

INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA SATISFAÇÃO E IMAGEM CORPORAL DE MENINAS ADOLESCENTE DE 15 À 17 ANOS

Josiane Freite¹, Sarah Carminati Silva², Thamyris Rosa Moreira³, Natalia Medeiros Gottardi⁴, Mary Zanandrea Dos Santos Gambarini⁵

1- Acadêmicos do curso de Nutrição da Faculdade Multivix Cariacica.

2- Titulação do orientador: ⁴ Graduada em Nutrição pela Faculdade Católica Salesiana do Espírito Santo, Mestre em Nutrição e Saúde pela Universidade Federal do Espírito Santo. ⁵ Graduada em Nutrição pela Faculdade Católica Salesiana do Espírito Santo, Mestre em Nutrição e Saúde pela Universidade Federal do Espírito Santo, Professora e Coordenadora do Curso de Nutrição na Multivix Cariacica.

RESUMO

Introdução: A adolescência é uma fase marcada por mudanças físicas, comportamentais e psicológicas. **Objetivo:** Verificar a relação entre as mídias sociais e influência nas escolhas alimentares e imagem corporal, ademais, o desenvolvimento de transtornos alimentares na adolescência. Identificando como os padrões de exposição na mídia influenciam a imagem corporal dos jovens e como essa relação pode alterar as escolhas alimentares, tornando-os mais passíveis no surgimento de transtornos alimentares. **Método:** Foi realizada uma revisão literatura usando banco de dados PubMed e biblioteca SciELO, em inglês e português, de **2012 a 2022**, e livros que contenham pelo menos uma das definições utilizadas e que estejam associados ao comportamento alimentar e à adolescência. **Resultados:** Atualmente, a mídia exerce grande influência na imagem corporal e formação de padrões de beleza, afetando o desenvolvimento dos mais jovens, mudando seus hábitos alimentares e tornando-se mais vulneráveis no desenvolvimento de transtornos alimentares. **Conclusão:** Os adolescentes são mais suscetíveis no desenvolvimento de transtornos alimentares, sendo a mídia grande influenciadora de padrões alimentares e comportamentos disfuncionais.

Palavras Chave: adolescência; insatisfação corporal; mídias sociais; transtornos alimentares.

INTRODUÇÃO

A adolescência é uma fase marcada por mudanças físicas, comportamentais e psicossociais, além de transformações relacionadas à formação da autoimagem (BITTAR,2020). A preocupação com o corpo ideal, entre os jovens, é crescente, e parece ser muito em função das mudanças inerentes a este período de vida. (NEVES,2017). Graças ao processo de formação de identidade, os mesmos, estão mais vulneráveis às influências de modelos físicos considerados ideais pelas mídias e pares (SILVA, 2018). Os canais de comunicação e o uso da internet são partes importantes da vida dos jovens e estão cada vez mais presentes no cotidiano destes (OFCOM, 2022 e O'REILLY et al.,2020). As redes sociais exercem uma grande influência na realidade vivida por esse grupo etário (OPAS,2018).

Essa tecnologia proporciona elos existentes entre indivíduos que compartilham de um mesmo interesse permitindo que as informações relevantes sejam repassadas entre eles pelos meios de comunicação digital (SILVA,2016). Entretanto, a ditadura do “corpo ideal”, intensamente propagada pela mídia, afeta de modo decisivo, essa representação em adolescentes e jovens redundando em sentimentos de insatisfação com o próprio corpo que, no limite, podem comprometer sua saúde e bem-estar (MOREIRA; SOARES; MOURÃO, 2020).

A inadequação da autopercepção de imagem corporal e a idealização de um corpo estereotipado, pode promover aumento do risco de insatisfação corporal que, conseqüentemente, leva ao surgimento de transtornos alimentares (BIOLCHI, 2022). A insatisfação corporal decorre com maior frequência entre os adolescentes devido às mudanças corporais, desenvolvimento e crescimento acelerado, por conseguinte, essas pessoas demonstram baixa autoestima, estresse, depressão, problemas psicossociais e baixa qualidade de vida em razão à essas adversidades apresentadas (JUSTINO,2020). Sendo assim, a insatisfação corporal é o desejo do indivíduo ter uma aparência diferente, ou seja, a forma em que o mesmo percebe o seu corpo onde tal percepção pode gerar uma avaliação negativa (DUMITH,2012).

Mahan (2018,p.407), descreve transtornos alimentares como uma perturbação persistente na alimentação ou em comportamentos relacionados com a alimentação que

resulta em prejuízos significativos à saúde física e à função psicossocial. Já Cuppari (2019,p.442) define como transtornos psiquiátricos, que possuem desordens clínicas graves, que levam o indivíduo a comprometimento da homeostase do corpo e desequilíbrio do estado nutricional devido a perda de peso rápida, uso de diuréticos, anfetaminas,laxantes, vômitos autoinduzidos, entre outros.Podendo resultar em complicações graves,como problemas renais, cardiovasculares, alterações endócrinas,hiperglicemia, anemia e outros.

Os transtornos alimentares podem ser classificados como anorexia nervosa e bulimia nervosa, entre outros (VALDANHA et al., 2013; MORGAN, VECCHIATTI & NEGRÃO, 2002). A anorexia nervosa é um distúrbio psicossomático caracterizado por uma restrição persistente da ingestão alimentar decorrente do medo excessivo, intenso e inexplicável de ganhar peso ou de ser obeso (NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017). A bulimia nervosa é um distúrbio alimentar caracterizado por episódios recorrentes de hiperfagia alimentar seguidos de métodos compensatórios (autoindução de vômitos, laxantes, uso de laxantes ou diuréticos) para evitar o ganho de peso. Além disso, o paciente com bulimia nervosa apresenta elevadas preocupações com o peso e formato corporal, principalmente no início do quadro, ainda que o mesmo apresente peso adequado ou discretamente elevado (APA, 2014).

