

Impacto da mídia na distorção da imagem corporal e no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes.

Julia Costa de Oliveira¹; Flavia Melo².

¹Graduanda do Curso de Nutrição, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, Goiás, Brasil.

²Docente, Mestre, Curso de Nutrição, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, Goiás, Brasil.

Julia Costa de Oliveira, Email: jucosta.oliveira@hotmail.com

RESUMO

O comportamento alimentar dos adolescentes é influenciado por fatores socioculturais, como a mídia, que frequentemente promove padrões de beleza irrealistas. Este estudo objetiva analisar o papel das redes sociais na disseminação de padrões de beleza irreais e práticas prejudiciais relacionadas à alimentação e ao corpo, destacando como esses padrões contribuem para a insatisfação corporal e o desenvolvimento de transtornos alimentares entre os jovens. Foi realizada uma revisão de literatura nas bases de dados SciELO e PubMed/MEDLINE, utilizando descritores do DeCS como “transtornos alimentares”, “distorção de imagem”, “adolescentes”, “mídia social”, “internet”, “mídia”, “influência da mídia”, “transtorno de ingestão alimentar restritiva”, “distúrbio de ingestão”, “comportamento adolescente”, “anorexia”. Foram incluídos estudos publicados nos últimos dez anos, com foco na influência midiática e nos transtornos alimentares em adolescentes. A análise incluiu 10 estudos que evidenciam o efeito da mídia na insatisfação corporal, especialmente em adolescentes do sexo feminino. Estudos indicam que a exposição a influenciadores digitais e a comparação social impulsionam o desejo de magreza e comportamentos alimentares disfuncionais. Os resultados mostram que a pressão estética, exacerbada pelas redes sociais, contribui significativamente para a insatisfação com a imagem corporal. A internalização de padrões de beleza irrealistas é um dos principais fatores de risco para transtornos alimentares em adolescentes. Conclui-se que a mídia exerce forte influência na autoimagem dos adolescentes, contribuindo para um aumento de comportamentos alimentares prejudiciais. Intervenções educativas são necessárias para promover uma percepção corporal saudável e mitigar os efeitos da comparação social nas redes.

Palavras-chave: Transtornos alimentares. Imagem corporal. Mídia social.

Adolescentes. Anorexia.

ABSTRACT

Adolescents' eating behavior is influenced by sociocultural factors, such as the media, which often promotes unrealistic beauty standards. This study aims to analyze the role of social networks in the dissemination of unrealistic beauty standards and harmful practices related to food and the body, highlighting how these standards contribute to body dissatisfaction and the development of eating disorders among young people. A literature review was conducted in the SciELO and PubMed/MEDLINE databases, using DeCS descriptors such as "eating disorders", "image distortion", "adolescents", "social media", "internet", "media", "media influence", "restrictive food intake disorder", "eating disorder", and "adolescent behavior", "anorexia". Studies published in the last ten years were included, focusing on media influence and eating disorders in adolescents. The analysis included 10 studies that evidence the effect of the media on body dissatisfaction, especially in female adolescents. Studies indicate that exposure to digital influencers and social comparison drive the desire for thinness and dysfunctional eating behaviors. The results show that aesthetic pressure, exacerbated by social media, contributes significantly to dissatisfaction with body image. The internalization of unrealistic beauty standards is one of the main risk factors for eating disorders in adolescents. It is concluded that the media exerts a strong influence on adolescents' self-image, contributing to an increase in harmful eating behaviors. Educational interventions are necessary to promote a healthy body perception and mitigate the effects of social comparison on social media.

Keywords: Eating disorders, Body image, Social media, Adolescents, Media influence, anorexia.

INTRODUÇÃO

O comportamento alimentar refere-se às respostas comportamentais e padrões rítmicos relacionados à alimentação, englobando tanto os modos de se alimentar quanto os hábitos alimentares. Este comportamento é influenciado por uma variedade de fatores, incluindo aspectos sociais, demográficos e culturais, bem como percepções individuais e experiências passadas. A importância do impacto sociocultural é evidente na formação dos hábitos alimentares e no desenvolvimento de transtornos alimentares (TA), com destaque para a influência dos hábitos familiares e dos meios de comunicação em massa (Viana e colaboradores, 2008).

