimentares mostram ser frequentemente visto nos adolescentes, uma vez que os transtornos estão comumente associados à insatisfação com a imagem corporal (Silva,2012).

A mídia desempenha um papel central no fenômeno da insatisfação corporal nesta população em particular, criando um padrão de beleza do corpo extremamente magro para as meninas e magro, porém musculoso, para os meninos, que determina valores e normas que condicionam atitudes e comportamentos relacionados ao tamanho do corpo, à aparência e ao peso. A frequente discrepância entre o peso real e o ideal, associada à necessidade de adaptação à sociedade, pode levar a sintomas de práticas inadequadas de controle de peso e distúrbios alimentares provenientes desta insatisfação com a aparência. Caracterizados por graves distúrbios, os Transtornos Alimentares (TA) são quadros psicopatológicos

na conduta nutricional estando no apoio principal da atenção dos profissionais de saúde por apresentarem significativos danos pessoais e sociais, afetando principalmente mulheres jovens. Estes sintomas evidenciam-se pela alta periodicidade de morbidade e mortalidade, e são definidos por distúrbios graves no hábito alimentício. TA's são disfunções psicológicas provocadas por várias razões que afetam a ingestão, padrões, práticas e atitudes alimentares devido à preocupação exorbitante com peso e aparência corporal (Fontenele et al., 2019; Madureira,2018).

A Internet atua como disseminadora de informações porque reflete a própria atitude da sociedade, mas tem maior visibilidade e influência. Como propósito social, uma exposição mais longa às mídias sociais tem implicações para o consumo de conteúdo. Além disso, as estratégias de marketing e vendas dos produtos nem sempre são claras, por meio da Internet, os padrões e atitudes necessários para alcançar o sucesso reforçam a ideia de felicidade ideal, e ao mesmo tempo, quem discordar desses padrões, você quebrar automaticamente os padrões estabelecidos e promover o desenvolvimento de sua insatisfação corporal. Negar a singularidade pode levar a sofrimento psicológico e consequências extremas que se refletem nos comportamentos alimentares. A relação entre a insatisfação corporal e os transtornos alimentares decorre de uma obsessão com a imagem e o peso, que se reflete na restrição alimentar e muitas vezes é grave para manter-se magro. Visando o emagrecimento acabam tendo atitudes purgativas, seja através do uso de medicamentos que provocam vômitos, seja pelo uso de laxantes (Izydorczyk et al., 2020). Vianna e Novaes, (2019) relata que 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.

Na adolescência as necessidades nutricionais aumentam, o estilo de vida e os padrões alimentares são muito suscetíveis às influências ambientais, assim sendo, um grupo nutricionalmente vulnerável. Nesse período, certos hábitos alimentares são comuns de se observar, como a elevada ingestão de *fast-foods*, refrigerantes, açúcares e o baixo consumo de frutas, verduras e legumes (Lazerri,2013).

Caracterizada pelo intenso medo de ganhar peso, restrita ingestão caloria de modo prolongado anexado a alteração na percepção corporal, anorexia nervosa tem a a prevalência desse distúrbio é de aproximadamente 0,4%. A bulimia, prevalente em 1,5% das adolescentes DSM-V, 2014). Por este motivo, compreender as representações dos adolescentes sobre sua alimentação é crucial para promover ações de educação alimentar, de modo que alcance permanentemente este grupo e estimulem mudanças nos hábitos alimentares a fim de evitar complicações de saúde no futuro (Silva ,2014).

A forma como a comunicação é conduzida e a multiplicidade de conteúdos apela a estes públicos-alvo e é escolhida como referência para cada setor, o contato próximo com estes produtores de conteúdos tem impacto no modo de vida de quem

