



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

TRANSTORNOS ALIMENTARES: A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS
SOCIAIS NA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE JOVENS E
ADOLESCENTES

Beatriz Braga Rezende

Professor(a) Orientador(a): Maína Ribeiro Pereira Castro

Brasília, 2019

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

TRANSTORNOS ALIMENTARES: A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS
SOCIAIS NA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE JOVENS E
ADOLESCENTES

Beatriz Braga Rezende

Professor(a) Orientador(a): Maína Ribeiro Pereira Castro

Brasília, 2019

Data de apresentação: 4 de julho de 2019

Local: UniCEUB Campus Asa Norte, Ginásio do bloco 4

Membro da banca: Camila Melo Araújo de Moura e Lima e Paloma Popov
Custodio Garcia

INTRODUÇÃO

Entende-se por imagem corporal a representação do próprio corpo construída pela mente de um indivíduo, ou seja, a forma pela qual o corpo se apresenta para si próprio (SCHILDER; WERTMAN, 1994). A insatisfação com o corpo é descrita como uma avaliação subjetiva negativa da imagem corporal, que pode ser mensurada pela discrepância entre a imagem real e a idealizada. Acredita-se que a internalização de um padrão ideal de corpo socialmente estabelecido é um considerável mediador da insatisfação corporal (CARVALHO, 2016; THOMPSON; VAN DEN BERG, 2002).

Ao longo da história, os padrões ideais de beleza passaram por várias modificações, principalmente no que tange à forma corporal. Entre os séculos XVIII e XIX, o corpo gordo era considerado o mais belo, visto que era símbolo da maternidade e da fertilidade. Já ao longo do século XIX, modificações como a afinação da cintura com a tendência do uso dos espartilhos puderam ser percebidas, porém o corpo ainda apresentava formas generosas. No início do século XX, os espartilhos foram substituídos pelos sutiãs e os corpos femininos aos poucos foram apresentando-se mais adequados às imposições da sociedade contemporânea, ou seja, cada vez mais magros (AMARAL, 2008; RIBEIRO; SILVA; KRUSE, 2009).

Atualmente, os meios de comunicação social como a televisão, a internet, os jornais, as revistas e a rádio difundem informações que podem exercer uma influência significativa na busca por um corpo perfeito e adequado aos padrões, principalmente entre os jovens. As mídias estão sempre enaltecendo formas musculosas e corpos magros, visto que elas destacam incessantemente locais, espaços e conceitos que persuadem o sujeito, focalizando na construção de uma fisionomia nem sempre conveniente com uma imagem corporal já por ele desenvolvida (FROIS; MOREIRA; STENGEL, 2011).

Com a ascensão da internet e o surgimento das redes sociais, a facilidade do acesso à informação favoreceu ainda mais a difusão dos estereótipos atuais de beleza que podem influenciar na construção da imagem corporal (KIM; CHOCK, 2015; TIGGEMANN; ZACCARDO, 2016). Conforme aponta Perloff (2014), há uma diferença considerável entre as mídias sociais e as convencionais no que diz

respeito ao impacto na formação da imagem corporal, pois sites de redes sociais estão disponíveis a qualquer momento para o indivíduo ver e divulgar imagens que idealizam corpos magros, permitindo assim mais oportunidades de comparação social.

Todavia, essa ampla difusão e persuasão da mídia na conquista pelo corpo ideal pode desencadear desordens no comportamento alimentar que, por sua vez, podem trazer consequências negativas para a saúde física, mental e social. Essas desordens estão relacionadas com o desenvolvimento de transtornos alimentares, que são caracterizados como distúrbios que ocasionam a modificação do comportamento alimentar e a adoção de condutas alimentares inapropriadas (APA, 2014; LOFRANO-PRADO et al., 2011).

Existem vários tipos de transtornos alimentares, porém os mais conhecidos que podem estar associados à insatisfação com a imagem corporal e a busca incessante por uma aparência física desejável são a anorexia nervosa e a bulimia nervosa (HERCOWITZ, 2015). A manifestação de sintomas desses tipos de distúrbios tende a ser maior em adolescentes, sendo que cerca de 90% destes são do sexo feminino (CASTRO; GOLDSTEIN, 1995).

O comportamento alimentar desequilibrado com o propósito de alcançar o corpo perfeito é mais comum no público adolescente visto que esse período é marcado por várias modificações, como o aparecimento da puberdade e o acelerado crescimento físico, incluindo alterações na altura e no peso (WHO, 2005). Ademais, caso o jovem tenha um diagnóstico tardio, os sintomas desse comportamento podem ser agravados ante os diversos conflitos e as influências, levando ao desencadeamento de práticas mais extremas e prejudiciais à saúde (ERBERT, 2005).

Assim, como a tecnologia digital está muito presente na vida dos jovens e eles estão mais suscetíveis a influências devido às intensas pressões sociais, este estudo teve por objetivo compreender a influência das mídias sociais na percepção da imagem corporal de jovens e adolescentes e sua relação com o desencadeamento dos transtornos alimentares.

