



GEANE CORRÊA DE OLIVEIRA

**TRANSTORNOS ALIMENTARES, INSATISFAÇÃO CORPORAL E O USO DAS
REDES SOCIAIS**

Itaperuna

2022

GEANE CORRÊA DE OLIVEIRA

**TRANSTORNOS ALIMENTARES, INSATISFAÇÃO CORPORAL E O USO DAS
REDES SOCIAIS**

Trabalho de Conclusão de curso,
apresentado como requisito parcial
para a obtenção do título de
Bacharel em Nutrição ao Centro
Universitário UniRedentor Afya.

Orientadora: Prof^a. Sandra Tavares da Silva

Itaperuna

2022

FOLHA DE APROVAÇÃO

Autor (a) (es): GEANE CORRÊA DE OLIVEIRA

Título: TRANSTORNOS ALIMENTARES, INSATISFAÇÃO CORPORAL E USO DAS REDES SOCIAIS.

Natureza: Trabalho de Conclusão de Curso

Objetivo: Título de Bacharel em Nutrição

Instituição: Centro Universitário UniRedentor Afya

Área de Concentração: Nutrição

Aprovada em: ____/____/____

Banca Examinadora:

Profª.
Instituição:

Profª.
Instituição:

Profª. Sandra Tavares da Silva (Orientadora)
Instituição: Faculdade UniRedentor/Afya – Itaperuna- RJ

Dedico este trabalho primeiramente a Deus, que sempre foi a minha força e o grande orientador dessa minha jornada e aos meus pais, que ao longo da minha caminhada zelaram pelo meu bem-estar e educação.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por conduzir a minha jornada, pela força para seguir em frente todas as vezes em que pensei que não seria capaz, pela coragem e determinação para concluir este tão sonhado curso.

Agradeço com muito amor aos meus pais, pelo amparo em minha caminhada, por estarem comigo nos momentos mais difíceis, pela educação que me deram e por sempre me colocarem em suas orações.

As demais pessoas importantes em minha vida, que me incentivaram a confiar no meu potencial e acalmaram o meu coração quando as coisas não iam bem, todo o meu amor e gratidão.

Agradeço também ao meu colega de faculdade Eduardo Sanches, pela amizade e parceria que construímos, por toda ajuda diante a correria do dia a dia, foram muitos desafios vencidos que hoje nos fazem dar boas risadas.

Agradeço minha professora e orientadora Sandra Tavares, pela paciência e dedicação na construção deste trabalho, por exercer tão bem sua profissão e nos gerar tamanha admiração pela pessoa e profissional que é. Foi uma honra tê-la ao meu lado.

E por fim, agradeço ao curso de Nutrição da UniRedentor Afya, a todos os professores que contribuíram para minha formação acadêmica e ao meu querido professor e coordenador Vagner Simonin, por incontáveis as vezes que me deu suporte e não soltou a minha mão. Admiração, respeito e muito orgulho em tê-lo como profissional e amigo na minha vida.

RESUMO

Introdução: A influência das redes sociais desperta preocupação excessiva com o físico corporal, contribuindo de forma expressiva para o desenvolvimento de transtornos alimentares, manifestados, inicialmente, na insatisfação corporal. Por meio das redes sociais são expostos modelos e atitudes com o intuito de se obter o sucesso e a perfeição e, ao mesmo tempo, aqueles que não escolhem os mesmos caminhos automaticamente são colocados como fora do padrão estabelecido pela *internet* e pela sociedade, se tornando mais favorável a desenvolver insatisfação corporal. Assim, o objetivo deste trabalho foi relacionar o tempo de tela à insatisfação corporal em adultos. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal, sendo incluídos indivíduos adultos, de ambos os sexos. Foi enviado um formulário digital do *Google Forms* para os participantes por meio das plataformas sociais *Instagram* e *Whatsapp*. Foram utilizados também os instrumentos *Body Shape Questionnaire (BSQ)* na versão português, sendo sua classificação dividida em quatro níveis de insatisfação, sendo considerado insatisfação grave a pontuação acima de 168, e o *Internet Addiction Test (IAT)* na versão português, podendo classificar o indivíduo em três níveis, sendo considerado usuário de adição, ou seja, que possuem problemas significativos com o uso da *internet*, aqueles que obtiveram pontuação acima de 70. Os dados foram avaliados no programa SPSS 21.0 e a correlação de Spearman. **Resultados:** Participaram do presente estudo 139 indivíduos, com idade média de 28,31 anos (DP=7,54), maioria mulheres, com ensino superior incompleto ou completo. A maioria foi classificado como eutrófico ou sobrepeso. A maioria diz que utiliza *Instagram* e *Facebook* para lazer, com tempo de 15 a 30 min. A maioria disse não ter *Twitter*, mas dentre os que o utilizam, boa parte permanece cerca de 15 a 30 min nesta mídia. Quanto ao uso de *internet*, a maioria foi classificado como usuário mediano da *internet*. Ao avaliar a satisfação corporal, a maioria não apresenta insatisfação corporal. Observamos que os valores do BSQ aumentam com os valores do IAT, indicando aumento do risco de insatisfação e de desenvolvimento de transtornos alimentares quando mais utilizador da *internet*. **Conclusão:** A pesquisa demonstrou que o tempo nas redes sociais pode interferir negativamente na satisfação corporal e conseqüentemente aumentar o risco de transtornos alimentares.