Estudos realizados com 129 adolescentes irlandeses mostraram alta prevalência de insatisfação corporal, 80,8% das participantes relataram o desejo de alterar o seu tamanho corporal (LAWLER M, 2011).No Brasil um estudo realizado pela Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2019, com estudantes entre 13 a 17 anos,mostrou que os adolescentes estão insatisfeitos ou muito insatisfeitos com o próprio corpo, sendo 12,8% correspondem o sexo masculino e 31,4% o sexo feminino. Por intermédio das pesquisas e levantamentos estatísticos realizados, pode ser observado relatos de insatisfação corporal entre indivíduos do sexo masculino e feminino, no entanto, a prevalência se faz recorrente entre as meninas (PENSE,2019).

Nesta perspectiva, este estudo tem como objetivo analisar na literatura, através de uma revisão narrativa, como as mídias sociais podem influenciar na insatisfação corporal de meninas adolescentes, e compreender como esses meios impactam no desenvolvimento de transtornos alimentares.

REFERENCIAL TEÓRICO

Influência parental sobre a alimentação e desenvolvimento de transtornos alimentares

O comportamento alimentar começa a desenvolver-se na infância, com determinantes genéticos e sob influência da família e do círculo social (QUAIOTI, 2006; SOUZA et al., 2012). As escolhas alimentares dos pais estão fortemente ligadas com o comportamento alimentar dos filhos pequenos, influenciando não só o tipo de alimento que elas escolhem, mas também a capacidade de controle da quantidade do que é ingerido, o tempo de duração e a frequência das refeições (VIANA et al., 2009). Glanz (1998) observou que as escolhas alimentares são determinadas predominantemente por fatores familiares e culturais, pelo preço, sabor, aspecto, publicidade e facilidade no preparo do que pelo conhecimento de seus benefícios. De acordo com Silva (2008) quando a exposição a diferentes alimentos acontece de forma repetida isso aumenta a experiência alimentar, construindo assim padrões de aceitação mais amplos.

Cipriani (2022) em seu estudo relata o impacto entre o modelo tripartite - família, amigos e mídia - na insatisfação corporal entre crianças; observou-se que a opinião dos familiares, amigos e mídia possui grande relevância na percepção corporal, preferências alimentares, crenças e atitudes, outrossim, os meio de comunicação exercem grande representatividade na vida dos mais jovens, visto que é estabelecido padrões estéticos, físicos e comportamentais através de programas de televisão e redes sociais. Philippi (2018), disserta que adolescentes que são provocados por colegas ou familiares devido sua aparência corporal, podem desenvolver comportamentos alimentares não saudáveis, com o intuito do controle do peso corporal.

Mccelladn (2020) aponta que adversidades encontradas nas práticas alimentares durante a infância e adolescência, podem cooperar no desenvolvimento de comportamentos como compulsão alimentar, dietas extremas e insatisfação com a imagem corporal. Assim como, o culto ao corpo magro e a pressão para que os jovens emagreçam, quando combinados a questões psicológicas, familiares e fatores biológicos podem contribuir para o desenvolvimento de Anorexia Nervosa e Bulimia Nervosa (SOUTO, 2006).

A literatura relata a necessidade de desenvolver estudos que visem compreender a dinâmica das relações familiares de pessoas diagnosticadas com transtornos alimentares, a partir da observação clínica de padrões disfuncionais de relacionamentos nessas famílias (LEONIDAS, 2014; SANTOS, LEONIDAS & COSTA, 2017). Sida enfatizado a importância de estender uma perspectiva mais ampla ao contexto familiar de indivíduos acometidos por transtornos alimentares, focando principalmente no nível de disfunção nos padrões relacionais reproduzidos nas famílias (OLIVEIRA, 2006; VÁZQUEZ, 2017; VOS, 2017).

Ainda não está claro todas as dimensões envolvidas na complexa teia de relações que existe entre as formas como as famílias constroem seus vínculos e o surgimento de sintomas que indicam transtornos alimentares. Como as relações familiares com os alimentos influenciam a ocorrência e/ou manutenção de sintomas psicopatológicos também não é totalmente compreendido (VALDANHA, 2013). Segundo Sopezki e Vaz (2008, p.269) a investigação da relação mãe-filha é muito importante nas circunstâncias de autoestima e nos transtornos alimentares e apontam que "o vínculo mãe-filha é caracterizado por mais insegurança, medo do abandono e falta de autonomia em mulheres com transtornos alimentares" do que em famílias sem essa psicopatologia. Assim, demonstrando que a insatisfação com a imagem perpassa a infância até a idade adulta.

Percepção Corporal na Adolescência e Desenvolvimento de Transtornos Alimentares

Segundo Quevedo (2020), os mecanismos de neurotransmissão estão fortemente interligados ao comportamento humano, desde o sono, regulação de humor ao apetite. Desregulações nos mecanismos cerebrais ligados à impulsividade e compulsividade podem estar relacionados no desenvolvimento de diversas patologias psiquiátricas, de modo especial os transtornos alimentares.