METODOLOGIA

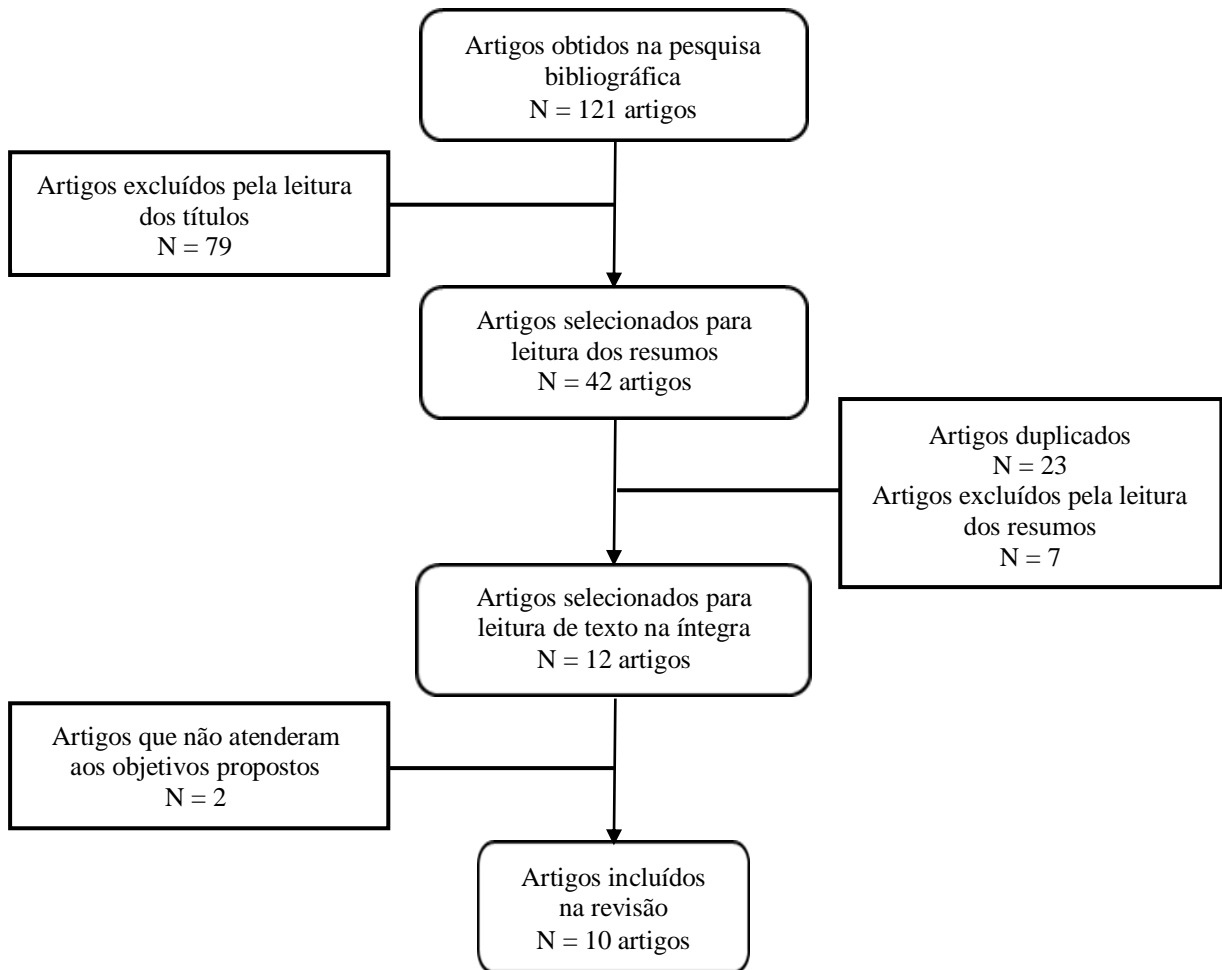
O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura, cuja coleta de informações foi feita por intermédio de consulta a base de dados PubMed, Portal de Periódicos CAPES, BIREME, EBSCO Host e SciELO. Foram pesquisados artigos científicos, publicados em periódicos nacionais e internacionais, nos subsequentes idiomas: português, inglês e espanhol. Para a busca, foram utilizados os descritores DeCS/MeSH “transtornos da alimentação e da ingestão de alimentos” (“feeding and eating disorders”, “trastornos de alimentación y de la ingestión de alimentos”), “imagem corporal” (“body image”, “imagen corporal”), “mídias sociais” (“social media”, “medios de comunicación sociales”), “internet” e “adolescente” (“adolescent”, “adolescente”).

Para refinar os resultados, foram selecionados os seguintes filtros: texto completo e data de publicação de 2009 a 2019, sendo encontrado um total de 121 artigos nas bases de dados. Posteriormente, foram aplicados os critérios de exclusão pela leitura dos títulos, resumos e textos na íntegra.

A análise de dados foi iniciada com a leitura dos títulos. Em seguida, foi realizada a leitura dos resumos e ao final a leitura dos artigos na íntegra. Após a leitura dos títulos, resumos e textos na íntegra, foram excluídos aqueles que não atenderam aos objetivos propostos pelo estudo. Os artigos repetidos nas bases de dados, os de revisão bibliográfica e os que não referenciavam no título, no resumo ou no texto a temática abordada neste trabalho também foram descartados.

Como critérios de inclusão, foram consideradas publicações originais cujo foco do assunto é correlacionado com as mídias sociais e com a percepção e insatisfação da imagem corporal em jovens e adolescentes. Os artigos que forneceram maior compreensão dos temas propostos para este trabalho, bem como aqueles que atenderam a todos os critérios definidos, foram utilizados como referência, sendo incluídos 10 artigos no total (Figura 1).

Figura 1. Etapas de seleção dos artigos incluídos no estudo



REVISÃO DA LITERATURA

O procedimento de análise e levantamento de dados após a leitura minuciosa e exploratória dos dez artigos científicos que foram selecionados para a revisão, mediante os critérios de inclusão e exclusão, resultou na elaboração da tabela 1.