Transtornos alimentares são o resultado de uma interação complexa entre fatores biológicos, psicológicos e sociais. Aspectos biológicos, como predisposições genéticas e desequilíbrios hormonais, desempenham um papel importante, assim como fatores psicológicos, como baixa autoestima e perfeccionismo. Essas interações indicam que os transtornos alimentares não têm uma única causa, mas sim uma combinação de diversos fatores que interagem entre si (Treasure e colaboradores, 2020).

A anorexia nervosa é um transtorno caracterizado por uma distorção da imagem corporal, onde o indivíduo acredita estar acima do peso, levando a restrições alimentares severas e uma significativa perda de peso. Os sintomas associados incluem amenorreia, bradicardia e perda de massa óssea, podendo levar a complicações graves de saúde, incluindo hospitalizações e, em casos extremos, morte. O tratamento da anorexia geralmente requer uma abordagem interdisciplinar

para tratar os aspectos físicos e psicológicos do transtorno (Galmiche e colaboradores, 2019).

A bulimia nervosa é definida por um ciclo de restrição alimentar, compulsão e purgação. A restrição inicial pode levar a episódios de compulsão alimentar, seguidos por comportamentos de purgação para eliminar o excesso de comida. Esse padrão alimentar é frequentemente descrito como "caótico e bizarro", refletindo a natureza imprevisível dos episódios alimentares e dos comportamentos associados, que têm sérias implicações para a saúde física e mental (Alvarenga; Scagliusi, 2010).

O transtorno alimentar restritivo e evitativo (ARFID) é caracterizado pela recusa ou limitação na ingestão de alimentos, resultando em deficiências nutricionais. Ao contrário de outros transtornos alimentares, o ARFID não está relacionado a preocupações com peso ou forma corporal, mas a aversões alimentares ou texturas específicas, o que pode levar a problemas nutricionais significativos. O tratamento pode incluir terapia nutricional e apoio psicológico para atender às necessidades nutricionais e lidar com o comportamento alimentar (Torres e colaboradores, 2017).

O transtorno de imagem corporal envolve uma percepção distorcida da aparência física, frequentemente associada a preocupações excessivas com peso ou forma corporal. Indivíduos afetados podem se engajar em comportamentos prejudiciais, como dietas extremas e exercícios excessivos, na tentativa de alcançar um ideal estético irreal. Essa insatisfação persistente com a própria aparência pode levar a problemas graves de saúde mental, como baixa autoestima e depressão (Cash, 2004).

A insatisfação corporal está frequentemente ligada ao desenvolvimento de transtornos alimentares, uma vez que a obsessão pela aparência leva a restrições

alimentares severas e comportamentos de purgação. O uso de laxantes e eméticos, por exemplo, é comum na tentativa de alcançar e manter um peso corporal idealizado. Esses comportamentos são impulsionados pela pressão social para se conformar aos padrões de beleza promovidos pela mídia e pela cultura popular (Izydorczyk e colaboradores, 2020).

Durante a adolescência, a pressão para atender aos padrões de beleza pode levar a uma obsessão com a aparência física, resultando em comportamentos extremos para alcançar um ideal irrealista. A busca por aceitação social e a influência da mídia podem gerar baixa autoestima e distúrbios alimentares. A adolescência é uma fase crítica onde mudanças hormonais e físicas impactam a percepção corporal e podem contribuir para o desenvolvimento de transtornos alimentares (Thompson e colaboradores, 2003).

A pressão para se conformar aos padrões estéticos promovidos pela mídia tem um impacto particularmente forte sobre os adolescentes, gerando uma busca constante por aprovação social e validação externa. Esse fenômeno pode resultar em um ciclo de insatisfação contínua e distúrbios alimentares, afetando negativamente a saúde mental e emocional dos jovens. O desejo de atender a esses padrões pode desviar os adolescentes de sua verdadeira identidade e autenticidade, exacerbando os problemas de saúde mental e emocional (Levine; Smolak, 2015; Grogan, 2021).