De acordo com Neufeld (2017), durante a segunda fase da adolescência - fase marcada pela maturidade dos órgãos sexuais - mudanças hormonais provocam alterações nos neurotransmissores, assim tornando-os mais sensíveis e emotivos. Outrossim, o desenvolvimento cerebral não encontra-se completo, uma vez que os lobos frontais não

estão totalmente formados, diante disso, percebe-se uma grande produção de cortisol excretado pela glândula suprarrenal mediante a eventos negativos. Desta forma, indivíduos que encontram-se na segunda fase da adolescência, apresentam um nível de estresse mais elevado do que na infância.

Em revisão sistemática, Luz (2019) constatou que adolescentes do sexo masculino e feminino que possuem anorexia nervosa têm níveis de cortisol sérico e salivar mais elevados do que indivíduos saudáveis. Ademais, o estudo relata que após a recuperação do peso e normalização hormonal, esta condição a longo prazo traz consequências clínicas, como resistência à insulina, hiperglicemia, hipertensão, hipercortisolemia, piora da capacidade neurocognitiva, alterações na densidade mineral óssea, aumento do risco de infecções, dentre outros.

Mediante as grandes alterações de humor dos adolescentes, a preocupação acerca do biótipo físico e outras partes do corpo podem se intensificar; Marcelli (2007), em seu livro intitulado “Adolescência e Psicopatologia” disserta sobre a imagem do corpo do adolescente em diversos âmbitos, sendo estes: “O corpo como referência espacial”; “O corpo como representante simbólico”; “O corpo e o sentimento de identidade”; e por fim “O corpo como narcisismo”. Estas classificações acerca da imagem dos adolescentes, traz uma correlação de como esses indivíduos enxergam sua imagem corporal e transformação, mediante referências, medidas antropométricas e percepção ao meio social; suas expressões, sentimentos, modo de se relacionar - podendo ser fonte de inferioridade, exclusão social, amado ou repudiado - ademais, a autora traz reflexão sobre a preocupação excessiva pelo corpo diante do espelho, uma vez que é recorrente a dedicação de alguns minutos diante do espelho buscando “sinais” de imperfeição relacionado a silhueta ou outra parte do corpo.

Alvarenga (2019, p.64), diz que:

Quem não se sente adequado em relação ao próprio corpo? O sentimento de inadequação acaba por restringir e diminuir a circulação no espaço social. As mulheres ainda são as maiores vítimas dessa estratégia de dominação-diminuição pela desvalorização de seus corpos, de um sentimento difuso de mal-estar produzido em nome dessa inadequação da imagem corporal aos padrões e ideais sociais. No mundo de hoje, o controle social sobre a mulher se utiliza da tática de equacionar feminino, jovem e magro.

Os transtornos alimentares - bulimia, anorexia, compulsão alimentar, entre outros - afetam homens e mulheres independente de suas classes sociais, condições financeiras e idade, sendo uma condição multifatorial. O comportamento entre ambos os sexos parecem ser distintos; mulheres apresentam maior preferência por alimentos com alto teor de açúcar e carboidratos quando comparadas com homens.

A baixa autoestima, associada a desvalorização do próprio corpo é observada na maioria dos casos indicando como mantenedora da compulsão alimentar, do sobrepeso e consequentemente de sentimentos negativos em relação ao próprio corpo, as práticas restritivas alimentares são as mais comuns relatadas pelos jovens com o intuito de perda ou manutenção do peso.

Deram, (2014) explica que nenhuma dieta funciona a longo prazo, pelo contrário, aumenta a propensão de ganhar peso e gordura. A autora esclarece que quando restringimos o consumo de alimentos (especialmente os energéticos, como carboidratos) enviamos para o cérebro sinais de escassez e inanição, dessa forma o corpo entra num processo para recuperar a energia necessária e a retira dos locais onde são armazenadas. Embora as pessoas realmente emagreçam restringindo a alimentação, o que Deram (2014) afirma é que devido à dieta o cérebro não entende essa escassez alimentar e manda sinais de fome com mais frequência, facilitando assim a compulsão alimentar e por consequência o sobrepeso.

ANOREXIA E BULIMIA NERVOSAS

Anorexia nervosa

Os transtornos alimentares são uma condição mental complexa e hereditária (Yilmaz, Hardaway & Bulik, 2015). A etiologia da anorexia nervosa inclui fatores biológicos como traços obsessivo-compulsivos, comportamento suscetível à desregulação do apetite, vulnerabilidade metabólica, influências ambientais durante o período perinatal, fatores psicológicos como ansiedade, depressão, imagem corporal perturbada e traços de personalidade (perfeccionismo), fatores psicossociais, como problemas alimentares, bebida dos pais, bullying, exposição a traumas, cultura (industrialização/ocidental) e

idealização da magreza e fatores comportamentais, como controle excessivo de peso e alimentação, isolamento social devido à ansiedade em algum momento comer em público e prejudicar a qualidade de vida física e mental (TREASURE; DUARTE; SCHMIDT, 2020).

A anorexia nervosa normalmente inicia-se na adolescência devido às preocupações com as mudanças do corpo, exigindo uma readaptação com a própria imagem. No entanto, embora esse transtorno geralmente tenha seu início no período da adolescência, a cronicidade dessa condição psiquiátrica, a negação do transtorno e, por vezes, a dificuldade de acesso a cuidados especializados, explicam porque muitas mulheres ainda sofrem quando adultas (NAGL et al., 2016; PHAM-SCOTTEZ, 2017).

A doença geralmente se inicia a partir de uma dieta, decorrente da insatisfação quase sempre justificada com o peso e com a imagem corporal. Nessa dieta o paciente elimina alimentos que julga serem mais calóricos e vai aumentando gradativamente a restrição alimentar, chegando a jejuar o dia todo (CORDÁS; SALZANO, 2011). A anorexia nervosa é classificada em dois tipos: restritiva – envolve dietas, jejuns e exercícios físicos excessivos; e a compulsiva periódico-purgativa – envolve compulsão alimentar seguida de purgação e vômitos autoinduzidos (SILBER;LYSTER-MENSH; DUVAL, 2011).