Tabela 1 – Descrição dos artigos selecionados para a revisão

Autor / ano	Objetivos do estudo	Amostra	Metodologia	Resultados mais relevantes
Jett, LaPorte e Wanchisn (2010)	Avaliar se a exposição a sites pró-transtorno alimentar (pro-ED) influencia no comportamento alimentar de mulheres universitárias.	90 mulheres universitárias com o IMC maior que 18 kg/m ²	As mulheres foram expostas a sites pró-transtorno alimentar (pro-ED), sites de exercícios ou sites turísticos por 1h30 e receberam medidas quantitativas e qualitativas para avaliar mudanças no comportamento alimentar.	Após a exposição, as participantes relataram o uso de técnicas nos sites para ajudar na redução da ingestão de alimentos e tiveram fortes reações emocionais.
Bair <i>et al.</i> (2012)	Avaliar se existe associações entre a exposição à mídia focada na imagem, a insatisfação corporal, patologias alimentares e a internalização do ideal de magreza em mulheres universitárias.	421 mulheres universitárias com idade média de 19 anos	As mulheres completaram um auto relato mensurando a exposição à televisão e às mídias sociais, a leitura de revistas, sintomas de transtornos alimentares, preocupações alimentares e insatisfação corporal.	O uso da Internet e da televisão direcionadas para a aparência foi associado às patologias alimentares e a associação entre o uso da Internet focada na imagem e a insatisfação corporal foi mediada pela internalização do ideal de magreza.
Ferguson <i>et al.</i> (2014)	Investigar a influência da televisão, das mídias sociais e da competição entre semelhantes sobre a insatisfação corporal, sobre os sintomas de transtornos alimentares e sobre a satisfação com a vida em meninas adolescentes.	237 adolescentes e pré-adolescentes do sexo feminino de 10 a 17 anos	As adolescentes completaram questionários sobre insatisfação com a imagem corporal, sintomas de transtornos alimentares, depressão e ansiedade, satisfação com a vida, uso de mídias sociais e exposição à televisão.	Nem a exposição televisiva à um ideal magro nem as mídias sociais prognosticaram resultados negativos, com exceção de uma pequena correlação entre o uso das mídias sociais e a redução da satisfação com a vida.
Meier e Gray (2014)	Examinar a relação entre a imagem corporal e a atividade de meninas adolescentes na rede social Facebook.	103 adolescentes do sexo feminino de 12 a 18 anos	As adolescentes completaram questionários para avaliar o uso de recursos do Facebook, seu tempo total de uso, a insatisfação corporal, a internalização de um ideal de magreza, a auto-objetificação e a comparação online.	A exposição elevada às aparências online, mas não o uso geral do Facebook, foi significativamente correlacionada com a insatisfação da imagem corporal, com a necessidade de ser magra, com a internalização do ideal de magreza e com a auto-objetificação.

<p>Hummel e Smith (2015)</p>	<p>Investigar se certos tipos de conteúdo do Facebook (ou seja, atualizações de status, comentários) se relacionam com preocupações e atitudes alimentares conturbadas em estudantes.</p>	<p>184 estudantes (78% mulheres e 22% homens) com idade média de 18 anos</p>	<p>Os estudantes foram avaliados por aproximadamente 4 semanas para analisar os efeitos da busca e recebimento de feedback negativo via Facebook sobre as preocupações e atitudes alimentares conturbadas.</p>	<p>Indivíduos que receberam comentários negativos em resposta a suas atualizações de status pessoalmente reveladoras foram mais propensos a relatar atitudes e preocupações alimentares quatro semanas depois.</p>
<p>McLean <i>et al.</i> (2015)</p>	<p>Investigar a relação entre o uso de mídias sociais e suas atividades relacionadas especificamente à captura e ao compartilhamento de “selfies” com a supervalorização da forma e do peso, com a insatisfação corporal e com a restrição alimentar em meninas adolescentes.</p>	<p>101 adolescentes do sexo feminino com idade média de 13 anos</p>	<p>As adolescentes completaram questionários sobre o uso das mídias sociais relacionadas com o corpo e com preocupações alimentares.</p>	<p>As meninas que compartilhavam regularmente “selfies” nas redes sociais, em relação às que não compartilhavam, relataram uma maior supervalorização da forma e peso, insatisfação corporal, restrição alimentar e internalização do ideal de magreza.</p>
<p>Walker <i>et al.</i> (2015)</p>	<p>Analisar se a intensidade do uso do Facebook das mulheres em idade universitária, a comparação de aparência física online e a “fat talk” nas mídias sociais estão positivamente associadas com o seu comportamento alimentar transtornado.</p>	<p>128 estudantes mulheres em idade universitária (18 a 23 anos)</p>	<p>As estudantes completaram questionários online que mensuraram seu distúrbio alimentar, sua intensidade do uso do Facebook, comparações de aparência, “fat talk” online, depressão, ansiedade, perfeccionismo, impulsividade e auto eficácia.</p>	<p>Uma maior intensidade do uso do Facebook foi associada à diminuição de comportamentos alimentares desordenados, enquanto que tanto a comparação de aparência física quanto a “fat talk” online foram associadas a um aumento de comportamentos alimentares desordenados.</p>
<p>Howard <i>et al.</i> (2017)</p>	<p>Verificar diferenças raciais no uso de redes sociais e sua relação com a insatisfação corporal e com os distúrbios no comportamento alimentar em mulheres universitárias.</p>	<p>445 mulheres negras e 477 mulheres brancas de 18 a 30 anos</p>	<p>As mulheres completaram questionários online sobre a frequência de uso de redes sociais, a busca de conforto nas redes sociais, a insatisfação corporal e distúrbios no comportamento alimentar.</p>	<p>As mulheres negras relataram menos insatisfação corporal, menos distúrbios no comportamento alimentar e o uso menos frequente do Facebook do que as mulheres brancas. Foi verificado que em ambas as raças o uso frequente do Facebook foi associado a uma maior insatisfação corporal.</p>

