

A forte influência digital e seu impacto no comportamento alimentar de usuários de redes sociais: uma revisão da literatura

The strong digital influence and its impact on the eating behavior of social media users: a literature review

Eliziane Araújo da Silva & Aline Alves Brasileiro*

²Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Escola de Ciências Sociais e da Saúde, Curso de Nutrição. Avenida Universitária, 1440 - Setor Leste Universitário. CEP 74605-010 – Goiânia – GO. *Autor correspondente: alinealves@pucgoias.edu.br

Resumo:

Analisar o impacto da influência digital no comportamento alimentar de usuários de redes sociais. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, no qual foram incluídos documentos científicos publicados nos últimos 5 anos (2018 a 2023) nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram realizadas buscas nas bases de dados: PubMed, SciELO, Portal de Periódicos CAPES, LILACS – BVS e BIREME. Os sete artigos escolhidos relacionam as mídias sociais com o desenvolvimento de transtornos alimentares (TAs) bem como, a formação de comportamentos alimentares danosos e crescimento da insatisfação corporal (IC), reafirmando o que é evidenciado na literatura. As mídias sociais (sobretudo sua internalização) incluindo as redes sociais propiciam comparações corporais e estabelece padrões inatingíveis de beleza, sendo estes adotados pela sociedade como algo socialmente percebido como belo e desejável. Desse modo, as mídias sociais através da sua grandiosa influência digital têm impactado não somente a forma como os seus usuários enxergam o seu próprio corpo, mas também, propiciado e alavancado a IC, a adoção de comportamentos alimentares disfuncionais e o crítico cenário do desenvolvimento de TAs.

Palavras-chave: Comportamento alimentar. Redes sociais *online*. Estética. Transtornos da alimentação e da ingestão de alimentos.

Abstract:

Analyze the impact of digital influence on the eating behavior of social media users. This integrative literature review included scientific documents published in the last 5 years (2018 to 2023) in Portuguese, English, and Spanish. The search was conducted in the following databases: PubMed, SciELO, CAPES Periodical Portal, LILACS – VHL, and BIREME. The seven articles chosen to relate social media to the triggering of eating disorders (ED) as well as the formation of harmful eating behaviors and the growth of body dissatisfaction (BI), reaffirm what is evidenced in the literature. Social media (especially its internalization), including social networks, encourages body comparisons and establishes unattainable standards of beauty, which society adopts as something socially perceived as beautiful and desirable. In this way, social media, through its great digital influence, has impacted not only the way its users see their own bodies, but also, by enabling and leveraging IC, the adoption of dysfunctional eating behaviors, and the critical scenario of the development of ED.

Keywords: Feeding Behavior. Online social networking. Esthetics. Feeding and eating disorders.

Introdução

Padrão de beleza refere-se às normas estéticas impostas pela sociedade, isto é, são padrões culturais que variam ao longo da história e contextos. Durante toda a história, tem-se observado estereótipos sendo demasiadamente enaltecidos e, com a chegada das redes sociais *online*, esse cenário passou a ser ainda mais observado, uma vez que, comumente, corpos cada vez mais magros e definidos são visualizados e destacados incessantemente por estes meios de interação social^{1,2}.

Atualmente, as redes sociais frequentemente moldam uma visão de corpo ideal, parecendo alcançável, prometendo melhor autoestima e sucesso rápido ao difundir padrões de beleza influentes. No entanto, essa idealização sutilmente se torna algo difícil de alcançar de maneira saudável³.

Em virtude dessa conjuntura, a percepção dos usuários em relação a saúde é facilmente distorcida. Isto se deve, muitas das vezes, aos discursos dogmáticos das figuras de influência (celebridade e/ou ídolos) que simbolizam para os usuários, o perfil ideal de comportamento, a título de exemplo pode-se citar a comida postada por uma celebridade como representação de algo inquestionavelmente maravilhoso e bom para a saúde⁴.