A pressão da sociedade, regida pelo ideal da magreza, exerce participação no desenvolvimento do quadro (Alves, Vasconcelos, Calvo & Neves, 2008). Além disso, estudos também apontam impactos no cotidiano, com indícios de importantes limitações funcionais entre adolescentes, como divergências na comunicação com familiares, alterações nas relações interpessoais, dificuldade no que diz respeito à autonomia e a consciência de si próprio, tendência a evitar situações tensas e dificuldade de controlar impulsos (APA, 2014;CORDÁS & SALZANO, 2007; SADOCK, SADOCK & RUIZ, 2017). Estas situações podem afetar diretamente a qualidade de vida dos adolescentes(Oliveira-Cardoso, Coimbra e Santos, 2018).

A doença é definida pelo Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, como uma restrição de energia em relação às necessidades, levando a um peso corporal significativamente baixo, um medo intenso de ganhar peso ou engordar, bem como distúrbios na maneira de reconhecimento da gravidade do baixo peso corporal atual (APA, 2013). A perda de peso pode ser vista como alívio para a angústia e inquietação

da adolescência, podendo constituir uma tentativa de controle sobre os outros e sobre si mesmo. No tratamento com adolescentes, o método cognitivo comportamental ajuda a fazer a ligação entre pensamentos e sentimentos e facilita a expressão das emoções (WHITE e FREEMAN, 2003).

Existem dois tipos de apresentação da anorexia nervosa: o restritivo (comportamentos restritivos associados à dieta) e o purgativo (ocorrência de episódios de compulsão alimentar seguidos de métodos compensatórios como vômitos e uso de laxantes e diuréticos). Entre os sintomas que podem ser referidos pelos pacientes anoréxicos estão: intolerância ao frio, fadiga, queda de cabelos, constipação, dor abdominal, anorexia, letargia, pés e mãos frios, amenorreia, dificuldade de concentração, entre outros (BORGES et al., 2006).

Trata-se de uma doença que se traduz na recusa patológica e de forma sistemática da ingestão de alimentos, originando uma consequente perda de peso, que pode ser lenta, progressiva ou brusca. Além disso, caracteriza-se por alterações psicológicas e emocionais que levam as pessoas a terem uma obsessão por determinado comportamento e pela incapacidade de manutenção do peso corporal normal, efetuando uma busca insaciável pela magreza (BEHAR et al., 2018).

A efetividade do tratamento limita-se em razão dos ainda obscuros processos cognitivos e emocionais que controlam, regulam e ativam o pensamento do paciente com AN (DAVENPORT et al., 2015). Evidencia-se a necessidade do desenvolvimento de modelos de intervenção baseados na regulação emocional e nos processos cognitivos subjacentes, uma vez que os modelos da TCC tradicional têm sido questionados quanto à sua eficácia para tratar a AN (DAVENPORT., 2015).

Bulimia nervosa

O termo bulimia vem da união dos termos gregos *boul* (boi) ou *bou* (grande quantidade) com *lepos* (fome), ou seja, uma fome muito intensa ou suficiente para devorar um boi (CORDÁS, 2004). A etiologia da bulimia nervosa está relacionada à fatores biológicos, como predisposição genética e suscetibilidade comportamental à desregulação do apetite, fatores psicológicos, como distúrbios da imagem corporal, depressão e problemas sociais e emocionais percebidos, fatores psicossociais, como

idealização magreza, bullying, exposição traumática como abuso e abandono sexual na infância e por fim, fatores comportamentais como isolamento social e perfeccionismo (TREASURE; DUARTE; SCHIMIDT, 2020). Pessoas com bulimia nervosa experimentam episódios de comer demais (ou seja, também se envolvem em comportamentos compensatórios como induzir vômitos, tomar laxantes ou diuréticos, para combater os efeitos do excesso de comida (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2013).

Nos estudantes, esses distúrbios são decorrentes de mudanças nos hábitos diários, pressão psicológica e falta de tempo para se alimentar adequadamente e os sintomas são difíceis de detectar ou reconhecer (MOREIRA et al., 2017). A incidência tem sido maior entre adolescentes de 12 a 19 anos nos últimos 20 anos, devido ao excesso de foco na aparência e nas mudanças que ocorrem no estágio atual, visando idealizar e atender aos padrões de beleza e estéticos explorados pela mídia, e na maioria das vezes glorificando a magreza (VALE e ELIAS, 2011).

Nesta fase da vida fazem dietas extremas para neutralizar seus pensamentos caóticos de está com excesso de peso, trazendo uma sensação de culpa e vergonha. (PEREIRA, 2020). Um indicador comum da progressão da doença é a obsessão em atingir o tamanho do corpo e o peso "ideal", por mais difícil que seja alcançar. Esse perfeccionismo pode levar a um processo de autoavaliação negativo e distorções que levam à continuação do comportamento desordenado (BONINI et al., 2018).