Saunders e Eaton (2018)	Integrar e testar o modelo sociocultural de distúrbios no comportamento alimentar com teorias que explicam o impacto dos meios de comunicação de massa sobre o desenvolvimento de transtornos alimentares em jovens mulheres usuárias de três plataformas populares de redes sociais.	637 mulheres usuárias de redes sociais de 18 a 24 anos	As mulheres completaram questionários online sobre frequência de uso das redes sociais, comparações sociais, sintomas de patologias alimentares, insatisfação corporal e checagem corporal.	Os usuários de todas as plataformas demonstraram uma relação positiva entre comparações ascendentes e o comportamento alimentar transtornado e entre a checagem corporal e o comportamento alimentar transtornado, embora surgissem diferenças entre os modelos.
Zeeni <i>et al.</i> (2018)	Investigar atitudes associadas ao uso da mídia e de diferentes tecnologias e como se relacionam com o bem-estar físico e mental de estudantes universitários libaneses.	244 estudantes universitários libaneses (156 mulheres e 88 homens) de 18 a 21 anos	Os estudantes completaram um auto relato mensurando o uso de tecnologias, variáveis relacionadas à alimentação, traços de inteligência emocional e indicadores psicopatológicos.	O uso de mídias sociais foi associado com o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares, com a insatisfação da imagem corporal e com a construção de autocontrole da inteligência emocional.

Verifica-se que, dos dez artigos analisados, nove apresentaram evidências que apontam a influência das mídias sociais de uma forma negativa e direta sobre preocupações com relação ao corpo e/ou desordens no comportamento alimentar de jovens e adolescentes, em sua maioria do sexo feminino. A exposição *online* de imagens, como a maioria dos resultados revelam, causam um maior impacto negativo sobre esses aspectos (BAIR *et al.*, 2012; JETT; LAPORTE; WANCHISN, 2010; MCLEAN *et al.*, 2015; MEIER; GRAY, 2014; SAUNDERS; EATON, 2018; WALKER *et al.*, 2015).

Um estudo feito com adolescentes do sexo feminino demonstra que uma maior exposição a recursos do *Facebook* direcionados para a aparência está relacionada com um maior desejo de ser magra, com uma maior internalização do ideal de magreza e com uma maior auto-objetificação (MEIER; GRAY, 2014). Tais informações foram consistentes com outros dois estudos em que o compartilhamento regular das próprias fotos nas mídias sociais foi associado a uma maior supervalorização de forma e peso, insatisfação corporal e internalização do ideal de magreza em adolescentes e em que a frequente comparação de aparência

física *online* foi associada a índices mais elevados de transtornos alimentares em mulheres universitárias (MABE; FORNEY; KEEL, 2014; MCLEAN et al., 2015).

Meier e Gray (2014) também encontraram que o tempo de uso do *Facebook* não se correlacionou com distúrbios da imagem corporal, o que contradiz uma análise feita por Tiggemann e Miller (2010) sobre *sites* específicos em que revelou uma correlação particularmente forte entre o tempo gasto na rede social *Facebook* e variáveis de distúrbios da imagem corporal. Isso pode ser em parte devido à grande variedade de novos recursos na plataforma disponibilizados no intervalo de tempo entre os estudos, que também podem ser associados isoladamente com esses distúrbios em futuras pesquisas.

A teoria da auto-objetificação, segundo Fredrickson e Roberts (1997), postula que meninas e mulheres são habitualmente aculturadas para internalizar a perspectiva de outra pessoa como uma visão preliminar de seus corpos físicos. Essa perspectiva pode levar a uma contínua checagem corporal, que é definida por comportamentos recorrentes de autoavaliação do corpo, e também a quadros de ansiedade, depressão e transtornos alimentares (FERREIRA et al., 2013). Como já dito anteriormente, no estudo de Meier e Gray (2014), uma maior exposição a recursos do *Facebook* direcionados para a aparência foi correlacionada positivamente com a auto-objetificação, um padrão que foi encontrado anteriormente para a exposição às mídias tradicionais. A visão externa é expressamente apresentada na forma de “curtidas” e comentários em fotos no *Facebook*, inferindo que o compartilhamento de imagens pode intensificar o processo de auto-objetificação (AUBREY, 2006; MORRY; STASKA, 2001).

Um estudo encontrado examinou como certos tipos de comentários do *Facebook* se relacionam com preocupações e atitudes alimentares, concluindo que os usuários que receberam um alto número de comentários em seus “*status*” e escreveram coisas negativas sobre si foram mais propensos a relatar preocupações alimentares quatro semanas depois. Essa pesquisa teve como objetivo estender investigações feitas anteriormente em que analisaram a associação entre distúrbios no comportamento alimentar e a tendência de buscar avaliações sociais negativas (HUMMEL; SMITH, 2015; JOINER JR, 1999; SMITH; JAMES; JOINER JR, 2013). Apesar da pesquisa não investigar os impactos dos

comentários recebidos no processo de auto-objetificação, deduz-se que um alto número de comentários de caráter negativo que levaram os usuários a relatarem tais preocupações pode também ter intensificado esse processo.

