

INFLUÊNCIA DA MÍDIA NA PERCEPÇÃO DO PADRÃO DE BELEZA DE ADOLESCENTES DO SEXO FEMININO: UM ESTUDO DE REVISÃO.

Camilla de Almeida Januário
Rayanna Nathen Silva
Fernanda Nascimento Hermes,
Douglas Roberto Guimarães

RESUMO

A imagem corporal (IC), se refere à maneira como uma pessoa percebe seu próprio corpo exerce um impacto significativo na vivência e percepção corporal. Os transtornos alimentares têm causas complexas, com a busca pelo "corpo perfeito" influenciada por mudanças físicas, traumas, ansiedade, depressão, problemas familiares, pressão estética, padrões de beleza e a busca por um corpo ideal. Essa vulnerabilidade é mais evidente no sexo feminino, devido à intensa exposição a padrões de beleza promovidos pelos meios de comunicação, agravando a relação das jovens com seus corpos. O objetivo do estudo foi realizar uma revisão da literatura para analisar a influência e o impacto das redes sociais na insatisfação corporal de adolescentes do sexo feminino. Este estudo é uma revisão narrativa que incluiu uma busca nas bases de dados PubMed, Google Acadêmico e Scielo. Foram selecionados artigos escritos em português e inglês publicados nos últimos cinco anos (2019-2023). Foram encontrados 225 artigos nas bases de dados, após aplicação dos critérios de exclusão restaram 7 artigos para análise. Todos os artigos analisados mostraram uma relação negativa entre o uso das redes sociais na insatisfação corporal de meninas. A exposição excessiva às redes sociais pode aumentar a insatisfação corporal, uma vez que o conteúdo compartilhado por outros usuários frequentemente cria uma ilusão de corpos e hábitos "perfeitos." Esses comportamentos e ideais podem desencadear ansiedade, depressão e transtornos alimentares entre os indivíduos. O impacto negativo das redes sociais na imagem corporal das adolescentes do sexo feminino é uma preocupação significativa que requer maior atenção e conscientização, bem como estratégias para promover uma relação mais saudável com seus corpos e autoimagem.

Palavras-chave: Insatisfação corporal. Rede Sociais. Imagem Corporal.

1 INTRODUÇÃO

A insatisfação corporal envolve sentimentos negativos em relação ao próprio corpo e pode se manifestar de várias maneiras, desde um nível de preocupação com aparência até distúrbios mais graves, como dismorfia corporal ou transtornos alimentares. A percepção da imagem corporal pode sofrer influência de fatores, como crenças, cultura e mídia (CASTRO, MAGAJEWSKI, LIN; 2017)

A insatisfação corporal foi observada como o maior fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares, principalmente na adolescência (STICE; MARTI; DURANT, 2011). Os transtornos alimentares (TA) são doenças psiquiátricas caracterizadas por alterações graves do comportamento alimentar e que afetam, na sua maioria, adolescentes e adultos jovens do sexo feminino, podendo originar prejuízos biológicos, psicológicos e

aumento da morbidade e mortalidade (COSTA DO CARMO, C. et al.,2014). Segundo a The Eating Disorders Foundation, os transtornos alimentares são condições complicadas, devastadoras e às vezes fatais que podem ter sérias implicações na saúde de alguém.

Pesquisas sobre a percepção corporal vem ganhando notoriedade, visto que a insatisfação tem início principalmente na infância e adolescência e que, frequentemente, essa insatisfação é considerada fator de risco para o desenvolvimento de humor depressivo, baixa autoestima, desenvolvimento de transtornos alimentares (TAs) e desejo suicida (ZAINAB, AHMAD, 2021; SANTOS, POLL, MOLZ, 2016 APUD BUTANI, BIOLCHI,2022).

A mídia exerce uma forte influência nas decisões relacionadas à autopercepção, padrões de beleza e comportamentos dos adolescentes, visto que o crescente uso de telas promove um maior contato com “corpos perfeitos” aos olhos das redes sociais, artistas e influenciadores digitais, por exemplo (SILVA, 2018). Ademais, a forma com que as mídias sociais incentivam e inspiram a busca pelo corpo perfeito, seguir dietas, desafios e modismos alimentares, colocam em risco a saúde emocional, física e o estado nutricional de leigos que querem alcançar o corpo “ideal”.