Portanto, a normalidade em disseminar dicas, orientar condutas alimentares de modo generalizado e sem possuir formação acadêmica, põe em risco a saúde da sociedade, visto que indicações equivocadas impactam diretamente em como esses usuários lidam com as escolhas alimentares⁵.

A disseminação de conteúdos sobre alimentação sem orientação profissional tem incentivado práticas alimentares arriscadas, como as chamadas dietas "milagrosas". É nesse contexto que surgem complicações para a saúde, destacando-se o papel essencial do nutricionista. Este profissional direciona sua prática para atender às reais necessidades individuais, evitando assim possíveis danos à saúde⁶.

Assim, as redes sociais atualmente ocupam uma considerável e importante função na geração de opiniões. Compete, portanto, ao profissional nutricionista se ater ao dimensionamento do que é propagado nas redes sociais quanto ao ambiente alimentar e quais os impactos na modificação e/ou na formação de comportamentos alimentares.

Além do mais, cabe destacar ainda, a importância de intervenções de saúde pública para aumentar a consciencialização sobre as práticas de publicação nas redes sociais e para fortalecer uma imagem corporal positiva, principalmente, entre os adolescentes, público mais suscetíveis a processos de comparação social.

Portanto, o objetivo do presente trabalho foi analisar o impacto da influência digital no comportamento alimentar de usuários de redes sociais.

Materiais e métodos

Trata-se de uma revisão de literatura, cuja coleta de informações foi realizada por meio de consulta nas bases de dados: PubMed, SciELO, Portal de Periódicos CAPES, LILACS – BVS e BIREME. Foram pesquisados artigos científicos publicados na íntegra, nos seguintes idiomas: inglês, português e espanhol. Os artigos usados foram filtrados considerando os últimos 5 anos, 2018 a 2023, utilizando as seguintes palavras-chaves: comportamento alimentar e redes sociais *online*. Estes foram pareados utilizando o operador booleano de pesquisa: “AND” (Comportamento alimentar AND Redes sociais *online*) visando melhor seleção dos materiais. Foram pesquisados também artigos por semelhança em seus pares.

A investigação foi executada online, encontrando em princípio, um quantitativo de n=155 artigos.

Foi realizada a busca inicial a partir da leitura de títulos e resumos, enquanto a segunda etapa consistia na leitura dos materiais na íntegra para confirmar a seleção do estudo. Em seguida, foram retirados os dados e expostos em quadro com as seguintes informações: autor e ano de publicação; objetivo do estudo; população (Amostra); metodologia; tipo de estudo; rede social *online* usada no estudo; principais impactos positivos/negativos apresentados no estudo; resultados/conclusões.

Os critérios de exclusão utilizados foram: artigos de revisão de literatura (narrativas, integrativas, sistemáticas e meta-análises), artigos duplicados, que não abordavam o tema principal deste artigo, publicados antes de 2018, documentos que não eram artigos científicos e os não disponíveis na íntegra.

Todas as etapas de exclusão foram realizadas de forma independente e minuciosa pela autora dessa revisão.

Os critérios de inclusão para a seleção dos estudos foram estabelecidos da seguinte forma: artigos científicos publicados nos últimos 5 anos, disponíveis na íntegra, escritos nos idiomas inglês, português e espanhol.

Conforme descrito no fluxograma da figura 1, foram encontrados 155 artigos que traziam dentre os assuntos principais, mídias sociais e comportamento alimentar. Após a seleção dos trabalhos que melhor se adequavam ao estudo, 7 artigos foram utilizados para compor esta revisão.



Figura 1 - Fluxograma do processo de inclusão e seleção de artigos

Resultados

Foram selecionados 7 artigos para compor a amostra deste estudo. Dentre eles, existe um estudo qualitativo exploratório e os demais transversais, que avaliaram a relação das mídias sociais com o desenvolvimento de comportamentos alimentares disfuncionais. O quadro 1 apresenta um resumo dos artigos selecionados.