Os dados de um estudo feito por Saunders e Eaton (2018) fornecem suporte empírico para análises citadas anteriormente ao examinarem influências entre comparações sociais e o processo de auto-objetificação sobre os distúrbios no comportamento alimentar, incluindo a investigação nas três plataformas de redes sociais *Facebook*, *Instagram* e *Snapchat*. A pesquisa integrou um modelo proposto por Perloff (2014), que salienta as consequências da predisposição de características individuais de vulnerabilidade, usos da mídia social e mediação de processos psicológicos na insatisfação corporal e nos transtornos alimentares, com a expansão de um modelo sociocultural de Fitzsimmons-Craft *et al.* (2014), em que identifica a checagem corporal e a comparação social como mediadores da relação entre a internalização do ideal de magreza e a insatisfação corporal. Os resultados foram consistentes com alguns estudos citados nos parágrafos anteriores, pois foi revelada uma possível correlação entre comparações sociais, auto-objetificação e o comportamento alimentar transtornado pelos usuários das três plataformas, inclusive do *Facebook*.

Foi destacado também, por McLean *et al.* (2015), o processo de edição digital da própria foto como um preditor de maiores preocupações relacionadas com o corpo e com a alimentação. O tratamento e a manipulação digital da fotografia com o objetivo de corrigir imperfeições e definir silhuetas pode “mascarar” a realidade, reforçando os ideais de beleza já estabelecidos pelas mídias. No estudo citado o modelo multivariado foi utilizado, o que ampliou análises estatísticas univariadas de Mabe, Forney e Keel (2014). A análise de McLean *et al.* (2015) contém certas limitações, como tamanho da amostra relativamente pequena de compartilhadores de “*selfies*”, além da inclusão de itens sobre atividades de compartilhamento das próprias fotos em mensagens de texto e *e-mails*, que normalmente não são tão amplamente públicos como as redes sociais. Essa foi a primeira pesquisa que examinou como as atividades de compartilhamento de fotos e tratamento de imagens associam-se com preocupações relativas ao corpo e à

alimentação e, em virtude disso, sugere-se a necessidade de futuros estudos com menos limitações para mais esclarecimentos.

Desse modo, observa-se que a proliferação de canais sociais traz maiores oportunidades de comparações com relação à aparência e de auto-objetificação, além de contribuir para a insatisfação corporal, para a internalização do ideal de magreza e para o surgimento de transtornos alimentares. Um dado interessante é que, dos artigos selecionados, três investigaram apenas a atividade na rede social *Facebook* e sua relação com a percepção da imagem corporal e atitudes alimentares conturbadas em jovens, posto que, nos Estados Unidos em 2012, 67% dos usuários da *internet* se mantiveram ativos nessa plataforma e os adultos mais jovens representaram o maior número de usuários da rede (DUGGAN; BRENNER, 2013).

Howard *et al.* (2017) utilizou uma amostra ampla e racialmente diversificada para verificar as diferenças raciais na frequência de uso das redes sociais *Facebook*, *Instagram* e *Twitter* e sua relação com a insatisfação corporal e distúrbios no comportamento alimentar em jovens mulheres. Os achados deste estudo vão ao encontro de uma pesquisa anterior feita por Smith, Hames e Joiner (2013) com mulheres universitárias, na qual concluiu que a busca de conforto e comentários de outras pessoas nas redes sociais mostrou-se associada com o surgimento de sintomas de transtornos alimentares predominantemente em mulheres brancas.

Na mesma análise, avaliou-se também as diferenças raciais referentes à insatisfação corporal e atitudes alimentares inadequadas, sem associá-las com o uso das redes sociais. Os resultados dessa investigação replicaram descobertas passadas onde observaram que jovens mulheres negras relataram menos insatisfação corporal e menos distúrbios no comportamento alimentar do que mulheres brancas (BOTTA, 2000; QUICK; BYRD-BREDBENNER, 2014; SCHOOLER *et al.*, 2004). Pode-se considerar que, segundo uma pesquisa feita por Duke (2000), as jovens negras não se interessam muito pelas imagens de beleza expostas nas revistas adolescentes, sendo mais críticas com relação aos padrões sociais estabelecidos e afirmando que os ideais de beleza eurocêntricos são culturalmente irrelevantes. Há a necessidade da realização de futuras pesquisas

adicionais que explorem a diferença entre mulheres negras e brancas com relação ao uso das redes sociais e a insatisfação corporal e distúrbios no comportamento alimentar, devido a ascensão da internet e de tais redes.

Jett, LaPorte e Wanchisn (2010) destacaram a associação entre a exposição a *sites* pró-transtornos alimentares e o surgimento de transtornos na conduta alimentar em mulheres universitárias. Foi revelado que 84% do grupo que foi exposto a esses *sites* reduziu a sua ingestão calórica de uma semana e que quase metade do grupo (44%) afirmou que pretendia utilizar as estratégias encontradas para o controle de peso. Os *sites* pró-ana (pró-anorexia) e pró-mia (pró-bulimia) são espaços que geralmente oferecem informações e sugestões sobre como perder peso, se exercitar e esconder os comportamentos alimentares inadequados de outras pessoas, além de expor imagens de celebridades, modelos e pessoas comuns extremamente magras (BORZEKOWSKI et al., 2010). Estes recursos estão disponíveis para qualquer pessoa que tenha conexão com a *internet*, o que pode desencadear gatilhos emocionais e sentimentos de tristeza, culpa, raiva e baixa autoestima em indivíduos mais sensíveis ao conteúdo.

Um outro aspecto importante a ser analisado é que, dos artigos selecionados, alguns examinaram a associação de covariáveis psicológicas com distúrbios no comportamento alimentar e com o uso das mídias sociais. No estudo de Walker *et al.* (2015) feito com mulheres universitárias que mantinham uma conta no *Facebook*, a correlação entre atitudes alimentares inadequadas, sintomas de depressão, ansiedade e um alto grau de perfeccionismo foi verificada, posto que a baixa autoestima e sintomas depressivos foram apontados como fatores preditivos do início das dietas e dos transtornos alimentares (LOTH et al., 2014).