Estatísticas da rede social Instagram® (2019) mostram que, mensalmente 1 bilhão de indivíduos se mantêm ativos e diariamente mais de 500 milhões de histórias são publicadas, além de ser uma ferramenta mercadológica e de marketing, onde é possível impulsionar vendas e conteúdo de publicidade, atraindo um número de seguidores consideravelmente alto (FERNANDES, 2019). Portanto, nota-se que dentre esse número, é possível considerar a existência de muitos adolescentes conectados e alienados à influência radicalista das mídias sociais, na busca permanente de um corpo perfeito.

A maior predisposição a transtornos alimentares somados ao impacto da mídia social leva à insatisfação corporal, sendo um dos problemas de maior prevalência entre a população jovem. Estudos mostram que entre os universitários, aqueles que eram usuários de mídias sociais possuíam maior insatisfação corporal e maiores escores para o desenvolvimento de transtornos alimentares, depressão, ansiedade e estresse, e que esse efeito era proporcional ao tempo de uso (FERNANDES, 2019).

A relação entre a insatisfação corporal promovida pelas redes sociais e os transtornos alimentares, vem da obsessão pela imagem e pelo peso que são refletidos em restrição alimentar, muitas vezes severa, para a manutenção de um corpo magro. Além disso, pode ocorrer atitudes purgativas, seja através do uso de medicamentos que provocam vômitos ou pelo uso de laxantes, tudo isso visando o emagrecimento (IZYDORCZYK et al., 2020).

Diante disso, tendo em vista a vulnerabilidade psíquica marcante no período da adolescência, a exposição ao padrão estético vigente pela mídia e seu potencial de desencadeamento de TA's, este trabalho tem o objetivo de revisar a literatura sobre as evidências do uso de mídias sociais com a insatisfação corporal e como esses fatores colaboram para a ocorrência de TA's em adolescentes do sexo feminino.

2 METODOLOGIA

Realizou-se uma revisão narrativa para compreender o impacto das redes sociais na imagem corporal de adolescentes do sexo feminino, tendo por base a pergunta norteadora: Qual é a influência das redes sociais na insatisfação corporal de adolescentes do sexo feminino?

Para responder à questão norteadora foram realizadas buscas por artigos científicos nas bases de dados PubMed, Scielo e Google Acadêmico, utilizando os descritores em Ciência da Saúde (DeCS): “Adolescent”/”Adolescente”; “Social Networking”/”Rede Social”; “Body Dissatisfaction”/”Insatisfação Corporal”, utilizando os operadores booleanos “AND” e “OR”. Foram incluídos artigos em português e inglês com um período de busca definido para os últimos 5 anos (2019 a 2023).

Os estudos revisados foram selecionados de acordo com os seguintes critérios de inclusão: 1) Adolescentes e Jovens adultos entre 10 à 24 anos, conforme a classificação da Organização Mundial da Saúde (2007) 2) Sexo feminino; 3) Que tratam sobre a imagem corporal e avaliam o impacto da mídia sobre esse desfecho; 4) Não ser estudo de revisão (sistemática, integrativa, narrativa).

A seleção dos estudos passou pelas seguintes etapas: inicialmente, as palavras-chave foram inseridas, e um filtro de busca foi aplicado, limitando-se aos últimos 5 anos. Nesse ponto, os títulos e resumos foram avaliados, resultando na exclusão de artigos que não foram enquadrados nos critérios de inclusão. Posteriormente, os artigos selecionados foram minuciosamente examinados na íntegra para identificar possíveis critérios de inclusão e eliminar duplicatas; por último, os dados relevantes, como nomes dos autores, objetivos, número de participantes, anos de publicação e os principais resultados foram registrados em planilhas do Microsoft Excel®