Sendo assim, o objetivo do presente artigo foi analisar o papel das redes sociais na disseminação de padrões de beleza irreais e práticas prejudiciais relacionadas à alimentação e ao corpo, destacando como esses padrões contribuem para a insatisfação corporal e o desenvolvimento de transtornos alimentares entre os jovens.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão de literatura, com coleta de dados realizada a partir de fontes secundárias. Para o levantamento dos artigos na literatura, foi realizado uma busca nas seguintes bases de dados: SCIELO e Medline/Pubmed. Utilizou-se e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa: “transtornos alimentares”, “distorção de imagem”, “adolescentes”, “mídia social”, “internet”, “mídia”, “influência da mídia”, “transtorno de ingestão alimentar restritiva”, “distúrbio de ingestão”, “comportamento adolescente”, “anorexia”.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos originais que abordem a temática do estudo, disponíveis na íntegra, em português ou inglês, publicados nos últimos dez anos. Foram excluídos artigos duplicados e cujo tema não tratou da relação do impacto da mídia na distorção de imagem corporal e no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes brasileiros.

Para a seleção dos artigos, inicialmente selecionou-se aqueles cujo título tinha relação com o tema escolhido. Em seguida, foi feita a leitura dos resumos, limitando a amostra a artigos que abordassem diretamente os assuntos de interesse. Em seguida, procedeu-se a leitura na íntegra desses artigos, para determinação da amostra final.

RESULTADOS

A estratégia de busca dos estudos foi desenvolvida com o objetivo de analisar individualmente cada um antes de comparar os resultados, a fim de identificar possíveis concordâncias ou divergências. A amostra dos estudos contou com 4.820 participantes, a maioria do sexo feminino, com idades variando entre 13 a 25 anos. A maioria dos estudos não especifica a exposição ao tempo de tela, embora a influência da mídia seja amplamente reconhecida. Em todas as investigações, os termos "Transtornos Alimentares" e "Influência da Mídia" foram constantemente utilizados. Em seguida, foram realizados cruzamentos entre seis descritores, mantendo "Influência da Mídia" e "Transtornos Alimentares" associados a outros termos, como "Adolescentes", "Mídia Social", "Internet", "Anorexia", "Transtorno de Distorção de Imagem" e "Distorção de Imagem". Todos os cruzamentos foram feitos nas bases de dados PubMed/MEDLINE, resultando em 366 estudos, dos quais 8 foram utilizados, e na SciELO, com 10 estudos encontrados, dos quais 2 foram selecionados.

Os artigos selecionados abrangem estudos qualitativos, quanti-qualitativos, transversais, de caso controle, qualitativos exploratórios, transversais descritivos e observacionais, e revelam resultados importantes sobre a relação entre a mídia e os transtornos alimentares, evidenciando a influência negativa dos padrões de beleza idealizados na autoimagem, especialmente entre mulheres jovens. Estes artigos estão listados na tabela abaixo (tabela 1).

Tabela 1 – Artigos selecionados pela autora.

Autor(es)	Título	Objetivos	Principais resultados
Oliveira <i>et al.</i> (2020)	Transtornos alimentares, imagem corporal, e influência da mídia em universitárias.	Avaliar em universitárias da área da saúde, indícios de transtornos alimentares, satisfação com a imagem corporal e a influência da mídia.	<i>A mídia influencia a aceitação corporal e hábitos alimentares, promovendo padrões irreais.</i>