Quadro 1. Quadro descritivo dos artigos que compõem a amostra

Autor, ano	Objetivo	População (amostra)	Metodologia	Tipo de estudo	Rede social <i>online</i>	Principais impactos positivos/ Negativo	Resultados/conclusão
PEDALINO; CAMERINI, 2022 ⁸	Investigar a relação entre o uso do <i>Instagram</i> e a insatisfação corporal entre adolescentes e mulheres jovens	N = 291; 17 a 33 anos; sexo feminino	A comparação social foi medida por meio de três itens adaptados por meio da pergunta introdutória “Ao se comparar com cada uma das seguintes pessoas no <i>Instagram</i> , como você se avalia?” essas pessoas de referência eram amigos íntimos, colegas do sexo feminino não tão próximas e influenciadoras femininas de mídias sociais que as participantes seguiam nas redes sociais. Escala utilizadas: a Escala de Insatisfação Corporal, a Escala de Apreciação Corporal.	Transversal	<i>Instagram</i>	A apreciação corporal e a percepção corporal baseada nos perfis do <i>Instagram</i> dos influenciadores como uma forma de orientação para ideais de beleza estão associadas a resultados prejudiciais (insatisfação corporal e distúrbios alimentares)	54,9% dos participantes relataram navegar no <i>Instagram</i> para olhar a aparência dos outros; 16,8% para comentar sobre a aparência dos outros e 26,2% para postar suas próprias fotos/histórias. Entre os três usos do <i>Instagram</i> , navegar para olhar a aparência de outras pessoas foi a mais significativa e associada a comparação quando o alvo de comparação eram os influenciadores. Assim os influenciadores das redes sociais, e não os pares, são um agente socializador cada vez mais importante que contribui para sentimentos de inadequação como resultado de comparações sociais.
IMPERATO RI <i>et al.</i> , 2022 ⁹	Explorar se o uso excessivo de mídias sociais leva ao aumento dos níveis de insatisfação corporal e dismorfia muscular que, por sua vez, podem representar gatilhos para patologias relacionadas aos Transtornos Alimentares	N = 721; 18 a 34 anos; ambos os gêneros	Foram utilizadas medidas de autorrelato que investigaram sintomas relacionados ao vício em mídias sociais, dismorfia muscular e Transtornos Alimentares.	Transversal	<i>Facebook e Instagram</i>	Os sintomas relacionados ao vício em mídias sociais foram significativamente associados aos sintomas relacionados à dismorfia muscular e a transtornos alimentares.	Os achados apoiam a possibilidade de que os sintomas relacionados à dismorfia muscular desempenhem um papel relevante na mediação da associação entre a gravidade do vício em mídias sociais e transtornos alimentares.

Continua

Quadro 1. Quadro descritivo dos artigos que compõem a amostra (continuação)