3 RESULTADOS

Inicialmente, foram identificados um total de 225 artigos que se mostravam potencialmente relevantes para a investigação. Dentre esses, 115 artigos foram localizados na base de dados PubMed, 109 estavam disponíveis no Google Acadêmico, e somente 1 na base do Scielo. Posteriormente, procedeu-se à triagem dos artigos com base em critérios de relevância estabelecidos nos critérios de inclusão, com foco na análise dos títulos e resumos. Como resultado desse processo de triagem, foram selecionados um total de 7 artigos provenientes da base de dados PubMed, enquanto nenhum artigo do Google Acadêmico e do Scielo atendeu aos critérios de inclusão dados para esta pesquisa. Portanto, apenas 7 artigos foram incluídos nesta revisão.

Esses estudos finais selecionados para a análise, originários da base de dados do PubMed, foram executadas em instituições no exterior. Destes, 3 eram de abordagem transversal, enquanto 2 deles desenvolveu uma perspectiva longitudinal para a investigação. Adicionalmente, 2 estudos seguiram uma abordagem qualitativa na sua pesquisa.

A relação entre as redes sociais e a insatisfação corporal foi avaliada em alguns estudos através de métodos estimativos como: Body Shape Questionnaire (BSQ), o procedimento proposto por Tiggemann e McGill (2004), três escalas visuais analógicas (VAS), Escala de Perfeccionismo da Aparência Física (PAPS; Yang & Stoeber, 2012), Teste de Atitudes Alimentares-26, Teste de Investigação Bulímica de Edimburgo e Escala de Autoavaliação de Depressão para Crianças.

Três estudos foram conduzidos para investigar a relação entre a insatisfação corporal e o uso da rede social Instagram®, uma plataforma extremamente popular a nível internacional, especialmente entre jovens adultos com idades compreendidas entre os 18 e os 34 anos, com mais de dois mil milhões de utilizadores ativos mensalmente (STATISTA, 2023). Um artigo avaliou esta relação através da rede social Facebook®, enquanto os outros três estudos não se concentraram em uma rede social específica.

Apenas um estudo relacionou o impacto das mídias sociais no desenvolvimento de transtornos alimentares (TA's). A análise dos estudos indica consistentemente que o uso de mídias sociais está associado a uma redução na autoestima e a um aumento moderado dos sintomas depressivos.

Tabela 1. Descrição dos objetivos e principais resultados dos estudos selecionados na revisão bibliográfica

Autor (ano)	Objetivos e amostra	Resultados	Tipo de estudo
Baker, Ferszt, Breines (2019)	O objetivo do estudo foi explorar como as estudantes universitárias usam o Instagram e se o uso da rede social afeta a imagem corporal; 27 jovens de 18 a 22 anos de idade.	Dentro da subamostra, 19% relataram insatisfação com questões de imagem corporal. As preocupações mais comuns dos participantes eram não ser suficientemente magro, não ser suficientemente atraente e sentir-se insatisfeito com a forma do corpo, cabelo e rosto. Aqueles que seguiam celebridades acessavam as redes sociais com mais frequência e eram mais propensos a ter sintomas depressivos e ansiedade social (medo de ser julgado na internet e dificuldade de interação nas redes)	Qualitativo
Charmaraman, <i>et al</i> (2021)	Examinar os poderosos efeitos socializadores das mídias em rede nos primeiros adolescentes, quando o uso das mídias sociais, a autoconsciência corporal e as comparações sociais estão no auge; 700 adolescentes de 11 a 14 anos de idade.	As preocupações mais comuns dos participantes do estudo em relação à imagem corporal incluíam não ser suficientemente magro, não ser suficientemente atraente e sentir-se insatisfeito com a forma do corpo, cabelo e rosto.	Transversal
McComb, Mills (2021)	O estudo investigou se as mulheres jovens se sentiam mais influenciadas pela comparação de suas aparências com imagens idealizadas nas redes sociais quando são perfeccionistas em relação à sua própria aparência. Além disso, examinou se a forma como essas mulheres lidam cognitivamente com essas comparações influencia a relação entre perfeccionismo na aparência e a forma como se sentem sobre seus corpos.; 142 estudantes de 17 a 25 anos de idade.	Comparações de aparência induzidas experimentalmente com imagens corporais idealizadas no Instagram resultaram em diminuições na confiança do estado da imagem corporal e aumentos na insatisfação com o peso e na insatisfação com a aparência em uma amostra de mulheres jovens.	Transversal
Scully, Espadas, Nixon (2021)	Explorar os relatos dos participantes sobre comparações sociais com alvos femininos próximos (amigos, familiares) e distantes (celebridades). AMOSTRA	O tempo online, gasto em comparações nas mídias sociais está relacionado à insatisfação corporal, e essa relação é parcialmente explicada pela internalização do ideal de magreza.	Transversal