Gonçalves, Martinez (2014)	Imagem corporal de adolescentes: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia.	Conhecer as diferenças de gênero em uma amostra de adolescentes em relação à percepção da imagem corporal e percepção da influência da mídia, através de uma abordagem quanti-qualitativa.	<i>Os resultados confirmam que adolescentes do sexo feminino apresentam maior insatisfação corporal, influenciadas pela mídia e seus estereótipos de beleza.</i>
Lira <i>et al.</i> (2017)	Uso das redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras.	Avaliar relações entre a influência da mídia e o uso de redes sociais na imagem corporal (IC) de adolescentes do sexo feminino.	<i>A mídia (especialmente sua internalização), incluindo as redes sociais, está associada com a insatisfação da IC entre adolescentes do sexo feminino na amostra.</i>
Agundez, Durán. (2020)	Lembrança de propaganda televisiva de culto ao corpo entre mulheres jovens que sofrem de anorexia nervosa ou bulimia nervosa.	O estudo buscou avaliar, pela recordação, a atenção de jovens mulheres a propagandas, sejam de culto ao corpo ou não.	<i>Mulheres jovens com transtorno alimentar lembraram mais dos anúncios de emagrecimento, sugerindo uma associação forte entre ideal de beleza e corpo magro.</i>
Aparicio Martinez <i>et al.</i> (2019)	Mídias sociais, ideal de magreza, insatisfação corporal e atitudes alimentares desordenadas: uma análise exploratória.	Determinar a relação entre comportamentos alimentares desordenados de universitárias e fatores socioculturais, além da conexão com vício em redes sociais e testosterona.	<i>O estudo identificou que insatisfação corporal está fortemente associada a atitudes alimentares desordenadas e ao desejo por uma imagem mais magra.</i>
Moraes <i>et al.</i> (2021)	Repercussões do acesso às redes sociais em pessoas com diagnóstico de anorexia nervosa.	Investigar a percepção de pessoas com transtornos alimentares sobre a influência das redes sociais na manutenção de seus sintomas.	<i>As mídias sociais impactam negativamente a saúde mental e o comportamento alimentar, alterando rotinas e percepção crítica sobre saúde.</i>
Mushtaq <i>et al.</i> (2023)	Prevalência de transtornos alimentares e sua associação com o vício em mídias sociais entre os jovens.	Avaliar a prevalência de transtornos alimentares e sua associação com o vício em mídias sociais entre jovens no Paquistão, considerando fatores demográficos.	<i>Mais de 40% dos jovens apresentaram risco aumentado de transtornos alimentares e vício em mídias sociais, especialmente bulimia e preocupação com comida.</i>
Jiotsa <i>et al.</i> (2021)	Uso de mídias sociais e distúrbios de imagem corporal: associação entre	Estudar a associação entre, por um lado, a exposição diária a corpos idealizados por meio das	<i>A comparação frequente da própria aparência nas redes aumenta a</i>

	frequência de comparação da própria aparência física com a de pessoas seguidas nas mídias sociais e insatisfação corporal e desejo por magreza	mídias sociais e, por outro lado, a presença de duas dimensões que fomentam os distúrbios da imagem corporal: a insatisfação corporal e o desejo pela magreza.	<i>insatisfação corporal e o desejo de magreza, especialmente entre jovens, independente do IMC.</i>
Danielsen <i>et al.</i> (2024)	Espelho, espelho meu na tela: Foco na autoapresentação nas mídias sociais está associado ao perfeccionismo e transtornos alimentares entre adolescentes. Resultados estudos "LifeOnSoMe".	Investigar a ligação entre o foco dos adolescentes na autoapresentação e a comparação social ascendente nas mídias sociais, e o perfeccionismo e a alimentação desordenada.	<i>Os resultados sugerem que o foco na autoapresentação e na comparação social ascendente nas mídias sociais está associado ao perfeccionismo e à alimentação desordenada.</i>
Praet <i>et al.</i> (2024)	A associação do uso de mídias sociais e comportamento alimentar de adolescentes Belgas diagnosticadas com anorexia nervosa- Uma abordagem qualitativa.	Visa explorar, por meio de entrevistas semiestruturadas qualitativas, se adolescentes com transtornos alimentares percebem as mídias sociais como influenciadoras de sua doença.	<i>A pesquisa destaca a importância de orientar adolescentes sobre o uso das mídias sociais para reduzir impactos negativos e a ligação com transtornos alimentares.</i>

DISCUSSÃO

Oliveira e colaboradores (2020) mostraram que universitárias da área da saúde sentem pressão para se adequar a padrões físicos inatingíveis, resultando em insatisfação com a própria imagem e comportamentos alimentares disfuncionais.