O diagnóstico da bulimia nervosa não é fácil, pois o paciente muitas vezes pratica às escondidas o quadro, apresentando as vezes o peso normal, sobrepeso ou obesidade sendo mais difíceis de detectar, e o primeiro contato com os profissionais de saúde é tardio e quando procurado apresentam relatos de fraqueza, cansaço, irregularidades menstruais, dor e inchaço abdominal e constipação são comuns (GÓMEZ CANDELA et al., 2020). A bulimia em adolescentes é geralmente tratada com uma combinação de terapia individual, terapia familiar, modificação de comportamento e reabilitação nutricional (SILVA, LIMA & SANTOS, 2021). O tratamento deve ser sempre baseado em uma avaliação completa do adolescente e da família do paciente. (DE MORAES, DE ALMEIDA MARAVALHAS & MOURILHE, 2019).

Mídias Sociais

Há alguns anos atrás, os teóricos da comunicação definiam como mídia de massa apenas o cinema, rádio, televisão e imprensa; no início da década de 1990 os sistemas eletrônicos interativos baseados em computação e telefonia eram definidos como mídia emergente (DEFLEUR, 1993), nos dias atuais a internet é vista como um novo meio de comunicação entre a sociedade (HOHLFELDT, 2001; MORAES, 2003). As redes de computadores que formaram a Internet deixaram as redes de pesquisa das universidades e outras instituições para se tornarem um sistema de comunicação abrangendo parcelas expressivas da população na maior parte do mundo, tornando-a parte da cultura popular (CASTELLS 2000 e 2003; LEITÃO, 2003).

Tomaél (2005), narra que os meios sociais de comunicação ultrapassaram o meio acadêmico e científico, ganhando espaço em outros setores; deste modo conquistando novos usuários adeptos a utilizar este meio de interação. Dentro deste paradigma, COTTA (2019) explana como estes meios estão cada vez mais presentes no cotidiano da sociedade, refletindo na qualidade do tempo e relacionamentos entre indivíduos. Conforme Vermelho (2014) através dos smartphones as pessoas são capazes de comunicar-se de forma instantânea, assim, transmitindo informações de vários gêneros.

No caso dos jovens, Fischer (2002) alerta que os meios de comunicação, sem dúvida, contribuem para a aprendizagem comportamental e a autoformação. O autor acredita que essa influência vai além da principal fonte de lazer e se torna um local muito poderoso para criar e difundir um conjunto de valores, compreensões e representações relacionadas ao aprendizado diário sobre quem somos e o que devemos fazer com o nosso corpo entre outras coisas. Nesse contexto, também é importante notar que as percepções de si e do que significa ser uma pessoa saudável mudam historicamente, como mostra o estudo de Sibilia e Jorge (2016). Exploram as maneiras pelas quais a "medicalização da vida" nos discursos midiáticos contribui para a subjetividade

De Souza (2017) evidencia que os padrões estéticos apresentados no mundo virtual, podem contribuir para que os indivíduos façam uma reflexão sobre sua autoimagem. A autoimagem é caracterizada como a uma imagem que se faz ou que se imagina sobre si mesmo, associado ao conhecimento sobre a sua própria pessoa, suas habilidades e

competências, bem como suas percepções, sentimentos, atitudes, idéias e pensamentos (LIMA, 2019). Desta forma, RIBEIRO (2022) elucida que meninas adolescentes buscam por uma autoimagem mais satisfatória e idealizar um corpo considerado “padrão”, por consequência usufruem os canais de comunicação para se inspirar e reproduzir em si mesmas os conteúdos abordados nos meios digitais.

Os canais de comunicação desempenham um papel central no fenômeno da insatisfação corporal na fase da adolescência, de modo particular, criando corpos e padrões de beleza extremamente magros para as meninas e as frequentes discrepâncias entre o peso real e o ideal, associadas à necessidade de adaptação à sociedade, podem levar a sintomas de controle inadequado do peso e transtornos alimentares devido à insatisfação com a aparência. (FONTENELEET, 2019; MADUREIRA, 2018).

Qutteina (2019), disserta que:

A Internet atua como disseminadora de informações, uma vez que reflete a própria atitude da sociedade, tendo maior visibilidade e influência como propósito social. Longos períodos expostos às redes de comunicação podem contribuir para o consumo de diversos conteúdos transmitidos neste meio virtual, ademais, 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, involuntariamente quebra os padrões estabelecidos, promover seu corpo e a diversidade de métodos de divulgação de desenvolvimento de insatisfação e conteúdo atrai esses públicos-alvo e é selecionado como referência para cada setor, e os laços estreitos com esses produtores de conteúdo têm implicações no estilo de vida dos seguidores.

Assim, pontos de vista positivos e negativos estão sendo diariamente compartilhados nas redes sociais (SOUZA, 2017). Lira (2017), relata que a mídia age reforçando um padrão estético e corporal considerado ideal, onde o culto a magreza é exibido a todo momento, sendo visto como um padrão normal, além disso, indivíduos que não se adequam a este padrão estão expostos à exclusão social.

Fernandes (2019):

As redes sociais estão causando insatisfação corporal e possíveis transtornos alimentares à medida que são produzidos, visto que possuem um significado e interpretação do assunto direta ou indiretamente. Assim, a mídia provocou as representações propostas pela sociedade, levando a uma superestimação do corpo, dos padrões de beleza e dos rótulos relacionados ao corpo, influenciando a insatisfação corporal. Os adolescentes são potenciais usuários das mídias sociais e, portanto, são afetados pela infinidade de

informações relacionadas ao corpo, podendo ser afetados negativamente pelas mudanças nesse período que são acompanhadas de maior vulnerabilidade nesta fase pubérea.