Autor, ano	Objetivo	População (amostra)	Metodologia	Tipo de estudo	Rede social <i>online</i>	Principais impactos positivos/ Negativo	Resultados/conclusão
KAFALI <i>et al.</i> , 2020 ¹⁰	Investigar o papel mediador do vício em internet ou da alimentação descontrolada na associação entre desregulação emocional e o aumento do índice de massa corporal e detectar quais dessas variáveis afetam significativamente a presença de obesidade.	N = 123; 11 e 18 anos; sexo feminino	Foram utilizadas no estudo as ferramentas de avaliação: Escala de Dificuldades na Regulação Emocional e Teste de Dependência de Internet que foram preenchidas pelos adolescentes. Comportamentos alimentares descontrolados e emocionais foram medidos por três fatores Subdomínios do Questionário Alimentar	Transversal	Não expressado no estudo	O vício em internet e a desregulação emocional foram fatores determinantes significativos na obesidade.	Houve efeito indireto entre desregulação emocional e escore de desvio padrão do índice de massa corporal, este foi totalmente mediado pelo vício em internet e alimentação descontrolada. Além disso, a desregulação emocional e o vício em internet foram determinantes significativos na obesidade.
OJEDA-MARTÍN <i>et al.</i> , 2021 ¹¹	Verificar se existe relação entre o uso de redes sociais e o risco de desenvolver um Transtorno Alimentar em jovens.	N = 108; 18 a 30 anos; ambos os gêneros	Aplicação de questionário (instrumento: <i>Teste de Atitudes Alimentares -26</i>) <i>online</i> e anônimo. O questionário abordava questões sobre o uso de redes sociais e a saúde.	Transversal	<i>Facebook, Instagram, Twitter e Tiktok</i>	A exposição a outros usuários de redes sociais colabora para o risco de comparação e com isso, as críticas destrutivas desencadeiam transtornos alimentares.	Existe uma relação direta e significativa entre a frequência de uso de redes sociais e o risco de desenvolver transtornos alimentares; Há uma relação significativa entre o uso negativo de redes sociais e o risco de desenvolver um distúrbio no comportamento alimentar.
MORAES; SANTOS; LEONIDAS, 2021 ¹²	Investigar a percepção de pessoas com diagnóstico de transtornos alimentares acerca da influência do acesso às redes sociais virtuais sobre a precipitação e/ou manutenção de seus sintomas.	N = 7; 16 a 34 anos; ambos os gêneros	Foi utilizado um roteiro de entrevista semiestruturada. Na entrevista elaborada, foram realizados questionamentos básicos, sustentados por teorias e hipóteses relacionadas ao tema pesquisado, que permitia novas indagações alicerçadas nas respostas do entrevistado.	Qualitativo exploratório	<i>Instagram</i>	As mídias sociais influenciam de forma negativa nas práticas alimentares.	De modo geral as mídias sociais impactam no comportamento alimentar bem como, na saúde mental das pessoas e principalmente, dos indivíduos com Transtornos Alimentares de modo predominantemente negativo e prejudicial.

Continua

Quadro 1. Quadro descritivo dos artigos que compõem a amostra (continuação)

Autor, ano	Objetivo	População (amostra)	Metodologia	Tipo de estudo	Rede social online	Principais impactos positivos/ Negativo	Resultados/conclusão
MOHSENP OUR <i>et al.</i> , 2023 ¹³	Determinar a associação direta e indireta do vício em mídias sociais com comportamentos alimentares em adolescentes e adultos jovens por meio da preocupação com a imagem corporal	N = 970; 12 a 22 anos; ambos os gêneros	Aplicação de questionário <i>online</i> por meio das redes sociais (<i>WhatsApp</i> e <i>Instagram</i>) a usuários que passam muito tempo nas redes sociais.	Transversal	<i>WhatsApp</i> e <i>Instagram</i>	A preocupação com a imagem corporal contribui para o comportamento alimentar deteriorado; A dependência de redes sociais está relacionada indiretamente a restrição alimentar através da preocupação com a imagem corporal; O vício em redes sociais está diretamente e indiretamente associado a alimentação emocional.	O presente estudo mostrou principalmente, que o vício em mídias sociais está associado a comportamentos alimentares disfuncionais por meio da preocupação com a imagem corporal em adolescentes e adultos jovens.
CAVAZOS- REHG <i>et al.</i> , 2020 ¹⁴	Compreender as vantagens e desvantagens autorreferidas das redes sociais sobre imagem corporal e transtornos alimentares (TAs).	N = 598; 15 anos; Todos os gêneros	Foram usados anúncios pagos no <i>Instagram</i> , <i>Facebook</i> e <i>Twitter</i> . Os anúncios e postagens incluíam um link para o site do estudo onde a pesquisa foi realizada por meio de questionário de autorrelato on-line.	Transversal	<i>Twitter</i> , <i>Facebook</i> , <i>Snapchat</i> , <i>Instagram</i> , <i>Tumblr</i> , <i>YouTube</i> , <i>Pinterest</i> , <i>Google+</i> , <i>LinkedIn</i> , <i>Reddit</i> e <i>Yik Yak</i> .	Conteúdo <i>online</i> pró-transtornos alimentares, reforçam pensamentos e comportamentos de transtornos alimentares de tal forma que esta doença mental seja exacerbada e/ou sustentada; o conteúdo <i>online</i> que perpetua o ideal de magreza pode ser prejudicial para todos os telespectadores, não apenas para aqueles com Transtornos alimentares clínica ou subclínica.	A motivação/incentivo para se envolver em determinado comportamento bem como a socialização e oferta/busca de informações foram as vantagens mais comuns observadas por aqueles que postam e/ou seguem conteúdo ideal de magreza em plataformas de mídias sociais. Por outro lado, o sentimento ruim e as consequências negativas provocadas ao postar e/ou seguir conteúdos de ideais de magreza em plataformas de mídias digitais foram as desvantagens mais comuns mencionadas.