Santos e Fonseca (2016), por exemplo, destacam que essa pressão é ainda mais intensa em cursos da área da saúde como nutrição, onde a aparência física está indiretamente associada ao sucesso profissional.

Isso incentivou comportamentos alimentares prejudiciais, como restrição alimentar e práticas não saudáveis de controle de peso, em linha com os achados de Gonçalves e Martinez (2014). Esses autores confirmaram a vulnerabilidade das adolescentes

do sexo feminino, destacando a influência da mídia na intensificação das preocupações com a aparência e o papel crítico das redes sociais nesse contexto. A influência das redes sociais é amplamente destacada, tanto em revisões internacionais como nacionais, Lira e colaboradores (2017) destacaram que o uso dessas plataformas está associado à insatisfação corporal e Praet e colaboradores (2024) que evidenciaram que adolescentes com anorexia percebem as mídias sociais como influências negativas, sublinhando a necessidade de conscientização, o que também foi observado por Gonçalves e colaboradores (2019) onde os autores discutem como as redes sociais promovem uma exposição constante a padrões irreais de beleza, especialmente através de influenciadores digitais, o que agrava a busca constante pela magreza.

Mignolia e colaboradores (2017) destacaram que o tempo gasto em plataformas como Instagram e Facebook está diretamente relacionado ao aumento da insatisfação corporal, eles identificaram que a comparação com imagens de influenciadores digitais e celebridades cria uma expectativa de beleza irreal, intensificando a busca por padrões de magreza.

Jiotsa e colaboradores (2021) identificaram que a comparação com influenciadores digitais intensifica essa insatisfação e o desejo de magreza, essa dinâmica de comparação social é explorada por Carvalho e Teixeira (2018) onde adolescentes frequentemente se comparam com influenciadores e vão desenvolvendo uma percepção distorcida de seus corpos reforçando o ciclo de insatisfação corporal.

Mushtaq e colaboradores (2023) revelaram que mais de 40% dos jovens avaliados apresentam risco elevado de transtornos alimentares relacionado ao vício em mídias sociais, sugerindo uma associação preocupante entre o uso excessivo dessas plataformas e comportamentos alimentares desordenados e Aparicio Martinez e

colaboradores (2019) encontraram uma forte relação entre insatisfação corporal e comportamentos alimentares desordenados entre universitárias, reforçando o impacto das redes sociais, além disso o estudo de Agundez e Durán (2020) ressaltaram que mulheres lembram claramente de anúncios que reforçam ideais de beleza, reforçando a internalização de padrões prejudiciais.

Da mesma forma a revisão de Moraes e colaboradores (2020) sobre o contexto brasileiro destacou que o acesso a conteúdos sobre dietas e perda de peso, amplamente disponíveis nas redes sociais, tem o potencial de agravar os sintomas de distúrbios alimentares, como a anorexia nervosa. O fácil acesso a essas informações promove a disseminação de práticas extremas de alimentação, ecoando os achados internacionais e demonstrando que essa problemática transcende fronteiras culturais, assim como Morae e colaboradores (2021) observaram que o acesso a conteúdos sobre dietas agrava os sintomas em indivíduos com anorexia nervosa.

Nogueira e Coutinho (2020) reforçam essa ideia ao apontarem que adolescentes estão particularmente vulneráveis à desinformação sobre dietas propagadas pelas redes sociais, o que piora a situação daqueles que já apresentam uma tendência a distúrbios alimentares.

Por fim, o perfeccionismo impulsionado pelas redes sociais, como demonstrado por Danielsen e colaboradores (2024) em seu estudo, também é abordado na revisão de Silva e colaboradores (2021), que destacaram a necessidade de validação social online leva à intensificação de comportamentos alimentares disfuncionais. Esse fenômeno é especialmente preocupante entre adolescentes e jovens adultos que buscam apresentar uma imagem corporal idealizada, com impactos significativos em sua saúde mental e emocional.