O uso das mídias sociais também foi correlacionado com atitudes ansiosas, com o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares e com a insatisfação com a imagem corporal em estudantes (ZEENI et al., 2018). Além disso, a utilização de recursos do celular teve uma associação significativa com o estresse. Bilgrami et al. (2017), em uma revisão sistemática, também identificou efeitos do uso de tecnologias na saúde física e mental de adolescentes, como mudanças na composição do corpo, na qualidade de sono e comportamentos sexuais de risco. Desta forma, percebe-se que o uso de tecnologias pode afetar diretamente na

qualidade de vida dos jovens, trazendo outras consequências negativas de ordem psicológica que podem ou não estarem relacionadas com patologias alimentares.

Os resultados do estudo de Ferguson et al. (2014) demonstraram que o uso das mídias sociais não prognosticou resultados negativos sobre a insatisfação corporal e sintomas de transtornos alimentares em meninas adolescentes, contradizendo todos os outros estudos encontrados. Porém, a competição entre semelhantes foi correlacionado diretamente com problemas alimentares e com a insatisfação corporal e o uso das mídias sociais previu posteriormente essa competição, sugerindo possíveis efeitos indiretos para esse tipo de mídia. Além disso, o estudo também demonstrou que houve uma pequena relação entre o uso das mídias sociais e a redução da satisfação com a vida, inferindo que seu uso pode causar consequências negativas para saúde mental dos jovens, como visto nos estudos de Bilgrami *et al.* (2017) e Zeeni *et al.* (2018).

Ao analisar a relação entre o comer transtornado e comentários negativos *online* sobre o próprio corpo, Walker *et al.* (2015) utilizou a expressão “*fat talk*”, que foi introduzido pela primeira vez em meados da década de 1990. “*Fat talk*”, de acordo com Nichter e Vuckovic (1994), foi definida como sendo uma forma de discurso depreciativo ritualizado focalizado na forma e no peso que é realizada frequentemente por meninas e mulheres. Falar negativamente sobre seu próprio corpo é contagioso e prejudicial, uma vez que pode incentivar quem está ao redor a também falar mal do próprio corpo (SALK; ENGELN-MADDOX, 2012). Os autores, contudo, ao classificarem esse discurso depreciativo como sendo “papo gordo” (“*fat talk*” traduzido para o português), não estariam já sendo preconceituosos?

Com relação à população estudada nos artigos selecionados, apenas dois deles investigaram a influência das mídias sociais sobre percepções do corpo em jovens e adolescentes de ambos os sexos, porém as amostras do sexo masculino foram pequenas e estatisticamente insignificantes. Observa-se que há uma grande quantidade de estudos na literatura realizados apenas com amostra feminina sobre essa temática, visto que pesquisas ressaltam que jovens do sexo feminino apresentam maior insatisfação com a imagem corporal do que jovens do sexo masculino (GONÇALVES; MARTÍNEZ, 2014; LAUS; COSTA; ALMEIDA, 2009).

Além da amostra predominantemente feminina, a maioria dos estudos selecionados discutiram associações entre o uso de certos tipos de mídias sociais e o “comer transtornado”, o que é diferente dos transtornos alimentares propriamente ditos. Essa expressão é caracterizada por comportamentos alimentares restritivos e inadequados com o objetivo de emagrecer ou controlar o peso e estão associados com a insatisfação corporal (ADA, 2006; SLEVEC; TIGGEMANN, 2011). Considerando que esse modo de comer pode ser um precursor de comportamentos mais obsessivos e exaustivos, ou seja, de um transtorno alimentar propriamente dito, as pesquisas cujo abordam o assunto foram levados em consideração para a discussão da revisão (NEUMARK-SZTAINER, 2006). Todavia, os estudos que investigaram a associação entre o uso de mídias sociais e o surgimento de sintomas de transtornos alimentares não citaram tipos ou classificações, com exceção de uma análise feita sobre o impacto da exposição a sites pró-transtornos alimentares no comportamento alimentar de mulheres universitárias que mencionou que esses sites promovem e apoiam a bulimia e a anorexia nervosa (JETT; LAPORTE; WANCHISN, 2010).

Nota-se que há uma pequena quantidade de pesquisas realizadas no Brasil sobre a temática da presente revisão, dado que não foram recrutados indivíduos do país para análise em nenhum artigo encontrado. Foi encontrado na literatura um estudo de Lira *et al.* (2017) em que o uso das redes sociais foi associado com uma maior insatisfação com a imagem corporal em adolescentes brasileiras do sexo feminino e, em vista disso, há a necessidade da realização de mais estudos nacionais e com investigações mais detalhadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente estudo, constatou-se que as mídias sociais exercem uma influência significativa na percepção da imagem corporal de jovens e adolescentes, visto que a exibição e o compartilhamento de imagens *online* transmitindo um modelo ideal de beleza pode provocar comparações contínuas, comportamentos de checagem corporal e uma maior insatisfação com a aparência que, por sua vez, podem contribuir para o desenvolvimento dos transtornos alimentares. A facilidade de acesso aos *blogs*, *sites* e redes sociais também permite a disseminação de informações e de imagens reforçando os padrões de beleza para uma maior quantidade de pessoas.

É notória a associação entre o uso de certos tipos de mídias sociais e comportamentos alimentares inadequados que podem ser precursores de transtornos alimentares. Foi visto também que o uso de tecnologias pode estar relacionado com outros distúrbios de cunho psicológico, trazendo consequências ainda mais negativas para a saúde e para a vida do jovem.