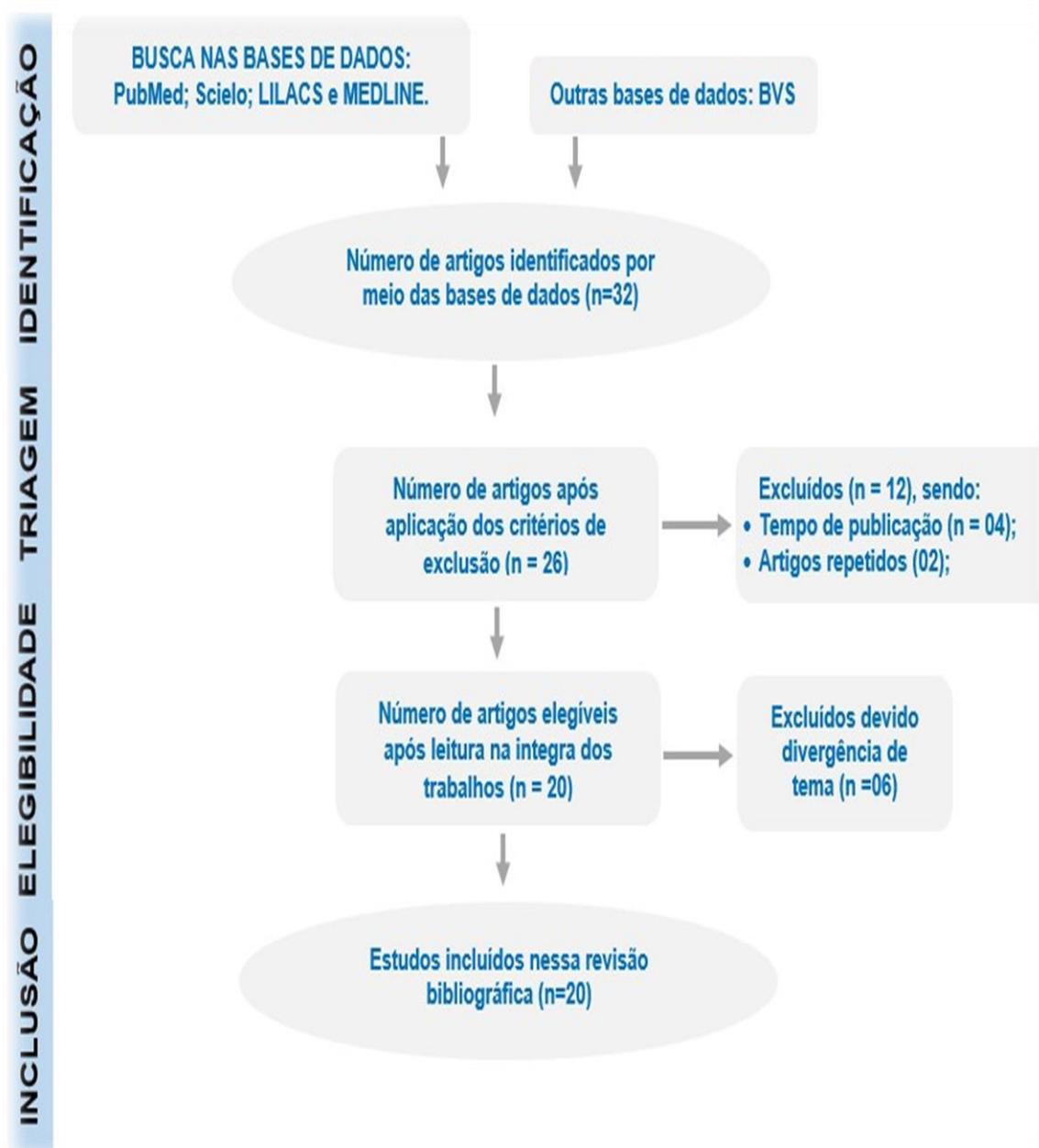
os segue (Qutteina et al., 2019). Dessa forma, o objetivo deste estudo foi analisar como os portadores de informações das redes sociais afetam a indução de transtornos alimentares, e como a internalização das normas sociais veiculadas nessas mídias atua como difusoras transtornos alimentares em adolescentes. Dada a importância desse tema para a saúde humana, este trabalho visa compreender os determinantes dos comportamentos alimentares e sua relação com a influência da mídia sobre esses comportamentos.

## **2. Metodologia**

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que propõe analisar e buscar pesquisas relevantes que possibilitem sintetizar o conhecimento sobre o tema proposto, a fim de formular conclusões a partir dos estudos incluídos na revisão, além de indicar lacunas que necessitam ser preenchida com novos estudos (Pereira,2018). Na qual foram utilizadas as seguintes bases de dados: National Library of Medicine (MEDLINE/PubMed), Scientific Electronic Library Online (SciELO), (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde). A elaboração desta pesquisa abrangeu sua estruturação conforme os descritores: “transtorno alimentar” “anorexia nervosa” “bulimia nervosa” “adolescente e mídia”. O intuito desta pesquisa foi analisar os dados publicados que abordam sobre a influência da mídia nos transtornos alimentares em adolescentes: anorexia nervosa e a bulimia nervosa. A busca realizou-se no período maio a agosto de 2022 buscando a apresentação do objeto proposto.