Palavras-chave: Mídias sociais; comportamento; adulto.

ABSTRACT

Introduction: The influence of social networks arouses excessive concern with the body physical, contributing significantly to the development of eating disorders, initially manifested in body dissatisfaction. Through social networks are exposed models and attitudes in order to achieve success and perfection and, at the same time, those who do not choose the same paths are automatically placed as outside the standard established by the Internet and society, becoming more favorable to develop body dissatisfaction. Thus, the objective of this study was to relate screen time to body dissatisfaction in adults. **Methods:** This is a cross-sectional study, including adult individuals of both sexes. A digital form of Google Forms was sent to participants through social platforms Instagram and Whatsapp. The Body Shape Questionnaire (BSQ) instruments were also used in version Portuguese, and their classification was divided into four levels of dissatisfaction, being considered severe dissatisfaction the score above 168, and the Internet Addiction Test (IAT) in version Portuguese, being able to classify the individual into three levels, being considered a user of addition, that is, who have significant problems with the use of the Internet, those who scored above 70. The data were evaluated in the SPSS 21.0 program and spearman's correlation. **Results:** The present study included 139 individuals, with a mean age of 28.31 years (SD=7.54), mostly women, with incomplete or complete higher education. Most were classified as eutrophic or overweight. Most say they use Instagram and Facebook for leisure, with a time of 15 to 30 minutes. Most said they don't have Twitter, but among those who use it, much of it remains about 15 to 30 min in this media. As for internet use, most were classified as the average user of the Internet. When assessing body satisfaction, most do not have body dissatisfaction. We observed that BSQ values increase with The IAT values, indicating increased risk of dissatisfaction and development of eating disorders when more internet users. **Conclusion:** The research demonstrated that time on social networks can negatively interfere with body satisfaction and consequently increase the risk of eating disorders.

Keywords: Social media; behaviour; adult.

SUMÁRIO

RESUMO.....	7
ABSTRACT.....	8
1.INTRODUÇÃO.....	9
2.MATERIAIS E MÉTODOS	9
3.RESULTADO	11
4. DISCUSSÃO.....	15
5.CONCLUSÃO.....	16
6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	17
7.ANEXOS.....	21



Revista Interdisciplinar do Pensamento Científico. ISSN: 2446-6778
Nº X, volume X, artigo nº X, ---/--- 2017
D.O.I: <http://dx.doi.org/10.20951/2446-6778/vXnXaX>

TRANSTORNOS ALIMENTARES, INSATISFAÇÃO CORPORAL E O USO DAS REDES SOCIAIS

Geane Corrêa de Oliveira¹

Graduanda em Nutrição. UniRedentor/Afya, Itaperuna, RJ.

Sandra Tavares da Silva²

Nutricionista. Mestre em Ciência da Nutrição. Docente UniRedentor/Afya, Itaperuna, RJ.

Resumo

A influência das redes sociais desperta preocupação excessiva com o físico corporal, contribuindo de forma expressiva para o desenvolvimento de transtornos alimentares, manifestados, inicialmente, na insatisfação corporal. Por meio das redes sociais são expostos modelos e atitudes com o intuito de se obter o sucesso e a perfeição e, ao mesmo tempo, aqueles que não escolhem os mesmos caminhos automaticamente são colocados como fora do padrão estabelecido pela *internet* e pela sociedade, se tornando mais favorável a desenvolver insatisfação corporal. Assim, o objetivo deste trabalho foi relacionar o tempo de tela à insatisfação corporal em adultos. Trata-se de um estudo transversal, sendo incluídos indivíduos adultos, de ambos os sexos. Foi enviado um formulário digital do *Google Forms* para os participantes por meio das plataformas sociais *Instagram* e *Whatsapp*. Foram utilizados também os instrumentos *Body Shape Questionnaire* (BSQ) na versão português, sendo sua classificação dividida em quatro níveis de insatisfação, sendo considerado insatisfação grave a pontuação acima de 168, e o *Internet Addiction Test* (IAT) na versão português, podendo classificar o indivíduo em três níveis, sendo considerado usuário de adição, ou seja, que possuem problemas significativos com o uso da *internet*, aqueles que obtiveram pontuação acima de 70. Os dados foram avaliados no programa SPSS 21.0 e a correlação de Spearman. Participaram do presente estudo 139 indivíduos, com idade média de 28,31 anos (DP=7,54), maioria mulheres, com ensino superior incompleto ou completo. A maioria foi classificado como eutrófico ou sobrepeso. A maioria diz que utiliza *Instagram* e *Facebook* para lazer, com tempo de 15 a 30 min. A maioria disse não ter *Twitter*, mas dentre os que o utilizam, boa parte permanece cerca de 15 a 30 min nesta mídia. Quanto ao uso de *internet*, a maioria foi classificado como usuário mediano da *internet*. Ao avaliar a satisfação