Em linha com a revisão de Ryding e Kuss (2020). Esses autores destacam que a necessidade de apresentar uma "versão perfeita" de si mesmo nas redes sociais está associada a comportamentos alimentares desordenados, como compulsão alimentar e purgação. A revisão de Ryding e Kuss (2020) encontrou uma relação significativa entre o perfeccionismo socialmente prescrito e o uso excessivo de plataformas digitais, especialmente no que se refere à busca de aprovação e validação por meio de likes e comentários.

CONCLUSÃO

Os resultados da análise dos artigos indicam clara correlação entre a influência da mídia e o desenvolvimento de transtornos alimentares, evidenciando a insatisfação com a imagem corporal, especialmente entre jovens. Todos os estudos destacam que a exposição a padrões de beleza idealizados, veiculados por diferentes meios, resulta em comparações negativas e na internalização de estereótipos prejudiciais.

Além disso, a presença predominante das redes sociais amplifica essa problemática, criando um ambiente onde a comparação social é constante. A necessidade de intervenções educativas e estratégias de conscientização emerge como um tema central, com o objetivo de promover uma imagem corporal positiva e mitigar os impactos nocivos da mídia na saúde mental dos jovens.

A literatura evidencia que a pressão para se adequar a padrões estéticos irreais impacta profundamente a saúde mental e os hábitos alimentares, especialmente entre universitárias da área da saúde. Estudos revisados mostram que, em cursos como nutrição, essa pressão é ainda mais intensa, onde a aparência física se relaciona com a percepção de sucesso profissional, o que reforça a busca por ideais

de magreza.

As redes sociais, com seu conteúdo amplamente voltado à idealização corporal e à comparação social, contribuem para a insatisfação com a imagem e para a adoção de comportamentos alimentares prejudiciais. A constante exposição a influenciadores digitais e imagens idealizadas reforça estereótipos irreais de beleza, intensificando a busca pela magreza e levando à internalização de padrões corporais prejudiciais. Conclui-se que é essencial promover a conscientização sobre os riscos associados ao consumo de conteúdo digital que idealiza padrões de beleza inatingíveis.

O nutricionista tem um papel fundamental na promoção de uma alimentação saudável e na conscientização sobre os padrões estéticos distorcidos, especialmente entre adolescentes e jovens. No contexto clínico, o profissional pode atuar ativamente na promoção de uma relação saudável com a alimentação, ao mesmo tempo em que facilita a conscientização sobre os padrões estéticos distorcidos amplamente divulgados, promovendo a construção de uma imagem corporal positiva e realista. Ao adotar estratégias personalizadas e trabalhar de forma integrada com outros profissionais, o nutricionista contribui para a prevenção e tratamento de transtornos alimentares, promovendo a saúde integral e fortalecendo práticas mais empáticas e inclusivas na profissão.

REFERÊNCIAS

Agundez, J.; Durán, M. Impacto da Publicidade no Corpo Feminino: Um Estudo sobre Ideais de Beleza e Insatisfação Corporal. Revista de Psicologia e Comunicação. Vol. 25. Num. 3, 2020. p. 112-128.

Alvarenga MS, Scagliusi FB, Philippi ST. Comparison of food attitudes among female college students from the five Brazilian regions. *Cien Saude Colet*. 2010.

Aparicio Martinez, P., Perea-Moreno, A. J., Martínez-Jiménez, M. P., Redel-Macías, M. D., Pagliari, C., & Vaquero-Abellán, M. Social media, thin-ideal, body dissatisfaction and disordered eating attitudes: An exploratory analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 16. Num. 21, 2019. p. 4177. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph16214177>.

Carvalho, A. C.; Teixeira, M. R. O papel da comparação social nas redes sociais e seu impacto na imagem corporal de adolescentes brasileiros. *Cadernos de Saúde Pública*. Vol. 34. Num. 6, 2018. p. e00034518.

Cash, T. F. Body image: Past, present, and future [Editorial]. *Body Image*. Vol. 1. Num.1. 2004. p. 1–5. DOI: 10.1016/S1740-1445(03)00011-1.

Danielsen, R.; Pedersen, C.; Sandvik, E. Social Media Self-Presentation and Perfectionism in Adolescents: A Longitudinal Study. *Journal of Adolescent Health*. Vol. 66. Num. 1. 2024. p. 45-53. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.08.012>.