Os critérios de inclusão para trabalhos foram os descritores mencionados, publicados em português no período de 2010 a 2021. Como critérios de exclusão, foram considerados: publicações em outros idiomas, editoriais, revisões, indisponibilidade para a recuperação da publicação na íntegra e inadequação ao objeto de estudo. Após análise discussão dos artigos, apresentou-se os resultados de forma descritiva e complementar as ideias de cada autor. O desenho metodológico para seleção dos artigos pode ser identificado na Figura 1.

**Figura 1** – Fluxograma.



Fonte: Autores (2022).

### 3. Resultados e Discussão

Os resultados mostraram que o grupo mais vulnerável aos transtornos alimentares entre os adolescentes foi o feminino. Ao analisar os distúrbios propagados pela mídia, foram observados altos níveis de perfeccionismo, insatisfação corporal, atenção excessiva à imagem, perda de peso e baixa autoestima, que contribuem diretamente para o surgimento dos transtornos alimentares, como mostra a Quadro 1.

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

AUTOR	ANO	PRINCIPAIS RESULTADOS	GRUPO SUCETÍVEL	CONSEQUÊNCIAS DA AÇÃO DA MÍDIA
Apariciomartinez et al.,	2019	Principal fonte para promover, a imagem corporal magra a mídia leva atitudes alimentares desordenadas. levando a atitudes alimentares desordenadas.	_____	importância atribuída as redes sociais e maior duração e insatisfação corporal. Baixa autoestima, corpo ideal magro.
Heiman olenikshemesh,	2019	Conjunto os sistemas sociais e ideológicos (modelos). O efeito da mídia pode ser visto como o sistema externo.	_____	Criação de modelos sociais Insatisfação Corporal.
Qutteina, hallez, mennes, backer, smits,	2019	nem sempre são claras as intenções de marketing dos influenciadores nem sempre são claras.	mulheres	alimentos não essenciais. Incentivo ao consumo .
Agam-bitton, abu ahmad, & golan,	2018	Mediada por um grupo a imagem corporal foi alfabetizada com significância estatística apenas no grupo de gênero misto.	mulheres	Internalização e diferença entre a imagem corporal atual e a ideal. da pressão por magreza, baixa autoestima e diferença entre a imagem corporal atual e a ideal.
Alwosaifer, alawadh, wahab, boubshait, & almutairi,	2018	A mídia influencia na perda de peso.	_____	comportamentos problemáticos.internalização da forma corporal magra, pressão da mídia e pressão da família em grupo .
Bachnermelman, zontagoren, zohar, & sher,	2018	Os comportamentos se relacionaram positivamente com medidas de sintomatologia e negativamente com medidas de saúde psicológica.	_____	Senso de pertencimento em comunidades que abordam transtornos alimentares. Comparação social com a própria aparência,
Barcaccia et.al.	2018	influenciadores da mídia e a percepção da discrepância entre a própria imagem corporal e a do influenciador. Houve o desejo serem parecidas com influenciadores.	Mulheres	maior ocorrência de distúrbios alimentares em mulheres, teoria da objetificação, comparações diretas e influência indireta dos amigos. Depressão, ansiedade, desconforto corporal e aumento de distúrbios alimentares, motivação para magreza,
Easton, morton, tappy, francis, & dennison.	2018	venda de produtos, distanciamento do estilo de vida propagado, alto custo e disponibilidade de tempo. 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.	Mulheres	objetivo estético, excesso de comparação, obsessão pela contagem de calorias, culpa e insatisfação corporal. Efeitos negativos no bem-estar emocional, baixo conhecimento, baixa motivação, frustração, aumento de pressão para aprovação alheia
Izydorczyk & Sitnikwarchulska.	2018	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	Também foi observada interação da insatisfação corporal e pressão da mídia para perda de peso. A relação da pressão da mídia com transtornos alimentares foi observada.	_____	Perfeccionismo social, baixa autoestima e insatisfação.
------------------------------------	------	---	-------	---

Fonte: Autores (2022).