Discussão

As mídias sociais apresentam um papel significativo na disseminação de conceitos sobre padrões de beleza, influenciando a percepção e as expectativas da sociedade em relação a aparência. É diante desse contexto de beleza reverenciado pelas mídias sociais, muitas vezes irreal, que cada vez mais pessoas frustrando-se quanto a sua aparência, o que tem fomentado comportamentos alimentares cada vez mais disfuncionais⁷.

No sentido de validar essa informação, Pedalino e Camerini⁸ identificaram em seu estudo que a navegação no *Instagram* foi associada a níveis mais baixos de apreciação corporal, totalmente mediados pela crescente comparação social com influenciadores das redes sociais, e que essa apreciação corporal e a percepção corporal nos perfis do *Instagram* dos influenciadores estão associadas a resultados prejudiciais (insatisfação corporal e distúrbios alimentares). Do mesmo modo, Imperatori et al.⁹, em seu estudo, apresentou descobertas que sustentam a ideia de que os sintomas ligados à dismorfia muscular têm um papel significativo na relação entre a intensidade do vício em redes sociais e os distúrbios alimentares.

Outra informação pertinente apresentada por Pedalino e Camerini⁸ em sua pesquisa com adolescentes e mulheres jovens de 17 a 33 anos, foi o fato de que pertencer a população adolescente do sexo feminino e apresentar índice de massa corporal (IMC) mais elevado, foram fatores que estiveram associados a níveis mais baixos de satisfação corporal. Nessa mesma linha, Kafali et al.¹⁰ traz em seu estudo realizado somente com adolescentes do sexo feminino, uma estatística significativa, mostrando o efeito indireto entre a desregulação emocional e escore de desvio padrão do IMC provocado pelo uso contínuo de internet.

Desta forma, considerando a valorização do padrão corporal imposto de forma massacrante pela mídia digital e os impactos causados à saúde, Lira et al.² em seu estudo com 212 adolescentes do sexo feminino, em sua maioria apresentando-se em estado de eutrofia (65,1%), observou que a frequência de acesso as redes sociais (ex.: *Instagram*, facebook) influenciava significativamente na insatisfação corporal, isto é, adolescentes que utilizavam diariamente as redes sociais apresentavam mais chances de sentir desgosto do seu corpo do que aqueles que acessavam mensalmente.

Assim como Lira et al.² evidencia a insatisfação corporal como um dos impasses influenciado pelo uso frequente de redes sociais, a pesquisa realizada por Ojeda-Martín

et al.¹¹ reforça que a exposição frequente a outros usuários de redes sociais contribui para o risco de comparação que muitas das vezes é acompanhada por críticas autodestrutivas, um cenário negativo que contribui diretamente para o risco de desenvolvimento de distúrbios alimentares.