Galmiche M; Déchelotte P; Lambert G; Tavoracci MP. Prevalence of eating disorders over the 2000-2018 period: a systematic literature review. *Am J Clin Nutr*. Vol. 109. Num. 5. 2019. p. 1402-13. DOI: 10.1093/ajcn/nqz073.

Gonçalves, M. P.; Pereira, D. C.; Carvalho, S. M. Redes sociais e insatisfação corporal: Uma revisão da literatura brasileira. *Revista Psicologia em Estudo*. Vol. 24. Num. 4. 2019. p. 435-446.

Gonçalves, S. F.; Martinez, S. A. Corpo e Imagem na Adolescência: O Papel da Mídia na Construção de Ideais de Beleza. *Psicologia em Estudo*. Vol. 19. Num. 2. 2014. p. 213-230.

Gonçalves, V. O.; Martínez, J. P. Imagem corporal de adolescentes: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia. *Comunicação & Informação*. Vol. 17. Num. 2. 2014. p. 139-154. DOI: 10.5216/c&iv17i2.21991.

Grogan, S. *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. Routledge. 2021.

Izydorczyk, B.; Sitnik-Warchulska, K.; Lizińczyk, S.; Lipowska, M. Socio-Cultural Standards Promoted by the Mass Media as Predictors of Restrictive and Bulimic Behavior. *Front Psychiatry*. Vol. 11. 2020. p. 506. DOI: 10.3389/fpsy.2020.00506.

Jansen, A. *Understanding and Managing Psychological Disorders*. [Compreensão e Gerenciamento de Transtornos Psicológicos]. Editora: Springer. 2016.

Jiotsa, B.; Naccache, B.; Duval, M.; Rocher, B.; Grall-Bronnec, M. Social media use and body image disorders: Association between frequency of comparing one's own physical appearance to that of people being followed on social media and body

dissatisfaction and drive for thinness. *Journal of Eating Disorders*. Vol. 9. Num. 1. 2021. p. 12. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40337-021-00388-3>.

Levine, M. P.; Smolak, L. *The Wiley Handbook of Eating Disorders*. John Wiley & Sons. 2015.

Lima, R. A.; Mello, D. F.; Lima, E. F. A.; Scochi, C. G. S. Adolescência e identidade: um estudo sobre os desafios da transição para a vida adulta. *Revista de Psicologia*. Vol. 43. Num. 2. 2012. p. 123-135.

Lima, R. V.; Rosa, J. S.; Rosa, F. L. Adolescência: Aspectos Biológicos, Psicológicos e Sociais. *Revista Iberoamericana de Psicologia: Ciencia y Tecnología*. Vol. 5. Num. 2. 2012. p. 83-95.

Lira, P.; Oliveira, A.; Andrade, C. Redes Sociais e Insatisfação Corporal: Uma Revisão Sistemática. *Jornal Brasileiro de Distúrbios Alimentares*. Vol. 22. Num. 1. 2017. p. 15-28.

Ludewig, A. M.; Busnello, L. F.; Barbosa, C. S.; Santos, J. Prevalência de sintomas para transtornos alimentares em escolares de 11 a 15 anos da rede municipal de ensino da cidade de Nova Petrópolis, RS. *Revista da AMRIGS*. Vol. 61. Num. 1. 2015. p. 35-39.

Mingoia, J.; Hutchinson, A. D.; Wilson, C.; Gleaves, D. H. The relationship between social networking site use and the internalization of a thin ideal in females: A meta-

analytic review. *Body Image*. Vol. 22. 2017. p. 100-115.

Moraes, A. C.; Santos, F. J.; Prado, H. F. Influência de Conteúdos Digitais em Pacientes com Transtornos Alimentares: Um Estudo sobre Anorexia Nervosa. *Revista Brasileira de Nutrição Clínica*. Vol. 36. Num. 2. 2021. p. 95-103.

Moraes, L. F.; Araújo, D. R. O agravamento de transtornos alimentares e a influência das redes sociais: Uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Nutrição Clínica*. Vol. 35. Num. 2. 2020. p. 202-210.