Papageorgiou , Fisher , Cruz (2022)	Como as imagens sexualizadas dos corpos femininos, normalmente encontradas nas redes sociais, podem influenciar a saúde mental das meninas adolescentes, de forma positiva e/ou negativa; 24 meninas de 14 a 17 anos de idade.	Os participantes identificaram a imagem corporal como uma grande preocupação, relatando comparações negativas de aparência ao visualizar imagens nas redes sociais. . As comparações também influenciaram os esforços das adolescentes para mudar a sua aparência e procurar validação nas redes sociais.	Qualitativo
Hosokawa , <i>et al</i> (2023)	Analisar a relação entre o uso de mídias sociais e transtornos alimentares, focando na influência das mídias sociais na busca pela magreza em adolescentes do sexo feminino; 161 adolescentes de 12 a 15 anos de idade.	A frequência de seguir relatos das mídias sociais relacionados à magreza foi significativamente maior no grupo BD (insatisfação corporal) do que no grupo sem BD ($\chi^2 (1) = 7,76, p = 0,005$). A associação entre BD (insatisfação corporal) e seguimento de relatos de SM (Mídias sociais) focados em magreza foi a mais importante (OR ajustado = 3,82; IC 95%: 1,05-13,89).	Longitudinal
Prichard, Taylor, Tiggeman (2023)	Avaliar o impacto da exposição a imagens de influenciadoras do sexo feminino, comparando com adolescentes portadoras dos transtornos de autoimagens, sendo como causa principal, a mídia social; 210 jovens de 17 a 25 anos de idade.	Comparar imagens de influenciadores e imagens sexualizadas nas redes sociais resultou em maior humor negativo, insatisfação corporal e auto objetificação, em comparação com imagens de controle ou moda padrão.	Longitudinal

Scully , Swords , Nixon (2021) em estudo que investigou as comparações sociais com alvos femininos proximais (por exemplo, amigos próximos e familiares) e mais distais (por exemplo, celebridades) constataram que a insatisfação corporal foi significativamente relacionada com o tempo gasto em comparações sociais e a comparações sociais ascendentes com vários alvos femininos enquanto estava online.

Comb , Mills (2021) encontrou que as comparações experimentais de aparência com as imagens corporais idealizadas presentes no Instagram® provocaram uma diminuição na confiança no estado emocional das participantes, bem como um aumento significativo na insatisfação com o próprio peso e na insatisfação com a própria aparência física em uma amostra de mulheres jovens.

O estudo de Prichard , Taylor , Tiggemann (2023) investigou o efeito da exposição a imagens de influenciadoras femininas vestidas com roupas de moda ou roupas sensuais no

humor negativo e na insatisfação corporal de mulheres, comparando com um grupo de controle exposto a produtos de moda. O estudo concluiu que as imagens de influenciadoras levaram a maior humor negativo, insatisfação corporal, auto objetificação e comparação de aparência do que imagens de controle. Além disso, as imagens sexualizadas tiveram um impacto ainda mais negativo. Esses resultados ressaltam a necessidade de regulamentação na publicidade de influenciadores para combater a insatisfação corporal e a comparação de aparência entre as mulheres.