O modo como os meios midiáticos apresentam os padrões de beleza ideias, reforçam uma vaidade excessiva e uma visão de felicidade instantânea (LUCENA,2012). Com isso podemos inferir que nesta etapa da vida, a adolescência, os indivíduos estão mais suscetíveis à influência persuasiva da mídia, podendo ser agravado pela ausência ou deficiência de outros vínculos educativos mais fortemente influenciadores como a família, escola e outros grupos da sociedade (ALVES, 2016). Nesta perspectiva, ZAPPE (2017), aborda que a família deve se fazer presente no cotidiano de crianças e adolescentes, desde o ambiente escolar até o meio virtual. Reconhecida na sua complexidade, a família é responsável por conduzir o adolescente à compreensão de conceitos e valores básicos, ao engajamento na realização de tarefas e papéis sociais cada vez mais diversificados e complexos, e ao desenvolvimento de competências sociais (SENN, 2012).

METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de uma revisão narrativa, tendo como objetivo compreender e sintetizar os estudos científicos já publicados sobre Insatisfação Corporal na Adolescência, Transtornos Alimentares e Mídias Sociais. Foi realizado o levantamento de pesquisas científicas nas base de dados da Electronic Library Online (SciELO); Google Scholar e PubMed, sendo complementada com publicações originais de Órgãos Governamentais como o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e Organização Mundial da Saúde (OMS).

As buscas basearam-se na pergunta da pesquisa: Como as mídias sociais influenciam na satisfação da imagem corporal de meninas adolescentes? Neste sentido, foram utilizados estudos mais antigos devido sua grande relevância, contudo, foram priorizadas as pesquisas publicadas nos últimos 10 anos, entre os anos de 2012 a 2022, uma vez que os mesmos apresentam dados mais recentes e atualizados acerca da temática abordada. Ademais, foram buscados os seguintes termos: “Adolescência”, “Anorexia”, “Bulimia”, “Comportamento Alimentar”, “Comparação entre Adolescentes”, “Distorção de imagem”, “Meninas”, “Mídias Sociais”, “Obesidade”, “Transtornos Alimentares”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo geral dessa pesquisa foi investigar a relação entre o uso das redes sociais, a influência da mídia e a imagem corporal de adolescentes do sexo feminino .O estudo trouxe informações de como a mídia influencia na percepção de imagem do corpo por parte dos adolescentes, e de como essa influência poderá desenvolver transtornos alimentares.A mídia propaga informações, conhecimentos e temas que alteram nos indivíduos a capacidade de compreenderem a realidade, como também reforça padrões ideais de corpo. Então, pode ser considerada como grande influenciadora da insatisfação com a imagem corporal de indivíduos, principalmente de adolescentes.

REFERÊNCIAS

ALVES, Alyne Brandão. Adolescência e a construção da identidade: análise e discussão da sexualidade e influência da mídia na adolescência. **Encontro Regional Norte de História da Mídia**, v. 4, 2016. Disponível em: https://www.alcarnorte.com.br/wp-content/uploads/alcar2016_adolescencia_e_a_construcao_da_identidade_analise_e_discussao_da_sexualidade_e_influencia_da_midia_na_adolescencia.pdf

ALVARENGA, Marle dos S.; DUNKER, Karin Louise L.; PHILIPPI, Sonia T. Transtornos alimentares e nutrição: da prevenção ao tratamento. Barueri, São Paulo: Editora Manole, 2020. 9786555761962. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786555761962/>. Acesso em: 20 de set.2022.

ALVARENGA, Marle. Nutrição comportamental 2a ed.. Barueri, São Paulo: Editora Manole, 2019. 9788520456163. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520456163/>. Acesso em: 20 de set.2022.

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-V. 5ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. Disponível em:<<http://www.niip.com.br/wp-content/uploads/2018/06/Manual-Diagnostico-e-Estatisticode-Transtornos-Mentais-DSM-5-1-pdf.pdf>>. Acesso em: 11/09/22

BANDEIRA; G, Renata. OLIVEIRA; T, Clarissa. Tratamento da anorexia nervosa nas terapias cognitivo-comportamentais de terceira geração. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas* 2015, pp.105-112.

BIOLCHI, Angela Marina Radaelli; BRUCH-BERTANI, Juliana Paula. Relação entre o risco de transtorno alimentar com o estado nutricional e insatisfação corporal de adolescentes. *RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 16, n. 100, p. 137-146, 2022.

CASS, Kamila et al. Medical Complications of Anorexia. *Psychosomatics*, v. 61, issue 6, p. 625-631, Nov./Dez., 2020.

CARMO, C; PEREIRA, P; CANDIDO, A. Transtornos Alimentares: Uma revisão dos aspectos etiológicos e das principais complicações clínicas. *HU Revista*, v.40, n.3 e 4, p.173-181.

CIPRIANI, Flávia Marcelle; NEVES, Clara Mockedece; FERREIRA, Maria Elisa Caputo. Imagem corporal na infância: uma investigação escolar com grupos focais. **Pro-Posições**, v. 33, 2022. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/pp/a/XMNNjxgRpZxJgpdvLxjbmrP/?lang=pt&format=pdf>

COSTA-VAL, Alexandre et al. Sobre anorexias e bulimias: concepções e suposições etiológicas na perspectiva dos profissionais de Saúde. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, Belo Horizonte, v. 23, p. 170-293, 2019. Disponível em:<https://www.scielo.br/j/icse/a/WXf7NTXhwFSWWtyv6rKFF4h/?lang=pt>

COTTA, Denis. O pseudoamor como um fenômeno da sociedade contemporânea: uma proposta de diálogo entre Erich Fromm e Zygmunt Bauman. **Cadernos Zygmunt Bauman**, v. 9, n. 20, 2019. Disponível em:<https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/bauman/article/view/11559>

CUPPARI, Lilian. *Nutrição clínica no adulto* 4a ed.. Barueri, São Paulo: Editora Manole, 2019. 9788520464106. Disponível em:

<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520464106/>. Acesso: 20 de set.2022.