Poucas pesquisas têm sido realizadas para identificar a associação entre o uso das mídias sociais e os transtornos alimentares propriamente ditos, o que dificultou uma análise mais detalhada que atingisse todos os objetivos propostos pelo presente estudo. Além disso, a amostra predominantemente feminina em todos os artigos encontrados impossibilitou uma investigação mais ampla sobre a temática envolvendo jovens do sexo masculino também, reforçando a necessidade da realização de mais pesquisas.

Considerando que os jovens e adolescentes estão mais susceptíveis às pressões socioculturais devido às mudanças intensas de caráter físico, psicológico e social, julga-se necessário que haja intervenções por profissionais da saúde nessa fase da vida, tais como nutricionistas, médicos e psicólogos, evitando possíveis problemas futuros de transtornos alimentares e visando o bem-estar físico e mental destes jovens.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Marcela. O Fenômeno do Culto ao Corpo Moderno e a Magreza como Símbolo de Beleza: estudo sobre o movimento “Pró-Ana” no Brasil. **VI Congresso Português de Sociologia**, Universidade Nova de Lisboa, p. 1-10. 2008.

AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION. Position of the American Dietetic Association: Nutrition intervention in the treatment of anorexia nervosa, bulimia nervosa, and other eating disorders. **J. Am. Diet. Assoc.**, v. 106, n. 12, p. 2073, 2006.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2014.

AUBREY, Jennifer Stevens. Exposure to sexually objectifying media and body self-perceptions among college women: An examination of the selective exposure hypothesis and the role of moderating variables. **Sex Roles**, v. 55, n. 3-4, p. 159-172, 2006.

BAIR, C. E. et al. Does the Internet function like magazines? An exploration of image-focused media, eating pathology, and body dissatisfaction. **Eat. Behav.**, v. 13, n. 4, p. 398-401, 2012.

BILGRAMI, Zaid et al. Health implications of new-age technologies: a systematic review. **Minerva Pediatr.**, v. 69, n. 4, p. 348-367, 2017.

BORZEKOWSKI, D. L. G. et al. e-Ana and e-Mia: A content analysis of pro-eating disorder web sites. **Am. J. Public Health**, v. 100, n. 8, p. 1526-1534, 2010.

BOTTA, R. A. The mirror of television: A comparison of Black and White adolescents' body image. **J. Commun.**, v. 50, n. 3, p. 144-159, 2000.

CARVALHO, P. H. B. **Adaptação e avaliação do modelo teórico de influência dos três fatores de imagem corporal para jovens brasileiros**. 2016. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2016.

CASTRO, J. M.; GOLDSTEIN, S. J. Eating attitudes and behaviors of pre-and postpubertal females: clues to the etiology of eating disorders. **Physiol. Behav.**, v. 58, n. 1, p. 15-23, 1995.

DUGGAN, Maeve; BRENNER, Joanna. The demographics of social media users - 2012. **Pew Research Center**, New York, p 1-14, 2013.

DUKE, Lisa. Black in a blonde world: Race and girls' interpretations of the feminine ideal in teen magazines. **Journal. Mass Commun. Q.**, v. 77, n. 2, p. 367-392, 2000.

ERBERT, Tamara Carla. **Anorexia e bulimia nervosas: blogs e casos reais**. São Paulo: Marco Zero, 2005.

FERGUSON, C. J. et al. Concurrent and prospective analyses of peer, television and social media influences on body dissatisfaction, eating disorder symptoms and life satisfaction in adolescent girls. **J. Youth Adolesc.**, v. 43, n. 1, p. 1-14, 2014.

FERREIRA, Maria Elisa Caputo et al. Checagem corporal, atitude alimentar inadequada e insatisfação com a imagem corporal de jovens universitários. **J. Bras. Psiquiatr.**, 2013.

FESTINGER, Leon. A theory of social comparison processes. **Human Relations**, v. 7, n. 2, p. 117-140, 1954.

FITZSIMMONS-CRAFT, E. E. et al. Examining an elaborated sociocultural model of disordered eating among college women: The roles of social comparison and body surveillance. **Body Image**, v. 11, n. 4, p. 488-500, 2014.

FREDRICKSON, B. L.; ROBERTS, T. Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. **Psychol. Women Q.**, v. 21, n. 2, p. 173-206, 1997.

FROIS, Erica; MOREIRA, Jacqueline; STENGEL, Márcia. Mídias e imagem corporal na adolescência: o corpo em discussão. **Psicol. Estud.**, Maringá, v. 16, n. 1, p. 71-77, jan./mar. 2011.

GONÇALVES, V. O.; MARTÍNEZ, J. P. Imagem corporal de adolescentes: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia. **Rev. Comun. & Inf.**, Goiânia, v. 17, n. 2, p. 136-156, jul./dez. 2014.

HERCOWITZ, Andrea. Transtornos alimentares na adolescência. **Pediatr. Mod.**, v. 51, n. 7, 2015.

HOWARD, L. M. et al. Is use of social networking sites associated with young women's body dissatisfaction and disordered eating? A look at Black-White racial differences. **Body Image**, v. 23, p. 109-113, 2017.

HUMMEL, A. C.; SMITH, A. R. Ask and you shall receive: Desire and receipt of feedback via Facebook predicts disordered eating concerns. **Int. J. Eat. Disord.**, v. 48, n. 4, p. 436-442, 2015.

JETT, S.; LAPORTE, D. J.; WANCHISN, J. Impact of exposure to pro-eating disorder websites on eating behaviour in college women. **Eur. Eat. Disord. Rev.**, v. 18, n. 5, p. 410-416, 2010.