Baker , Ferszt , Breines (2019) realizaram um estudo sobre o uso do Instagram® por estudantes universitárias e seu impacto na imagem corporal. O estudo destacou três temas principais relacionados à imagem corporal: a pressão para atender aos padrões de beleza, a constante comparação com outras pessoas e a preocupação com a percepção do público. Os participantes deram grande importância às postagens, buscaram se adequar a padrões de beleza e frequentemente compararam sua aparência e interações online com outros usuários. Eles também se preocuparam com a forma como eram percebidos pelo público ao compartilhar fotos no Instagram®.

Um estudo conduzido por Charmaraman, et al (2021) analisou o impacto das redes sociais na insatisfação corporal. Descobriu-se que 19% dos participantes relataram insatisfação com sua imagem corporal, com preocupações comuns relacionadas a ser magro o suficiente, atraente o suficiente e insatisfeito com a forma do corpo, cabelo e rosto. Aqueles que relataram insatisfação corporal devido às redes sociais tendiam a verificar suas contas com mais frequência e apresentavam sintomas depressivos, ansiedade social online, dificuldade em fazer novos amigos e isolamento social. Além disso, aqueles que seguiam celebridades nas redes sociais também verificavam suas contas com mais frequência e tinham maior probabilidade de apresentar sintomas depressivos e ansiedade social online, que é quando o indivíduo apresenta sentimentos de nervosismo, medo de ser julgado ou excluído online e desconforto ao interagir com outras pessoas através das redes sociais.

Papageorgiou, Fisher, Cross (2022) conduziram um estudo em que entrevistaram meninas sobre o impacto das imagens de celebridades publicamente disponíveis no Instagram®. Os participantes identificaram a imagem corporal como uma grande preocupação e relataram fazer comparações negativas de aparência ao visualizar essas imagens nas redes sociais.

Hosokawa, et al (2023) conduziram um estudo sobre a relação entre o uso de mídias sociais e a insatisfação corporal em meninas do ensino fundamental. Os resultados mostraram

uma associação significativa entre o uso de mídias sociais e a insatisfação corporal nessa amostra de participantes.

4 DISCUSSÃO:

Ao examinar o objetivo do estudo, o qual pretende investigar como as mídias sociais podem afetar a formação da imagem corporal de adolescentes, especificamente do gênero feminino, e as consequências que possivelmente estão relacionados a esse processo, como a insatisfação da imagem corporal e o risco para transtornos alimentares, observe-se, diante dos resultados, que as mídias sociais têm uma capacidade de exercer influência sobre a autoimagem das adolescentes.

A insatisfação corporal em meninas adolescentes está relacionada a atividades nas redes sociais, em particular, o tempo gasto fazendo comparações sociais, especialmente com celebridades femininas, amigos próximos, colegas e familiares. Comparar-se desfavoravelmente com amigos próximos foi especialmente prejudicial para a imagem corporal. O tempo gasto em atividades relacionadas à aparência em redes sociais, como no Facebook®, não teve uma relação direta com a insatisfação corporal, mas esse efeito foi indireto, mediado pelas comparações sociais frequentes e pela internalização do ideal de magreza. Portanto, as atividades no Facebook® que envolvem avaliações de imagens pessoais e de outras pessoas estão associadas a comparações sociais mais frequentes, o que, por sua vez, está relacionado à insatisfação corporal, e essa relação é mediada pela internalização do ideal magro (Scully, Espadas, Nixon; 2021).

Somados a isso, no estudo de Charmaraman, et al. (2021) apontaram que a quantidade de tempo que os participantes passavam online tinha, de fato, um impacto na insatisfação com seus corpos. Os resultados da análise de covariância indicaram que aqueles que relataram insatisfação corporal associada às redes sociais eram mais propensos a usar essas plataformas com maior frequência. Além disso, esse grupo apresentava uma maior incidência de sintomas depressivos, ansiedade social online e encontrava dificuldades em estabelecer novas amizades.