corporal, a maioria não apresenta insatisfação corporal. Observamos que os valores do BSQ aumentam com os valores do IAT, indicando aumento do risco de insatisfação e de desenvolvimento de transtornos alimentares quando mais utilizador da *internet*. A pesquisa demonstrou que o tempo nas redes sociais pode interferir negativamente na satisfação corporal e consequentemente aumentar o risco de transtornos alimentares.

Palavras-chave: Mídias sociais; comportamento; adulto.

Abstract

The influence of social networks arouses excessive concern with the body physical, contributing significantly to the development of eating disorders, initially manifested in body dissatisfaction. Through social networks are exposed models and attitudes in order to achieve success and perfection and, at the same time, those who do not choose the same paths are automatically placed as outside the standard established by the Internet and society, becoming more favorable to develop body dissatisfaction. Thus, the objective of this study was to relate screen time to body dissatisfaction in adults. This is a cross-sectional study, including adult individuals of both sexes. A digital form of Google Forms was sent to participants through social platforms Instagram and Whatsapp. The Body Shape Questionnaire (BSQ) instruments were also used in version Portuguese, and their classification was divided into four levels of dissatisfaction, being considered severe dissatisfaction the score above 168, and the Internet Addiction Test (IAT) in version Portuguese, being able to classify the individual into three levels, being considered a user of addition, that is, who have significant problems with the use of the Internet, those who scored above 70. The data were evaluated in the SPSS 21.0 program and spearman's correlation. The present study included 139 individuals, with a mean age of 28.31 years (SD=7.54), mostly women, with incomplete or complete higher education. Most were classified as eutrophic or overweight. Most say they use Instagram and Facebook for leisure, with a time of 15 to 30 minutes. Most said they don't have Twitter, but among those who use it, much of it remains about 15 to 30 min in this media. As for internet use, most were classified as the average user of the Internet. When assessing body satisfaction, most do not have body dissatisfaction. We observed that BSQ values increase with The IAT values, indicating increased risk of dissatisfaction and development of eating disorders when more internet users. The research demonstrated that time on social networks can negatively interfere with body satisfaction and consequently increase the risk of eating disorders.

Keywords: Social media; behaviour; adult.

1. INTRODUÇÃO

A influência das redes sociais desperta preocupação excessiva com o físico corporal, contribuindo de forma expressiva para o desenvolvimento de transtornos alimentares, sobretudo em situações onde há medo excessivo de engordar, o que reflete atitudes extremas em relação à alimentação e exercícios físicos para se encaixar dentro dos padrões estipulado pela mídia e pela sociedade (OLIVEIRA *et al.*, 2010).

Os tipos de conteúdo expressados pelos meios de comunicação podem interferir diretamente nas escolhas dos indivíduos, e conseqüentemente, podem afetar sua saúde física e mental, visto que ao mesmo tempo onde são exibidos corpos magros como padrão de beleza, também são estimulados a prática de alimentação e postagens de alimentos, onde informações no que se refere à nutrição e alimentação saudável são desvirtuadas, reforçando hábitos alimentares duvidosos (TIGGEMANN *et al.*, 2018).

Através das redes sociais são seguidos modelos e atitudes com o intuito de se obter o sucesso e a perfeição e, ao mesmo tempo, aqueles que não escolhem os mesmos caminhos automaticamente estão fora do padrão estabelecido pela internet e pela sociedade, se tornando mais favorável a desenvolver insatisfação corporal e como consequência, uma alteração no comportamento alimentar que pode estimular o desenvolvimento de algum tipo de transtorno, inclusive o transtorno alimentar (IZYDORCZYK *et al.*, 2020).

Os TA mais comuns são a Anorexia Nervosa (AN) e Bulimia Nervosa (BN), ambas apresentam diversas causas que são relacionadas a fatores psíquicos, biológicos, sociais e familiares (HERCOWITZ, 2015). Entende-se que os transtornos são de origem multifatorial e diante os fatores que induzem o aparecimento destes, existem alguns específicos como: risco de sobrepeso/obesidade, dietas restritas e traços de personalidade. Ademais, podem sofrer influências familiares e fatores socioculturais, como a exigência de padrões de beleza pelas mídias (MORGAN, 2014).