JOINER JR, T. E. Self-verification and bulimic symptoms: Do bulimic women play a role in perpetuating their own dissatisfaction and symptoms?. **Int. J. Eat. Disord.**, v. 26, n. 2, p. 145-151, 1999.

KIM, J. W.; CHOCK, T. M. Body image 2.0: Associations between social grooming on Facebook and body image concerns. **Comput. Human Behav.**, v. 48, p. 331-339, 2015.

LAUS, M. F.; COSTA, T. M. B.; ALMEIDA, S. S. Distorção da imagem corporal em adolescentes: um estudo de comparação entre dois instrumentos. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 42, n.3, p.35-365, 2009.

LIRA, Ariana Galhardi et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **J. Bras. Psiquiatr.**, v. 66, n. 3, p. 164-71, 2017.

LOFRANO-PRADO, M. C. et al. Obesidade e transtornos alimentares: a coexistência de comportamentos alimentares extremos em adolescentes. **ConScientiae Saúde**, v. 10, n. 3, p. 579–585, 2011.

LOTH, K. A. et al. Predictors of dieting and disordered eating behaviors from adolescence to young adulthood. **J. Adolesc. Health**, v. 55, n. 5, p. 705-712, 2014.

MABE, A. G.; FORNEY, K. J.; KEEL, P. K. Do you “like” my photo? Facebook use maintains eating disorder risk. **Int. J. Eat. Disord.**, v. 47, n. 5, p. 516-523, 2014.

MCLEAN, S. A. et al. Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. **Int. J. Eat. Disord.**, v. 48, n. 8, p. 1132-1140, 2015.

MEIER, E. P.; GRAY, J. Facebook photo activity associated with body image disturbance in adolescent girls. **Cyberpsychol. Behav. Soc. Netw.**, v. 17, n. 4, p. 199-206, 2014.

MORRY, M. M.; STASKA, S. L. Magazine exposure: Internalization, self-objectification, eating attitudes, and body satisfaction in male and female university students. **Can. J. Behav. Sci.**, v. 33, n. 4, p. 269, 2001.

NEUMARK-SZTAINER, Dianne et al. Obesity, disordered eating, and eating disorders in a longitudinal study of adolescents: how do dieters fare 5 years later?. **J. Am. Diet. Assoc.**, v. 106, n. 4, p. 559-568, 2006.

NICHTER, M.; VUCKOVIC, N. Fat Talk: Body Image among Adolescent Girls. **Many mirrors: Body Image and social relations**, Rutgers, NJ: Nicole Sault, 1994.

PERLOFF, R. M. Social media effects on young women’s body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. **Sex Roles**, v. 71, n. 11-12, p. 363-377, 2014.

QUICK, V. M.; BYRD-BREDBENNER, C. Disordered eating, socio-cultural media influencers, body image, and psychological factors among a racially/ethnically diverse population of college women. **Eat. Behav.**, v. 15, n. 1, p. 37-41, 2014.

RIBEIRO, R. G.; SILVA, K. S.; KRUSE, M. H. L. O corpo ideal: a pedagogia da mídia. **Rev. Gaúcha Enferm.**, v. 30, n. 1, p. 71-76, 2009.

SALK, Rachel Hannah; ENGELN-MADDOX, Renee. Fat talk among college women is both contagious and harmful. **Sex Roles**, v. 66, n. 9-10, p. 636-645, 2012.

SAUNDERS, J. F.; EATON, A. A. Snaps, Selfies, and Shares: How Three Popular Social Media Platforms Contribute to the Sociocultural Model of Disordered Eating Among Young Women. **Cyberpsychol. Behav. Soc. Netw.**, v. 21, n. 6, p. 343-354, 2018.

SCHILDER, P.; WERTMAN R. **A Imagem do Corpo: as energias construtivas da psique**. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

SCHOOLER, Deborah et al. Who's that girl: Television's role in the body image development of young white and black women. **Psychol. Women Q.**, v. 28, n. 1, p. 38-47, 2004.

SLEVEC, Julie Helen; TIGGEMANN, Marika. Predictors of body dissatisfaction and disordered eating in middle-aged women. **Clin. Psychol. Rev.**, v. 31, n. 4, p. 515-524, 2011.

SMITH, A. R.; HAMES, J. L.; JOINER JR, T. E. Status update: Maladaptive Facebook usage predicts increases in body dissatisfaction and bulimic symptoms. **J. Affect. Disord.**, v. 149, n. 1-3, p. 235-240, 2013.

THOMPSON, J. K.; VAN DEN BERG, P. Measuring body image attitudes among adolescents and adults. In: CASH, T. F.; PRUZINSKY, T. (Org.). **Body image: a handbook of theory, research, & clinical practice**. New York: The Guilford Press, 2002.

TIGGEMANN, Marika; MILLER, Jessica. The Internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. **Sex roles**, v. 63, n. 1-2, p. 79-90, 2010.

TIGGEMANN, Marika; ZACCARDO, Mia. 'Strong is the new skinny': A content analysis of fitspiration images on Instagram. **J. Health Psychol.**, v. 23, n. 8, p. 1003-1011, 2018.

WALKER, Morgan et al. Facebook use and disordered eating in college-aged women. **J. Adolesc. Health**, v. 57, n. 2, p. 157-163, 2015.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Nutrition in adolescence - issues and challenges for the health sector: issues in adolescent health and development**. Geneva: World Health Organization, 2005.

ZEENI, Nadine et al. Media, Technology Use, and Attitudes: Associations With Physical and Mental Well-Being in Youth With Implications for Evidence-Based Practice. **Worldviews Evid. Based Nurs.**, v. 15, n. 4, p. 304-312, 2018.