O Instagram® foi responsável por gerar uma categoria inovadora de figuras públicas, conhecidas como "Influenciadores". Esses são indivíduos proeminentes que estabeleceram uma notoriedade significativa nas redes sociais, atraindo uma ampla gama de seguidores, cujo alcance varia de milhares a milhões. Com frequência, eles atuam como defensores e promotores de produtos, marcas e estilos de vida, desempenhando um papel importante no campo do

marketing digital e na promoção de empresas. A exposição a imagens de influenciadores está associada a uma maior insatisfação corporal, humor negativo, auto objetificação e comparação de aparência em comparação com a visualização de imagens de controle. Além disso, imagens sexualizadas também demonstraram ter um impacto prejudicial semelhante (PRICHARD , TAYLOR , TIGGEMANN; 2023).

No estudo de Comb , Mills (2021) , diz a maneira como alguém lida ou avalia cognitivamente a discrepância percebida entre a própria imagem e o ideal desejado, seja de maneira adaptativa ou não, determina os níveis resultantes de insatisfação e confiança em relação ao peso e à aparência. Além disso, os resultados indicam que existem diferenças individuais na forma como as comparações sociais negativas são enfrentadas cognitivamente, e alguns indivíduos são mais suscetíveis aos efeitos negativos dessas comparações, especialmente aqueles com altos níveis de perfeccionismo na aparência física. Esses resultados apoiam o modelo cognitivo de insatisfação corporal, que sugere que traços de personalidade, como o perfeccionismo, e eventos desencadeadores influenciam o processamento cognitivo e os diálogos internos desse evento, que, por sua vez, afetam as emoções relacionadas à imagem corporal.

Os participantes do estudo de Papageorgiou Fisher, Cross (2022), destacaram a imagem corporal como uma grande preocupação no contexto das redes sociais para as adolescentes do sexo feminino, especialmente no que diz respeito ao uso do Instagram. Eles observaram que as garotas adolescentes se sentiam inseguras e envergonhadas em relação à sua aparência ao utilizar essa plataforma. Além disso, essa preocupação com a imagem corporal foi relacionada à influência negativa nas questões de saúde mental.

Um estudo de Hosokawa, et al (2023) feito no Japão mostrou que no grupo com Transtorno de Compulsão Alimentar (BD), houve uma frequência significativamente maior de acompanhamento de conteúdo de mídias sociais relacionado à magreza em comparação com o grupo sem BD. A associação entre o Transtorno de Compulsão Alimentar e o acompanhamento de conteúdo de mídias sociais focado na magreza foi o fator mais relevante.

Portanto, os estudos achados sustentam a hipótese de que a mídia, juntamente com a insatisfação corporal e as consequências físicas e psicológicas estão interconectadas entre jovens do sexo feminino.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Considerando os aspectos apresentados no estudo, constatou-se a influência da mídia na formação da imagem corporal dos adolescentes. Este tópico configura-se como socialmente relevante, uma vez que a mídia, em especial as redes sociais, tem ocupado um espaço crescente na vida dos adolescentes.

As redes sociais desempenham uma grande influência na insatisfação corporal e podem contribuir para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Elas exercem uma influência poderosa ao moldar a forma como os indivíduos percebem seus corpos. As mídias sociais frequentemente propagam representações da sociedade que supervalorizam ideais de beleza e aplicam rótulos em relação ao corpo humano, o que, por sua vez, tem um impacto na insatisfação corporal das pessoas.

Portanto, a partir do levantamento bibliográfico, compreendeu-se que a insatisfação corporal é um tema importante a ser discutido, uma vez que pode afetar diretamente a saúde mental e comprometer o dia a dia. Assim, visto que a mídia exerce uma influência negativa sobre os jovens adultos, especialmente do sexo feminino, é relevante destacar a importância de refletir sobre a exposição a conteúdos presentes nas mídias sociais. Torna-se evidente a necessidade de intervenções por parte de profissionais que visem promover o bem-estar físico e mental das adolescentes afetadas por esse fenômeno. Além disso, é crucial ressaltar que este estudo não acaba com a complexidade da temática em questão. Logo, é necessário explorar mais a fundo esse tema, ampliando a reflexão e disponibilizando informações adicionais para o público adolescente e para aqueles que se relacionam com esses jovens.