Essa promoção da imagem corporal negativa incentiva os indivíduos a começarem uma luta interminável e considerando os possíveis problemas à saúde citados no presente estudo, o intuito dessa pesquisa foi analisar a influência das redes sociais na insatisfação corporal e nos transtornos alimentares.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, realizado no mês de Agosto com auxílio de um questionário virtual, de autopreenchimento, por meio de celular, *tablet* ou

computador com acesso à *internet*. A pesquisa foi norteada com base na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012), que abrange os aspectos éticos envolvidos nas pesquisas com seres humanos e foi submetido à avaliação do comitê de ética por meio da Plataforma Brasil e aprovado (CAAE: 48619521.1.0000.5648).

Foram incluídos indivíduos adultos, de 18 a 59 anos, 11 meses e 29 dias, de ambos os sexos. Não foram incluídos questionários incompletos.

O roteiro de pesquisa foi construído e inserido na plataforma gratuita *Google Forms*, a qual armazenou os dados da análise, e foi disponibilizado por meio de um convite com link de acesso por meio de *WhatsApp*, e-mail e redes sociais *Facebook* e *Instagram*. A primeira página foi constituída pelo Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), informando os objetivos e métodos da pesquisa e ao final as alternativas “aceito” e “não aceito” participar. A inclusão dos indivíduos foi realizada após a concordância em participar do presente estudo.

Após a aceitação do participante, o mesmo foi direcionado a um roteiro de perguntas para identificação, como nome, idade, sexo, anos de escolaridade e profissão.

Os participantes tiveram seu estado nutricional avaliado por meio das respostas de peso corporal e estatura, para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e classificação, segundo a fórmula peso (kg) multiplicado pela altura (m) elevada ao quadrado: IMC menor que 18,5 kg/m² – baixo peso, IMC maior ou igual 18,5 e menor que 25 kg/m² - Eutrófico, IMC maior ou igual 25kg/m² e menor que 30kg/m²- Sobrepeso, IMC maior ou igual 30kg/m²- Obesidade, segundo proposta do SISVAN (BRASIL, 2015).

O participante respondeu um roteiro sobre a média de uso diário das mídias sociais (*Facebook*, *Instagram* e *Twitter*).

O participante também respondeu o questionário *Body Shape Questionnaire* (BSQ), na versão português, constituído por 34 questões fechadas relacionadas a sua aparência nas últimas quatro semanas com seis opções que equivaleram a pontos, como “nunca” (1 ponto), “raramente” (2 pontos), “às vezes” (3 pontos), “frequentemente” (4), “muito frequentemente” (5), “sempre” (6). A classificação dos resultados do BSQ foi dividida em quatro níveis de insatisfação corporal. A pontuação inferior a 110 indica ausência de insatisfação; entre 111 e 138, insatisfação leve; entre 139 e 167, insatisfação moderada; e pontuação igual ou acima de 168 indica grave insatisfação corporal, sendo que o valor máximo a ser obtido era de 204 pontos. Vale ressaltar que essa classificação foi proposta por Cooper et al., os mesmos criadores desse instrumento. Essa escala foi adaptada para a uso na população brasileira, com alfa de Cronbach de 0,97–(DI PIETRO, 2009).

Por fim, também foi aplicado o questionário *Internet Addiction Test* (IAT), na versão português, que avaliou os episódios do uso desequilibrado ou patológico da internet dos participantes. A avaliação consistiu em 20 itens classificados em escalas na qual a pontuação variou em escalas de 1 a 5, sendo 1 definido como “raramente” e 5 como “sempre”. A pontuação total desse questionário variou de 20 a 100 pontos, sendo que foi possível classificar o indivíduo em: usuário mediano, que tem controle completo sobre seu uso (20 a 39 pontos); usuário problemático, que tem problemas ocasionais (40 a 69 pontos) e usuário com adição, que tem problemas significativos por causa do uso da Internet (70 a 100 pontos) (CONTI, 2012; YOUNG, 1998).

Os dados foram coletados por um único pesquisador e tabulados em planilha de excel para elaboração de tabelas, gráficos e figuras. Os dados foram apresentados em médias, seguidos de desvio-padrão (DP). O comportamento das variáveis numéricas foi avaliado pelo teste de Kolmogorov Smirnov, determinando o uso de testes não paramétricos. As análises estatísticas foram realizadas pelo programa SPSS 26.0, considerando $p < 0,05$.

3. RESULTADOS

Participaram do presente estudo 139 indivíduos, com idade média de 28,31 anos (DP=7,54), a maioria mulheres, com ensino superior incompleto ou completo (Tabela 1). O IMC médio foi de 26,55 Kg/m² (DP=5,70), sendo a maioria classificado como eutrófico ou sobrepeso. A maioria diz que utiliza *Instagram* para lazer. A maior parte dos participantes utiliza o *Facebook* para lazer, boa parte no tempo de 15 a 30 min, e não o utiliza no trabalho. A maioria disse não ter *Twitter*, mas dentre os que o utilizam, boa parte permanece cerca de 15 a 30 min nesta mídia. A pontuação média do IAT foi de 37,96 (DP=12,81) e a maioria foi classificado como usuário mediano da *internet*.