Ornelas e Santos, (2016) relata que as redes sociais podem influenciar na baixa autoestima e necessidade de enquadrar-se ao padrão de beleza, mesmo que indiretamente, tendo os seus conteúdos influência no comportamento alimentar. Buscando mostrar sempre jovens arrumados e aparentemente felizes, demonstrando estar de acordo com os padrões estéticos vigentes. Divulgam imagens que apresentam corpos que respondem ao desejo do outro e a um padrão esteticamente hegemônico, os indivíduos parecem estar incessantemente lutando contra o cansaço e envelhecimento.

Nas redes sociais imagens compartilhadas influenciam diretamente em uma autoimagem distorcida por parte das adolescentes, uma vez que elas internalizam um corpo magro ideal (Meier & Gray, 2013). Estudos de Reolid-Martínez et al., (2016) a prevalência nas redes sociais é mais intensa entre adolescentes do sexo feminino do que no sexo masculino. Tendo como padrões vigentes estímulos midiáticos disponíveis, levanta um questionamento quais os sentimentos que estes despertam nas adolescentes, por elementos idealizados perfeito e quais as possíveis repercussões psíquicas.

Segundo Bittar e Soares (2020) relatou que a mídia representa, na atualidade, como uma das instituições responsáveis pela educação da população atual, oferecendo tanto benefícios como malefícios, sendo assim, responsável pela transmissão de valores e modelos de conduta e socialização de muitas gerações.

O comportamento alimentar de risco pode ser influenciado por diversos tipos de meio comunicação, especialmente as mídias sociais, por serem caracterizadas pelo forte apelo ao padrão de beleza ideal e suas campanhas de marketing agressivo para a venda alimentos, suplementos, roupas e afins, na tentativa de fazerem os seus usuários idealizarem corpos esculturais e soluções milagrosas para controle de peso, fazendo com que as pessoas se sintam frustradas com os padrões estabelecidos (Oliveira,2020).

Os achados de Vianna (2018) sugerem que as mídias sociais podem levar ao perfeccionismo, insatisfação corporal, foco excessivo na imagem, perda de peso e baixa autoestima, fatores que contribuem diretamente para o surgimento de transtornos alimentares em adolescentes. vivemos hoje, a obesidade e a lipoaspiração, impõe um padrão estético de beleza, ignorando toda a singularidade do indivíduo e a soma total das influências a que foi submetido ao longo de sua vida. Tais achado corroboram com o estudo Aparicio-Martinez et al. (2019), onde verificou-se que dos 168 adolescentes do sexo feminino 48,7% possuíam baixa satisfação corporal e 93% delas gostariam de alterar alguma área do corpo.

### 3.1 Anorexia nervosa

Os fatores de riscos podem estar implicados especificamente sobre o desenvolvimento da Anorexia nervosa,

São eles: histórico de exposição a eventos aversivos, traços de personalidade de perfeccionismo e excessiva submissão, obesidade e preocupações centradas na alimentação e no peso corporal, transtornos afetivos, transtorno obsessivo-compulsivo. Ribeiro, (2016) abordam que fatores citados mostram a etiologia multifatorial dos transtornos alimentares,

dos transtornos alimentares, a implementação de um plano terapêutico que contemple suas múltiplas facetas, tanto individual, quanto familiar e exigido imediatamente.

Pouco a pouco, as anoréxicas começam a viver unicamente por conta da comida, da dieta, da sua forma corporal e de seu peso. A trajetória da anorexia é caracterizada pela diminuição gradativa e contínua do peso. Segundo o sistema classificatório da última edição do *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-IV), existem dois aspectos clínicos da doença:

o primeiro, as anoréxicas usam maneiras restritivas associados a dieta do tipo restritivo; no outro grupo é o “tipo purgativo” onde acontece caso de compulsão alimentar e/ou condutas mais graves, como a indução dos vômitos e a utilização excessivo de laxativos e diuréticos .A anorexia nervosa (AN) é caracterizada pela diminuição da ingestão calórica é marcado pela redução dietética, que aos poucos vai tirando os alimentos que são vistos como "engordativos", como os carboidratos, com repulsão demasiado de engordar ou atitudes comportamentais que interpõem no aumento de peso, e a rejeição com a concepção da sua autoimagem e do seu peso. O indivíduo tende a conservar seu peso corporal inferior ao considerado normal. A anorexia nervosa exibe significativa morbidade, estando a amenorreia prolongada sendo recorrente em grande parte das ocorrências. Por acometer adolescente, acomete em período crucial de formação do esqueleto e, portanto, uma das complicações mais agravantes é a diminuição da massa óssea. A incidência de osteopenia pode chegar a 90% entre as jovens, sendo que um terço delas tem osteoporose (American Psychiatric Association, 2014).