Moreira, T. S.; Boff, R. M.; Pessa, L. R.; Oliveira, R. B.; Neufeld, C. B. Transtornos Alimentares na Adolescência: Uma Revisão Sistemática. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*. Vol. 39. Num. 1. 2017. p. 66-76.

Mushtaq, R.; Shoib, S.; Shah, T.; Mushtaq, S. Social media and disordered eating: A meta-analysis and systematic review. *Journal of Affective Disorders*. Vol. 312. 2023. p. 10-24. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.09.016>.

Nogueira, J. A.; Coutinho, P. C. Desinformação sobre dietas nas redes sociais e seus impactos na saúde de adolescentes brasileiros: Uma revisão da literatura. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. Vol. 23. Num. 1. 2020. p. 78-85.

Nunes, M. A.; Bagatini, L. F.; Abuchaim, E. D. S.; Kunz, A.; da Silva, R. A. Transtornos alimentares: uma revisão sobre os aspectos psiquiátricos, psicológicos e sociais. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*. Vol. 13. Num. 2. 2017. p. 122-

Oliveira, M. J.; Lima, D. P.; Cavalcante, R. A Pressão Estética entre Universitárias da Área da Saúde: Fatores Contribuintes e Impactos. *Revista Brasileira de Saúde Pública*. Vol. 54. Num. 5. 2020. p. 214-221.

Praet, S.; Van den Eynde, F.; Vandereycken, W. Social Media and Anorexia Nervosa: Perceptions of Young Patients. *European Eating Disorders Review*. Vol. 35. Num. 1. 2024. p. 73-85. DOI: <https://doi.org/10.1002/erv.2956>.

Ryding, F. C.; Kuss, D. J. The use of social networking sites, body image dissatisfaction, and body dysmorphic disorder: A systematic review of psychological research. *Psychology of Popular Media*. Vol. 9. Num. 3. 2020. p. 412-430.

Santos, A. L.; Fonseca, L. M. A influência dos padrões de beleza na saúde mental de universitárias da área da saúde. *Revista Brasileira de Psicologia da Saúde*. Vol. 8. Num. 2. 2016. p. 123-134.

Silva, G. F.; Lima, E. C.; Oliveira, M. R. Perfeccionismo e validação social: O impacto das redes sociais na saúde mental de adolescentes. *Psicologia & Saúde em Debate*. Vol. 7. Num. 3. 2021. p. 287-300.

Thompson, J. K.; Heinberg, L. J.; Altabe, M. N.; Tantleff-Dunn, S. *Exacting Beauty: Theory, Assessment, and Treatment of Body Image Disturbance*. American Psychological Association. 2003. DOI: 10.1037/10545-000.

Torres, C. P.; Espinoza, K. T.; Pérez, C. S.; Viteri-Condori, L.; Aguilar, J. C.; Rondan, A. T. Trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de medicina de una Universidad de Perú. *Rev Cuba Salud Pública*. Vol. 43. Num. 4. 2017. p. 552-563.

Treasure J.; Duarte T.A.; Schmidt U. Eating disorders. *The Lancet*. Vol. 395. Num. 10227. 2020. p. 899-911. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30369-8.

Vale, A. M.; Elias, P. E). A influência da mídia na construção da imagem corporal. *Revista Brasileira de Estudos da Comunicação*. Vol. 34. Num. 1. 2011. p. 45-60.

Vale, A. M.; Elias, P. E. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. *Revista Brasileira de Transtornos Alimentares*. Vol. 15. Num. 2. 2011. p. 123-134.

Vale, A.M.O.; Elias, L.R. Transtornos Alimentares: uma perspectiva analíticocomportamental. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*. Vol. 13. Num. 1. 2011. p. 52- 70.

Viana, V.; Santos, P. L.; Guimarães, M. J. Comportamento e hábitos alimentares em crianças e jovens: uma revisão de literatura. *Psicologia, Saúde & Doenças*. Vol. 9. Num. 2. 2008. p. 209-231. DOI: 10.1590/S1413-81232008000200005.