No presente estudo observamos que os usuários de mídias sociais, especialmente *Instagram*, possuíam maior insatisfação corporal e conseqüentemente maior risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares.

Tabela 01 – Sexo, escolaridade, estado nutricional, uso de redes sociais, tempo de tela nas diversas mídias e classificação do *Internet Addiction Test* de adultos participantes do estudo. 2022.

Parâmetros	Número absoluto	Frequência (%)
- Sexo		
Feminino	86	61,9

Masculino	52	37,4
Outros	01	0,7
- Escolaridade		
Ensino fundamental incompleto	01	0,7
Ensino fundamental completo	05	3,6
Ensino médio incompleto	05	3,6
Ensino médio completo	45	32,4
Ensino superior incompleto	37	26,6
Ensino superior completo	46	33,1
- Estado nutricional		
Baixo peso	7	5,0
Eutrófico	54	38,8
Sobrepeso	48	34,5
Obesidade	30	21,6
- Uso das redes sociais		
Utiliza Instagram		
Sim	135	97,1
Não	4	2,9
Utiliza Facebook		
Sim	90	64,7
Não	49	35,3
Utiliza Twitter		
Sim	48	34,5
Não	91	65,5
- Tempo de tela		
Instagram-Lazer		
15 a 30 minutos	18	12,9
30 a 45 minutos	18	12,9
45 a 60 minutos	19	13,7
1 a 2 horas	28	20,1
2 a 3 horas	22	15,8
Acima de 3 horas	30	21,6
Não faz uso	4	2,9
Instagram- Trabalho		
15 a 30 minutos	21	15,1
30 a 45 minutos	6	4,3
45 a 60 minutos	9	6,5
1 a 2 horas	9	6,5
2 a 3 horas	3	2,2
Acima de 3 horas	8	5,8
Não faz uso	83	59,7

Facebook- Lazer		
15 a 30 minutos	38	27,3
30 a 45 minutos	14	10,1
45 a 60 minutos	18	12,9
1 a 2 horas	8	5,8
2 a 3 horas	5	3,6
Acima de 3 horas	5	3,6
Não faz uso	51	36,7
Facebook- Trabalho		
15 a 30 minutos	10	7,2
30 a 45 minutos	7	5,1
45 a 60 minutos	5	3,6
1 a 2 horas	6	4,3
2 a 3 horas	3	2,1
Acima de 3 horas	4	2,9
Não faz isso	104	74,8
Twitter-Lazer		
15 a 30 minutos	23	16,5
30 a 45 minutos	7	5,0
45 a 60 minutos	8	5,8
1 a 2 horas	4	2,9
2 a 3 horas	3	2,2
Acima de 3	2	1,4
Não faz uso	92	66,2
Twitter-Trabalho		
15 a 30 minutos	3	2,2
30 a 45 minutos	1	0,7
45 a 60 minutos	2	1,5
1 a 2 horas	1	0,7
2 a 3 horas	1	0,7
Acima de 3 horas	1	0,7
Não faz uso	130	93,5
- Classificação IAT		
Usuário com adição	3	2,2
Usuário mediano	94	67,6
Usuário problemático	42	30,2

Fonte: autores

Quanto a satisfação corporal, a maioria foi classificada com ausência de insatisfação corporal (Figura 1).