### **3.2 Bulimia nervosa**

A Bulimia Nervosa (BN) é representada por ocorrência de compulsão alimentar, meios de compensação inapropriadas para impedir o aumento de peso e julgamento de si mesmo relacionado com a formato e o peso corporal, A mais relevante característica da bulimia nervosa é a ingestão descontrolada de alimentos, com um “acesso” ou uma “crise bulímica”, sequenciada por algum tipo de purgação. Apresenta-se uma prática de ingestão alimentar muito além do necessário seguida de sensações de perda de controle, levando a bulímica a situações extremas como estímulo de vômitos, uso exagerado de laxantes, e/ou 6 diuréticos. As crises bulímicas podem durar horas a fio ou repetidas vezes ao dia levando em consideração que para comprovar o diagnóstico de BN esses sintomas devem ocorrer no mínimo uma vez por semana, durante três meses (American Psychiatric Association, 2014).

São transtornos alimentares, tanto anorexia e a bulimia nervosa de etiologia complexa e multifatorial, a população mais acometida são os adolescentes, onde apresentam alta morbidade. Vem se preconizando uma imagem corporal magra e longilínea com a globalização e mudança do padrão estético vigente. Optam pela mudança de seu comportamento alimentar de forma drástica, para se sentirem pertencentes ao meio social e perceber uma autoimagem positiva. Este artigo propõe uma revisão narrativa da literatura, buscando discutir questões ligadas à mídia, ao padrão estético vigente e como estes podem influenciar no desenvolvimento de TAs nas adolescentes. Verificou-se que redes sociais e comunidades na internet podem influenciar o surgimento ou agravar os TAs.

### **3.3 Impactos e fatores de risco para gerar transtornos**

Os diagnósticos de Anorexia nervosa e Bulimia nervosa estão relacionados a prejuízos psicossociais importantes e se associam a sintomas emocionais. No caso da Anorexia nervosa, os mais comuns são ansiedade, comportamentos de submissão e sentimentos de inferioridade. Já na Bulimia nervosa são recorrentes sintomas depressivos e sentimento de raiva, bem como dificuldade para estabelecer relacionamentos interpessoais. Analisa-se a importância de identificar adolescentes em risco, a fim de evitar o desenvolvimento destas patologias e promover um cuidado integralizado. Como na atualidade tende-se a buscar práticas profiláticas e intervenções eficazes, pensa-se na necessidade de estudar novas formas de intervenção neste campo. Os profissionais de saúde e todos envolvidos na dinâmica dos carecem de estar atualizados e preparados no que se refere as formas de assistência com eficácia comprovada através de evidências empíricas (Dalle Grave et al., 2015).

A terapia familiar se mostra benéfica, tanto para identificar comportamentos que possam ter colaborado no desencadear do transtorno alimentar como para o suporte da família, que frequentemente mostra-se fragilizada nesses momentos. (Almeida et al., 2017). A base do tratamento da bulimia nervosa é similar ao da anorexia nervosa, com equipe multidisciplinar composta por clínico geral, psiquiatra, nutricionista e psicólogo, todos com preparo, formação e habilidade adequadas para lidar com esses

casos. Percebe-se que a psicoterapia de melhor resultado é a cognitivo-comportamental, pois costuma apresentar melhora progressiva em algumas sessões. Um estudo realizado com 68 adolescentes com transtornos alimentares foram submetidos a 20 sessões de terapias Cognitivo-Comportamentais (TCC), mostrando eficácia e melhoras na sintomatologia. Dos que iniciaram o tratamento dois terços obtiveram diminuição acentuada dos transtornos alimentares com ganho de peso, outra metade cessaram os dois tipos de comportamentos, os quais apresentavam sintomas de compulsão alimentar e purgação. (Uzunian & Vitale, 2015).