DERAM, S. O peso das dietas: Emagreça de forma sustentável dizendo não às dietas! 1º Edição. São Paulo: Editora Sensus, 2014, 320p.

DE SOUZA, Gabriela et al. A RELAÇÃO DAS MÍDIAS SOCIAIS NA CONSTRUÇÃO DA AUTOIMAGEM NA CONTEMPORANEIDADE.2017. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/235577779.pdf>

FERNANDES, K. Impacto das mídias sociais sobre a insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares e depressão em estudantes da Universidade Federal de Ouro Preto. 2019. 95f. Universidade Federal de Ouro Preto - Ouro Preto, 2019.

Fischer, R. M. B. (2002). O dispositivo pedagógico da mídia: modos de educar na (e pela) TV. *Educação e Pesquisa*, 28(1), 151-162. Acesso em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-97022002000100011>

FONTENELE, Rafael Mondego et al. Impacto dos transtornos alimentares na adolescência: uma revisão integrativa sobre a anorexia nervosa. *Revista Enfermagem Atual InDerme.*, São Luís, v. 87, n. 25, 2019.

GOSSEAUME, Camille; DICEMBRE, Marika; BEMER, Pauline; MELCHIOR, JeanClaude; HANACHI, Mouna. Somatic complications and nutritional management of anorexia nervosa. *Clinical Nutrition Experimental*, v. 28, p. 2-10, dez. 2019. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.yclnex.2019.09.001>.

IBGE. (2021) <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/31606-questao-de-genero-indicadores-de-saude-mental-sao-piores-para-as-meninas>

LAWLER, M.; Nixon E. Body dissatisfaction among adolescent boys and girls: the effects of body mass, peer appearance culture and internalization of appearance ideals. *J Youth Adolesc.* 2011;40:59-71.

LEONIDA, C.; Santos, M. A. (2014). Social support networks and eating disorders: An integrative review of the literature. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 10, 915-927. <https://doi.org/10.2147/NDT.S60735>

LUCENA, Maria Inês Ghilardi. Gênero e representações sociais na mídia: o corpo masculino. **REDISCO–Revista Eletrônica de Estudos do Discurso e do Corpo**, v. 1, n. 1, 2012.

Disponível em:<https://periodicos2.uesb.br/index.php/redisco/article/view/2684>

LUZ, L. M. D., Vasconcelos, F. M. N. D., Silva, J. E. D., Pinto, T. C. C., Sougey, É. B., & Ximenes, R. C. C. (2019). Differences in cortisol concentrations in adolescents with eating disorders: a systematic review. *Jornal de Pediatria*, 95, 18-26. Disponível em:<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29654749/>. Acesso: 20 de set.2022.

MAHAN, L K. Krause Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. Rio de Janeiro: Grupo GEN, 2018. 9788595151635. Disponível em:<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595151635/>. Acesso: 20 de set.2022.

MARCELLI, Daniel; BRACONNIER, Alain. Adolescência e psicopatologia. Porto Alegre: Grupo A, 2007. 9788536312620. Disponível em:<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788536312620/>. Acesso: 20 de set.2022.

MCCLELLAND, Jessica et al. Symptom trajectories into eating disorders: A systematic review of longitudinal, nonclinical studies in children/adolescents. **European Psychiatry**, v. 63, n. 1, 2020. Disponível em:<https://www.cambridge.org/core/journals/european-psychiatry/article/symptom-trajectories-into-eating-disorders-a-systematic-review-of-longitudinal-nonclinical-studies-in-childrenadolescents/374631B24BF67D0F1C966EBDCD51BD8A>

MIRANDA, Valter Paulo Neves et al. Body dissatisfaction, physical activity, and sedentary behavior in female adolescents. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 36, p. 482-490, 2018. Disponível em:<https://www.scielo.br/j/rpp/a/3NQsQQQhkjhHccHXWVSyS6t/?lang=pt&format=pdf>

MITCHELL, James E.; PETERSON, Carol B.. Anorexia Nervosa. *The New England Journal Of Medicine*, v. 382, p. 1343-51, Abr. 2020.

MOREIRA, Daiane Evangelho et al. Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de Nutrição e Administração. *Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN*. Montes Claros, v. 8, n. 1, p. 18-25, 2017. Disponível em:<https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/232>

MULLER, Lilian. Contribuições da terapia cognitivo comportamental no tratamento na anorexia nervosa. Caxias do Sul, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ucs.br/xmlui/bitstream/handle/11338/4971/TCC%20Lilian%20Muller.pdf?sequence=1>

NASCIMENTO; A, William José. Principais complicações maternas e neonatais de gestantes com anorexia nervosa ativa: uma revisão sistemática. *Research, Society and Development*, v.11, n.7, e46711730332, 2022.

NEUFELD, Carmem B. *Terapia Cognitivo-Comportamental para Adolescentes*. São Paulo: Grupo A, 2017. 9788582713983. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582713983/>. Acesso: 20 de set.2022.