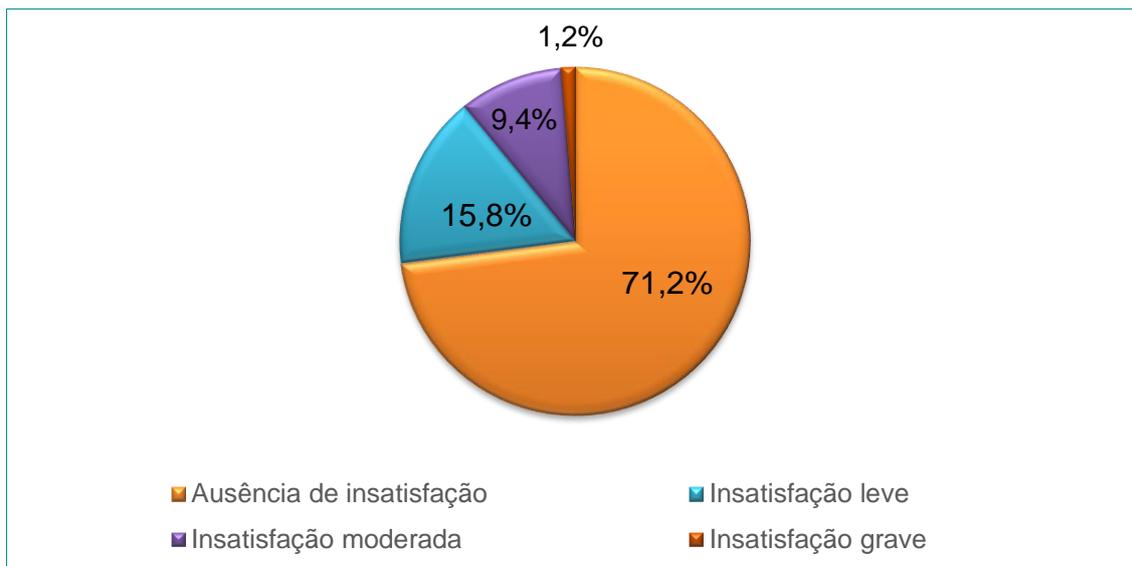


Figura 1. Classificação de insatisfação corporal em adultos, avaliado pelo *Body Shape Questionnaire* (BSQ) (2022).

Fonte: autores

Tabela 02. Relação entre a Insatisfação Corporal, avaliada pelo *Body Shape Questionnaire* (BSQ) e o Tempo de tela, avaliado pelo *Internet Addiction Test* (IAT), entre adultos. 2022

Classificação BSQ	Classificação IAT		
	Usuário Mediano	Usuário problemático	Usuário com adição
Ausência de insatisfação	77	22	0
Insatisfação leve	12	09	01
Insatisfação moderada	03	08	02
Insatisfação grave	02	03	0

Fonte: autores

Não foi possível avaliar a relação com o teste qui-quadrado. Porém, ao analisarmos as correlações, observamos que os valores de IAT se elevam com os valores de BSQ e que os valores de BSQ se elevam com a elevação do IMC.

Tabela 03 – Correlação de Pearson (r_p) entre os valores de IMC, BSQ e IAT entre adultos. 2022.

		IMC	BSQ	IAT
IAT	R_p	0,78	0,418**	1,00
	p	0,363	0,000	-
BSQ	R_p	0,386**	1,00	0,418**
	p	0,000	-	0,000

** $p < 0,01$.

Fonte: autores

4. DISCUSSÃO

As redes sociais possuem uma grande preponderância sob a insatisfação corporal, visto que são propagadas imagens de caráter normativo, que ressaltam através de conteúdos, de forma individual, um padrão pré-definido de corpo ideal (VASCONCELOS *ll.*, 2004).

Segundo Tiggermann *et al* (2018), os tipos de conteúdo expressados pelos meios de comunicação podem interferir diretamente nas escolhas dos indivíduos, e conseqüentemente, podem afetar sua saúde física e mental, visto que ao mesmo tempo onde são exibidos corpos magros como padrão de beleza, também são estimulados à prática de alimentação e postagens de alimentos, onde informações no que se refere à nutrição e alimentação saudável são desvirtuadas, reforçando hábitos alimentares duvidosos.

Com o aumento do acesso às mídias sociais, se estabelecem cada vez mais padrões de beleza com corpos considerados ideais, dessa forma, a insatisfação corporal juntamente com os transtornos alimentares cresce de forma significativa, principalmente em indivíduos com obesidade e do sexo feminino (KRISTJÁNSDÓTTIR *et al.*, 2019; LAUS, 2009)

A adoção de práticas alimentares e redução de peso corporal de forma inadequada são prevalentes no público feminino com obesidade, conforme observado nos estudos. Essas práticas são manifestadas devido a insatisfação que possuem com seu próprio corpo que pode constituir importante sintoma dos transtornos alimentares (VALE, 2011)

Holland e Tiggermann (2016) observaram em uma revisão sistemática a consequência das mídias sociais na imagem corporal e nos transtornos alimentares. O

estudo relacionou maior tempo na utilização do *Facebook*, garantia ideal de padrão corporal e comparações de imagens à diminuição da satisfação corporal. (TIGGEMANN e MILLER, 2010; TIGGEMANN e SLATER, 2013; TIGGEMANN e SLATER, 2014).

Em relação ao estado nutricional, outros estudos também mostraram que os indivíduos com excesso de peso tendem a apresentar maior prevalência de insatisfação corporal e transtornos alimentares, o que pode estar relacionado com a baixa autoestima e com a cobrança de fatores externos como as mídias sociais (KAKESHITA, 2006; DE QUADROS, 2010; GONÇALVES, 2008), SOUSA, *et al.*, 2016), assim como observamos na correlação positiva entre os valores de IMC e BSQ, no presente estudo.

Um estudo realizado por Pepin e Endresz (2015) com 300 jovens (idade entre 18-25 anos) na Austrália, avaliou a relação do maior tempo de uso de Facebook pelos jovens com a pressão em perder peso e mudar a imagem corporal. Além disso, também correlacionaram o uso do Instagram com a insatisfação corporal.