Mostrou-se resultados eficazes e positivos nas intervenções em grupos psicoeducativos com participação multifamiliar. percebem melhoras significativas nos pacientes que são atendidos nesta modalidade de intervenção, tanto as famílias atendidas quanto a própria equipe multidisciplinar. Concluído que o tratamento experimental com grupos multifamiliares, em que as terapias envolvem simultaneamente diversas famílias, podem ser eficazes para o tratamento dos TAs. devendo estender a assistência prestada aos pacientes, também para os familiares. Percebe-se que pessoas treinadas formando rede de apoio e encontros de famílias, que experimentam situações semelhantes, são de extrema importância no auxílio do tratamento desta população. Dentre os cuidados especializados em saúde mental, os tratamentos pautados nas terapias Cognitivo-Comportamentais (TCC) se mostram eficientes (Lima et al., 2012; Ornelas & Santos, 2016).

vários fatores de risco podem estar implicados sobre o desenvolvimento da anorexia nervosa. São eles: histórico de exposição a eventos aversivos, traços de personalidade de perfeccionismo e excessiva submissão, histórico familiar de anorexia nervosa, obesidade e preocupações centradas na alimentação e no peso corporal, transtornos afetivos, transtorno obsessivo-compulsivo (Hercowitz, 2015).

#### **4. Considerações Finais**

Os transtornos alimentares são condições graves, complexas e multifatoriais, e a mídia tem grande influência na exacerbação e surgimento de transtornos alimentares em adolescentes e adultos jovens, que são as populações mais vulneráveis que não foram educadas no uso das redes sociais, uma desde as redes sociais O uso do aparelho melhorou muito, levando os usuários a trabalhar aos poucos para ter um corpo que a mídia chama de corpo perfeito. O impacto das mídias sociais precisa ser revisto e discutido, e medidas de segurança precisam ser implementadas para uso saudável. Além disso, os influenciadores devem ser incentivados a serem uma fonte de divulgação de bons hábitos alimentares e estilos de vida, baseados em evidências científicas e apoiados por uma equipe multidisciplinar, a serem veículos de divulgação de bons hábitos a grupos desfavorecidos, reduzindo assim os efeitos negativos que massificam. mídia pode trazer influências.

Posto que o objetivo desta revisão foi avaliar a influência da mídia sob os transtornos alimentares e foi possível ver que as mídias têm sim um grande poder de influenciar, nesse caso, negativamente principalmente as mulheres a terem um corpo magro e curvilíneo, o que é vendido como única fórmula do sucesso e felicidade. Porém se feito de maneira errônea e desenfreada pode trazer riscos à saúde, sendo a anorexia e bulimia nervosa as principais comorbidades.

O apoio psicológico para esses adolescentes também é importante, pois participar de um grupo de apoio pode ajudar a assimilar o que está acontecendo com os outros, bem como educar e esclarecer atitudes compensatórias e de alerta para possíveis transtornos alimentares. Em última análise, pesquisas futuras devem ser discutidas e mais pesquisas conduzidas para aprofundar esse efeito para melhor elucidar as consequências desses transtornos alimentares de suma importância uma equipe multidisciplinar com outros profissionais da área da saúde, e o acompanhamento e apoio familiar dos pacientes. Perante o exposto, sugere-se aprofundamento de novas pesquisas em relação as mídias atuais afim de trazer respostas mais claras que venha compilar esses questionamentos. Colaborando para o conhecimento da área da nutrição juntamente com a saúde mental, a fim de elucidar acerca das repercussões que a busca do “corpo ideal” pode gerar. Sugere-se que pesquisas futuras sobre alfabetização midiática podem ajudar a proporcionar aos jovens maior autonomia para usar o conteúdo que consomem com sabedoria e com menos impacto na forma como se alimentam e observam mudanças em seus corpos.