O “corpo belo” internalizado e idealizado pela mídia digital como algo natural, promove uma preocupante distorção de percepções, saúde mental e agravantes transtornos alimentares respaldados pela perniciosa influência midiática que sustenta um cenário ilusório de felicidade e satisfação pessoal¹².

Mohsenpour et al.¹³ em sua pesquisa realizada com 970 indivíduos (55,8% meninos e 44,2% meninas) de 12 a 22 anos revelou que o aumento da preocupação em relação a forma como os sujeitos enxergavam o seu próprio corpo estava relacionado significativamente à dependência do uso de redes sociais o que tem corroborado para o surgimento de comportamentos alimentares disfuncionais. De acordo com o artigo, essa relação se dá provavelmente devido a fatores que compreende estado emocional negativo, influência dos pares, sexo feminino, puberdade precoce entre as meninas, fatores sociais e familiares.

Da mesma forma, Cavazos-Rehg *et al.*¹⁴ reforça em seu estudo, que a transmissão de informações *online* sobre o ideal de magreza pode implicar em consequências maléficas não apenas para aqueles que já apresentam distúrbio alimentar, mas também, para aqueles subclínicos. Dessa forma, sentimentos ruins são apresentados à medida que os sujeitos lidam com essas consequências negativas provocadas ao postarem ou seguirem esses conteúdos, um empasse que implica na influência de outras pessoas a desenvolverem desejos de envolver em transtornos alimentares¹⁴.

Os resultados dos artigos expostos nessa discussão comprovam o impacto provocado pelo poder da influência digital sobre o comportamento alimentar dos adultos jovens e principalmente dos adolescentes. Por meio dessa revisão de literatura verificamos que a mídia (sobretudo sua internalização) incluindo as redes sociais, pode contribuir grandemente para o desenvolvimento de transtornos alimentares que por sua vez, se dá pela influência na construção da imagem corporal bem como no discrepante ideal de corpo “belo” propagado pelas mídias sociais.

É crescente os resultados de insatisfação corporal o que tem consequentemente provocado a adoção de comportamentos alimentares disfuncionais. Diante desse cenário,

ao objetivar o alcance do irreal padrão de beleza, indivíduos são influenciados a manifestarem comportamentos de risco que levam ao desenvolvimento de TAs.

Mediante a relevância dos resultados, o presente trabalho contribui de forma pertinente à prática clínica do profissional nutricionista. Isto porque ao compreender estes insights valiosos sobre como a exposição às mídias sociais pode influenciar as escolhas alimentares, o profissional nutricionista adapte melhores estratégias de aconselhamento e educação nutricional de modo a auxiliar na promoção de escolhas alimentares mais saudáveis, considerando os impactos da mídia.

Visto a importância dessa temática, sugere-se estudos que pautem a reflexão no que tange a influência que as mídias sociais (especialmente as redes sociais) exercem em relação a imagem corporal e aos agravos a saúde através do comer disfuncional. No mais, ressalta-se ainda, a importância de futuras pesquisas incentivarem o pensamento crítico, especialmente voltado para público adolescente, além de desenvolver técnicas de intervenções baseadas em evidências que possam conceber formas para desmitificar o padrão estético engrandecido pela mídia.

Referências

- 1 ANJOS, L. A., FERREIRA, Z. A. B. 2021. Saúde Estética: Impactos Emocionais causados pelo padrão de beleza imposto pela sociedade. *Revista Multidisciplinar e de Psicologia*. 55:595-604. DOI: 10.14295/online.v15i55.3093
- 2 LIRA, A.G., GANEN A. P., LODI A. S., Alvarenga M. S. 2017. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal brasileiro de psiquiatria*. 66(3):164-171. DOI: 10.1590/0047-2085000000166
- 3 LIMA, M., COELHO, B., VIANA, V. M., LUCIANO, T. F. 2022. MÍDIAS SOCIAIS E A MUDANÇA NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. 16(103):771-789
- 4 APROBATO, V. C. 2018. Corpo digital e bem estar na rede Instagram – um estudo sobre as subjetividades e afetos na atualidade. *Academia Paulista de Psicologia*. 38(95):157–164
- 5 ESTEVES, N. O., VERAS, R. S., SANTOS, A. C. C. P. 2022. Redes Sociais: O impacto de influenciadores brasileiros no comportamento alimentar de