REFERÊNCIAS

Baker N, Ferszt G, Breines JG. A Qualitative Study Exploring Female College Students' Instagram Use and Body Image. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2019 Apr;22(4):277-282. doi: 10.1089/cyber.2018.0420. Epub 2019 Mar 11. PMID: 30855190.

Biolchi , A. M. R., & Bruch-Bertani, J. P. (2022). Relação entre o risco de transtorno alimentar com o estado nutricional e insatisfação corporal de adolescentes. *RBONE - Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento*, 16(100), 137-146. Recuperado de <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1965>

Castro, C.B.; Magajewski, F.; Lin, J. Atitudes alimentares e autopercepção da imagem corporal em bailarinas do município de Tubarão -Santa Catarina. Vol. 46. Num. 1. 2017. p. 33-42.

Charmaraman L, Richer AM, Liu C, Lynch AD, Moreno MA. Early Adolescent Social Media-Related Body Dissatisfaction: Associations with Depressive Symptoms, Social Anxiety, Peers, and Celebrities. *J Dev Behav Pediatr*. 2021 Jun-Jul 01;42(5):401-407. doi: 10.1097/DBP.0000000000000911. PMID: 33507043; PMCID: PMC8196598.

Costa do Carmo C, et al. Transtornos Alimentares: uma revisão dos aspectos etiológicos e das principais complicações clínicas. Disponível em: <[https://fi-admin.bvsalud.org/document/view/49zgc#:~:text=Os%20transtornos%20alimentares%20\(TA\)%20s%C3%A3o,aumento%20da%20morbidade%20e%20mortalidade.](https://fi-admin.bvsalud.org/document/view/49zgc#:~:text=Os%20transtornos%20alimentares%20(TA)%20s%C3%A3o,aumento%20da%20morbidade%20e%20mortalidade.)>. Acesso em: 3 set. 2023.

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. 94 f. Monografia (Graduação em Nutrição) - Escola de Nutrição, Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2019.

Hosokawa R, Kawabe K, Nakachi K, Soga J, Horiuchi F, Ueno SI. Effects of social media on body dissatisfaction in junior high school girls in Japan. *Eat Behav.* 2023 Jan; 48:101685. doi: 10.1016/j.eatbeh.2022.101685. Epub 2022 Nov 23. PMID: 36512901.

Leite ALP, et al. Impacto das mídias sociais sobre a insatisfação corporal e as práticas alimentares. repositorio.animaeducacao.com.br, 21 jun. 2022.

Lopes PA, Trajano LAN da SN. Influência da mídia nos Transtornos Alimentares em adolescentes: Revisão de literatura. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 1, p. e20910111649, 8 jan. 2021.

McComb SE, Mills JS. Young women's body image following upwards comparison to Instagram models: The role of physical appearance perfectionism and cognitive emotion regulation. *Body Image.* 2021 Sep; 38:49-62. doi: 10.1016/j.bodyim.2021.03.012. Epub 2021 Mar 30. PMID: 33798801.

Papageorgiou A, Fisher C, Cross D. "Why don't I look like her?" How adolescent girls view social media and its connection to body image. *BMC Womens Health.* 2022 Jun 27;22(1):261. doi: 10.1186/s12905-022-01845-4. PMID: 35761231; PMCID: PMC9238066.

SILVA, G. L. Influência da mídia sobre o comportamento alimentar de universitários. *Repositório Digital UFPE.* v. 23. n. 75. p. 1-78, 2018.

STICE, Eric; MARTI, C. Nathan; DURANT, Shelley. Risk factors for onset of eating disorders: Evidence of multiple risk pathways from an 8-year prospective study. *Behaviour Research And Therapy, Amsterdã*, v. 49, n. 10, p. 622-627, out. 2011. Disponível em: . Acesso em: 14 nov. 2023.

Zainab, W.; Ahmad, S. Body Image and Disturbed Eating Attitudes among Adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research.* Vol. 36. Num. 3. 2021. p. 413-430