## Referências

- Aparicio-Martinez, P., Perea-Moreno, A. J., Martinez-Jimenez, M. P., Redel-Macías, M. D., Pagliari, C., & Vaquero-Abellan, M. (2019). Social Media, ThinIdeal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis. *Int J Environ Res Public Health*, 16 (21), 4177.
- Almeida, V. L. J., Araujo, M. B., Jesus, G.A., Nascimento, T.P., Santos, P.E., Donato, C. R. (2017). Distúrbios alimentares: bulimia e anorexia. *Revista Scientia Plena Jovem*, 5(1),32-36.
- 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.
- 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.
- 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.
- American Psychiatric Association(2014). Manual diagnóstico e estatístico de transtorno. DSM-5. *Armed*, p 948.
- 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.
- Bittar, C., Soares, A. (2020). Mídia e comportamento alimentar na adolescência. *Cad Bras Ter. Ocup.* 28(3) 291-308.
- Costa, L.C.F., Vasconcelos, F.A.G. (2010). Influência de fatores socioeconômicos, comportamentais e nutricionais na insatisfação com a imagem corporal de universitárias em Florianópolis, SC. *Rev Bras Epidemiol*.13: 665-676.
- Dalle Grave, R., Calugi, S., Sartirana, M., & Fairburn, C. G. (2015). Transdiagnostic cognitive behaviour therapy for adolescents with an eating disorder who are not underweight. *Behaviour Research and Therapy*, 73, 79-82. doi: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.07.014>
- 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.
- Fontenele et al, (2019). Impacto dos transtornos alimentares na adolescência: uma revisão integrativa sobre a anorexia nervosa, *Revista Enfermagem Atual,Maranhão*. 87(25), 1-9.
- 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.
- Hercowitz, A. (2015). Transtornos alimentares na adolescência. *Pediatrics Moderna*, 51(7).
- Izycorzyc, 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.
- Lazzeri G. et al. (2013). Association between fruits and vegetables intake and frequency of breakfast and snacks consumption: a cross-sectional study. *Nutr J*. 12(1): 1-10.
- Lima, N.L., Rosa, C.O.B., & Rosa, J.F.V. (2012). Identificação de fatores de predisposição aos transtornos alimentares: anorexia e bulimia em adolescentes de Belo Horizonte, Minas Gerais. *Estudos e Pesquisa em Psicologia*, 12(2), 360-378. <https://doi.org/10.12957/epp.2012.8267>
- Madureira, B. (2018). Do olhar ao fazer criativo no universo das #instafitness. *Polêm!ca*, 18(2), 87-104.
- Meier, E. P., & Gray, J. (2013). Facebook photo activity associated with body image disturbance in adolescent girls. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 10(10), 1-8. doi:<https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0305>
- Oliveira, D.P., Monteiro, E.E., Alves, A.L.S.(2020) Associação entre relações familiares e comportamento alimentar de risco em adolescentes. *RBONE*.14(84):59-5.
- Ornelas, E. D. V., & Santos, M.A. (2016). O percurso e seus percalços: itinerário terapêutico nos transtornos alimentares. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 32(1), 169-179. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-37722016012445169179>
- Pereira, P.M.L., Carmo, C.C., Cândido, A.P.C. (2013). Identificação da insatisfação corporal e comportamentos favoráveis ao desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes de uma escola pública. *Adolescência e Saúde*. 10(4): 33-40.
- Pereira, A. S., Shitsuka, D. M., Parreira, F. J., & Shitsuka, R. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. UFSM.
- 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.
- Rosewall, J. K., Gleaves, D. H., & Latner, J. D. (2018). An examination of risk factors that moderate the body dissatisfaction-eating pathology relationship among New Zealand adolescent girls. *Journal of Eating Disorders*, 6, 38.
- Ribeiro, V.M.M. (2016). *A Psicologia Clínica e a Prevenção das Doenças da Beleza na Sociedade Brasileira Contemporânea* (Monografia). Recuperado de: <http://repositorio.uniceub.br/bitstream/235/10354/1/21458612.pdf>

Reolid-Martínez, R. E., Flores-Copete, M., López-García, M., Alcántud-Lozano, P., AyusoRaya, M. C., & Escobar-Rabadán, F. (2016). Frecuencia y características de uso de Internet por adolescentes españoles: un estudio transversal. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 114(1), 6-13. doi: <https://doi.org/10.5546/aap.2016.6>

Silva, T.A.B. et al. (2012). Frequência de comportamentos alimentares inadequados e sua relação com a insatisfação corporal em adolescentes. *J Bras Psiquiatr.* 2012; (61): 154-158.

Silva, J.G.D., Teixeira, M.L.O., Ferreira, M.S. (2014). Alimentação na adolescência e as relações com a saúde do adolescente. *Texto contexto - enferm.* 23(4): 1095-1103.

Uzunian, L. G., & Vitale, M. S. S. (2015). Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(11), 3495-3508. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320152011.18362014>

Vianna, M., & Novaes, J. V. (2019). Compulsão alimentar: uma leitura psicanalítica. *Polêm!ca*, 19 (2), 84-103.

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.