- mulheres. *Research, Society and Development*. 11(8):1-11. DOI: 10.33448/rsd-v11i8.31313
- 6 FARIA, A. L., ALMEIDA, S. G., RAMOS, T. M. 2021. Impactos e consequências das dietas da moda e da suplementação no comportamento alimentar. *Research, Society and Development*. 10(10):1-13. DOI: 10.33448/rsd-v10i10.19089
 - 7 COPETTI, A. V. S., QUIROGA, C. V. 2018. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. *Revista de Psicologia da IMED*. 10(2):161-177. DOI: 10.18256/2175-5027.2018.v10i2.2664
 - 8 PEDALINO, F., CAMERINI, A. 2022. Uso do Instagram e insatisfação corporal: o papel mediador do Comparação Social Ascendente com Pares e Influenciadores entre mulheres jovens. *Revista Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública*. 19(1543):1-12. DOI: 10.3390/ijerph19031543
 - 9 IMPERATORI, C., PANNO, A., CARBONE, G. L., ORNELLA, C., TADDEI, I., BERNABEI, L., *et al.* 2022. A associação entre dependência de redes sociais e distúrbios alimentares é mediada por sintomas relacionados à dismorfia muscular: um estudo transversal em uma amostra de adultos jovens. *Transtornos Alimentares e de Peso - Estudos sobre Anorexia, Bulimia e Obesidade*. 27:1131–1140. DOI: 10.1007/s40519-021-01232-2
 - 10 KAFALI, H. Y., UCAKTURK, S. A., MENGEN, E., AKPINAR S., DEMIRTAS, M. E., UNERI, O. S. 2020. Desregulação emocional e obesidade pediátrica: investigando o papel do vício em internet e dos comportamentos alimentares nesta relação em uma amostra de adolescentes. *Transtornos Alimentares e de Peso - Estudos sobre Anorexia, Bulimia e Obesidade*. DOI: 26:1767-1779. 10.1007/s40519-020-00999-0
 - 11 OJEDA-MARTÍN, A., LÓPEZ-MORALES, M. P., JÁUREGUI-LOBERA, I., HERRERO-MARTÍN, G. 2021. Uso de redes sociais e risco de sofrer transtornos alimentares em jovens. *JONNPR*. 6(10):1289–1307. DOI: 10.19230/jonnpr.4322
 - 12 MORAES, R. B., SANTOS, M. A., LEONIDAS, C. Repercussões do Acesso às Redes Sociais em Pessoas com Diagnóstico de Anorexia Nervosa. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*. 21(3):1178–1199. DOI:10.12957/epp.2021.62734
 - 13 MOHSENPOUR, M., KARAMIZADEH, M., BARATI-BOLDAJI, R., FERNS, G. A., AKBARZADEH, M. 2023. Structural equation modeling of direct and indirect associations of social media addiction with eating behavior in adolescents and young adults. *Scientific reports*. 13(3044): 1- 11. Doi: 10.1038/s41598-023-29961-7

- 14 CAVAZOS-REHG, P. A., FITZSIMMONS-CRAFT, E. E., KRAUSS, M. J., ANAKO, N., XU, C., KASSON, E. *et al.* 2020. Examinando as vantagens e desvantagens autorrelatadas das redes sociais sobre imagem corporal e transtornos alimentares. *Revista Internacional de Transtornos Alimentares*. 53(6): 852-863. DOI:10.1002/eat.23282