NEVES, Clara Mockdece et al. Imagem corporal na infância: Uma revisão integrativa da literatura. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 35, p. 331-339, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/tQRHQkMJYCJ3DsyxMRVp87M/abstract/?lang=pt#ModalDownloads>

OFCOM. Children and parents: media use and attitudes report, 2022. https://www.ofcom.org.uk/__data/assets/pdf_file/0024/234609/childrens-media-use-and-attitudes-report-2022.pdf

OLIVEIRA, E. A.; Santos, M. A. (2006). Perfil psicológico de pacientes com anorexia e bulimia nervosas: A ótica do psicodiagnóstico. *Medicina*, Ribeirão Preto, 39(3), 353-360. <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/391/392>

OPAS. Organização Pan-americana de saúde. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>

PENSE. Pesquisa nacional de saúde do escolar 2019/IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais. – Rio de Janeiro : IBGE, 2021. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101852.pdf>

PINZON, Vanessa. Peculiaridades do tratamento da anorexia e da bulimia nervosa na adolescência: a experiência do PROTAD. *Rev. Psiq. Clin.* 31 (4); 167-169, 2004.

PHILIPPI, Sonia Tucunduva; LEME, Ana Carolina Barco. Weight-teasing: does body dissatisfaction mediate weight-control behaviors of Brazilian adolescent girls from low-income communities?. **Cadernos de saude publica**, v. 34, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/kMCjtJdLzSD6pBV6SfYQhBP/abstract/?lang=en>

QUAIOTI, T. C. B.; ALMEIDA, S. DE S. Determinantes psicobiológicos do comportamento alimentar: uma ênfase em fatores ambientais que contribuem para a obesidade. *Psicologia USP*, v. 17, n. 4, p. 193–211, 2006.

QUEVEDO, João; IZQUIERDO, Ivan. *Neurobiologia dos transtornos psiquiátricos*. Porto Alegre: Grupo A, 2020. E-book. ISBN 9788582715871. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582715871/>. Acesso em: 16 out. 2022.

RIBEIRO, Pedro Henrique. *Autoimagem corporal entre adolescentes e o comportamento de selfie: tradução e adaptação de uma escala de selfitis para o Brasil*. 2022: Disponível em: <https://repositorio.unifesp.br/handle/11600/65509>

SALOMÃO, Oliveira Joab et al. Índícios de transtornos alimentares em adolescentes. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v.4, n.2, p. 5665-5678 ,mar./apr. 2021. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BJHR/article/view/26528/21520>

SENNA, Sylvia Regina Carmo Magalhães; DESSEN, Maria Auxiliadora. Contribuições das teorias do desenvolvimento humano para a concepção contemporânea da adolescência. *Psicologia: teoria e Pesquisa*, v. 28, p. 101-108, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/fpKByLWpTT8BY4Yv9kRH6pB/abstract/?lang=pt>

SIBILIA P., & Jorge, M. F. (2016). O que é ser saudável? Entre publicidades modernas e contemporâneas. *Galáxia*, (33), 32-48. Acesso em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-25542016225865>

SILVA, Andressa Melina Becker da et al. Jovens insatisfeitos com a imagem corporal: estresse, autoestima e problemas alimentares. *Psico-USF*, v. 23, p. 483-495, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/HSP7zqggvW8D54QYcXvhzrK/abstract/?lang=pt#>

SOPPEZKI, D.; Vaz, C. E. (2008). O impacto da relação mãe-filha no desenvolvimento da autoestima e nos transtornos alimentares. *Interação em Psicologia*, 12(2), 267-275. <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/viewArticle/7831>

SOUTO, S.; FERRO-BUCHER, J. S. N. Práticas indiscriminadas de dietas de emagrecimento e o desenvolvimento de transtornos alimentares. *Revista de Nutrição*, v. 19, n. 6, p. 693–704, dez. 2006.

SOUZA, A.S. et al. O comportamento alimentar e os distúrbios psicológicos. Disponível em <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0263.2012>.

TOMAÉL, Maria Inês; ALCARÁ, Adriana Rosecler; DI CHIARA, Ivone Guerreiro. Das redes sociais à inovação. *Ciência da informação*, v. 34, p. 93-104, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ci/a/WTMRGVXjNdLNLDwGBD5HTXb/abstract/?lang=pt>

TREASURE, Janet; DUARTE, Tiago Antunes; SCHMIDT, Ulrike. Eating disorders. *The Lancet*, Londres, v. 395, p. 899-911, Mar., 2020.

VÁZQUEZ- VELÁSQUEZ, V.; Kaufer-Horwitz, M.; Méndez, J. P.; García-García, E.; Reidl-Martínez, L. M. (2017). Eating behavior and psychological profile: Associations between daughters with distinct eating disorders and their mothers. *BMC Women's Health*, 17(74), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12905-017-0430-y>

VALDANHA, E. D.; Scorsolini-Comin, F.; Peres, R. S.; Santos, M. A. (2013). Influência familiar na anorexia nervosa: Em busca das melhores evidências científicas. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 62(3), 225-233. <https://doi.org/10.1590/S0047-20852013000300007>

VERMELHO, Sônia Cristina et al. Refletindo sobre as redes sociais digitais. *Educação & sociedade*, v. 35, p. 179-196, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/es/a/4JR3vpJqsZLSgCZGVr88rYf/abstract/?lang=pt>

VIANA, V.; CANDEIAS, L.; REGO, C.; SILVA, D. Comportamento alimentar em crianças e controle parental: uma revisão da bibliografia. *Revista da Spcna*, v. 15, n. 1, p. 09-16, 2009.

YILMAZ, Z., Hardaway, J. A., & Bulik, C. M. (2015). Genética e epigenética de distúrbios alimentares. *Avanços em Genômica e Genética*, 5, 131- 150.

ZAPPE, Jana Gonçalves; DAPPER, Fabiana. Drogadição na adolescência: família como fator de risco ou proteção. *Revista de Psicologia da IMED*, v. 9, n. 1, p. 140-158, 2017. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6185317>