Em um estudo que avaliou a relação entre o uso do *Instagram* e a autoestima também foi verificado um grande impacto no consumo atrativo e na influência de marketing pelas redes sociais (WIDJANTA, 2018).

No entanto, Kim e Chock (2015), analisaram em seu estudo com jovens (idade entre 18-25 anos) que o tempo gasto nas redes sociais não possuía relação com a insatisfação corporal, porém, observaram significativamente as comparações das imagens corporais com outros perfis relacionados a magreza.

As informações a respeito dos impactos da mídia social sobre transtornos alimentares ainda são escassas, entretanto, o autor Galmiche *et al* (2019), realizou uma revisão sistemática no qual foi constatado que a prevalência de transtornos alimentares aumentou de 3,5% no período de 2000-2006 para 7,8% no período de 2013-2018, o que nos leva a considerar um grave problema de saúde pública.

5. CONCLUSÃO

Observou-se na presente pesquisa que quanto maior o tempo de tela, maior o grau de insatisfação corporal e o risco para transtornos alimentares em adultos, sendo ainda mais prevalente esta relação em indivíduos classificados com obesidade e sobrepeso e do sexo feminino.

Sugere-se que estudos futuros com adultos sejam realizados para maior correlação do impacto das mídias sociais na satisfação corporal e no possível desenvolvimento de transtornos alimentares, visto que pesquisas atuais se limitam apenas a estudos referentes à adolescentes.

6 . REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVARENGA M, Dunker KLL. Padrão no comportamento alimentar na anorexia e bulimia nervosas. In: Philippi S, Alvarenga M. **Transtornos alimentares: uma visão nutricional**. São Paulo: Editora Manole; 2003. p.131-48.

ALVARENGA M.S, Abordagens no Transtorno Alimentar – Anorexia, Bulimia, Compulsão Alimentar Não Especificado. In: TRECCO, Sônia. **Educação alimentar e nutricional: da teoria à prática**. Vila Mariana, SP: Roca, 2017, p. 193-199.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5**: manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. 992p.

APARICIO-MARTINEZ, Pilar et al. Social media, thin-ideal, body dissatisfaction and disordered eating attitudes: An exploratory analysis. **International journal of environmental research and public health**, v. 16, n. 21, p. 4177, 2019. Disponível em: Acesso em: 12 março 2022

AZEVEDO, A. P.; Santos, C. C.; Fonseca, D. C. Transtorno da Compulsão Alimentar Periódica. **Revista de Psiquiatria Clínica**. Vol.31. Núm. 4. 2004. p.170-172

BOZZA, Thais Cristina Leite et al. **O uso da tecnologia nos tempos atuais: análise de programas de intervenção escolar na prevenção e redução da agressão virtual**. 2016

BUSSE, Salvador de Rosis (org). **Anorexia, Bulimia e Obesidade**. Barueri, SP: Manole, 2004, 366 p.

CONTI, Maria Aparecida et al. Avaliação da equivalência semântica e consistência interna de uma versão em português do Internet Addiction Test (IAT). **Archives of Clinical Psychiatry**, v. 39, n. 3, p. 106-110, 2012.

COPETTI, Aline Vieira Sá; QUIROGA, Carolina Villanova. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 10, n. 2, p. 161-177, 2018. Disponível em: . Acesso em: 10 abril 2022.

CLAUDINO, Angélica de Medeiros; ZANELLA, Maria Tereza. **Transtornos Alimentares e Obesidade**: Guias de Medicina Ambulatorial e Hospitalar. Barueri: Manole Ltda, 2004. 322 p

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008. 440 p

DAMASCENO, Vinícius Oliveira et al. Imagem corporal e corpo ideal. **Revista brasileira de ciência e movimento**, v. 14, n. 2, p. 81-94, 2008.

DI PIETRO, M.; SILVEIRA, D.X. **Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students**. Rev. Bras. Psiquiatr. São Paulo, v. 31, n. 1, p. 21-24, Mar. 2009;

DUARTE, Cristiana et al. Normative body dissatisfaction and eating psychopathology in teenage girls: the impact of inflexible eating rules. **Eating and Weight Disorders Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 21, n. 1, p. 41-48, 2016. Disponível em: . Acesso em: 25 set. 2020

DURNIN JGVA, Womersley J. Body fat assessed from total body density and its estimation from skinfold thickness: **measurements on 481 men and women aged from 16 to 72 years**. Br J Nutr 1997; 32:77-95.

FONTANIVE RS, De Paula TP, Peres WAF. Inquéritos dietéticos. In: Duarte ACG, Castellani FR. **Semiologia nutricional**. Rio de Janeiro: Editora Axcel; 2002. p. 59-78

GALMICHE, M et al. Prevalence of eating disorders over the 2000-2018 period: a systematic literature review. **Am J Clin Nutr**. 2019 May 1;109(5):1402-1413. doi: 10.1093/ajcn/nqy342. PMID: 31051507.

GALVÃO, Ana Luiza; PINHEIRO, Andréa Poyastro; SOMENZI, Lígia. Etiologia dos transtornos mentais. In: NUNES, Maria Angélica et al. **Transtornos alimentares e obesidade**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2006. Cap. 4. p. 59-72.

HERCOWITZ, A. (2015). **Transtornos alimentares na adolescência**. *Pediatricia Moderna*, 51(7).

OLLAND, Grace; TIGGEMANN, Marika. **A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes**. Body Image. P. 100-110. jun. 2016. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144516300912>>. Acesso em: 01 mar. 2021.

IZYDORCZYK, B., & SITNIK-WARCHULSKA K. (2018). Sociocultural Appearance Standards and Risk Factors for Eating Disorders in Adolescents and Women of Various Ages. **Frontiers in Psychology**, 9, 429.

KIM, J.W.; CHOCK, T.M. Body image 2.0: Associations between social grooming on Facebook and body image concerns. **Computers in Human Behavior**. V48, p.331-339, 2015.

KRISTJÁNSDÓTTIR, H et al. Body Image Concern and Eating Disorder Symptoms Among Elite Icelandic Athletes. *Int. J. Environ. Res. Public Health* **2019**, 16, 2728.

LATTERZA, Andréa, Romero et al. Tratamento nutricional dos transtornos alimentares. **Revista de Psiquiatria Clínica**. Vol. 31, n. 4, p. 173-176, 2004. Disponível em: <https://psiquiatriageral.com.br/temas_interesse/tratamento_nutricional_dos_transtornos_alimentares.htm#:~:text=Dentro%20da%20equipe%20multidisciplinar%20que%20dove%20tratar%20do,%C3%A9%20dividido%20em%20duas%20etapas%2C%20educacional%20e%20experimental>. Acesso em: 16 de maio.2022

LAUS, MF et al. **Distorção da imagem corporal em adolescentes: um estudo de comparação entre dois instrumentos**. Medicina (Ribeirão Preto) [Internet]. 30 de setembro de 2009 [citado 6 de outubro de 2022];42(3):358-65. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/232>>.

MADUREIRA B.(2018). Do olhar ao fazer criativo ao universo das #instafitness. **Polêmica**, 18(2), 87-104.

MORGAN, Christina Marcondes; CLAUDINO, Angélica Medeiros. Epidemiologia e etiologia. In: CLAUDINO, Angélica de Medeiros; ZANELLA, Maria Teresa. **Transtornos alimentares e obesidade**. Barueri: Manole, 2005. Cap. 2. p. 15-24.

OLIVEIRA, Leticia Langlois; HULTZ, Claudio Simon. Transtornos Alimentares: O papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 3, n. 15, p.575-582, 2010.

OZIER, A.D. HENRY, Beverly W. Position of the American Dietetic Association: nutrition intervention in the treatment feating disorders. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 111, ed. 8., agosto, 2011, p. 1236 – 1241. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0002822311007127#!>> . Acesso em: 15 de maio. 2022.

PANTIC, Igor et al. Association between physiological oscillations in self-esteem, narcissism and internet addiction: a cross-sectional study. **Psychiatry research**, v. 258, p. 239-243, 2017.

PEPIN, G.; ENDRESZ, N. Facebook, Instagram, Pinterest and co.: body image and social media. **J Eat Disord**, v.3, n.1, 2015.

PRICHARD, Ivanka et al. The impact of different forms of# fitspiration imagery on body image, mood, and self-objectification among young women. **Sex Roles**, v. 78, n. 11-12, p. 789-798, 2018.

RUSSO, R. Imagem corporal: construção através da cultura do belo. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo de Pinhal, v.5, n.6, p.80-90, 2005. Disponível em: Acesso em: 06 maio 2022.

SCHULTHEISZ, Thais Sisti de Vincenzo; APRILE, Maria Rita. Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. **Revista Equilíbrio Corporal e Saúde**, São Paulo, v. 1, n. 5, p.36-48, 2013

SERRA, Giane Moliari Amaral et al. Saúde e nutrição na adolescência: o discurso sobre dietas na revista Capricho. 2001. **Tese de Doutorado**. Disponível em: Acesso em: 10 de março. 2022

SILVA, Ellen; SANTOS, Suelly. O impacto e a influência da mídia sobre a produção da subjetividade. In: XV Encontro Nacional da Abrapso - Psicologia Social e Políticas de Existência: Fronteiras e Conflitos. **Anais eletrônicos**. Maceió: ABRAPSO, 2009. p. 1 - 9. Disponível em: Acesso em: 15 de março 2022.

TIGGEMANN, Marika et al. The effect of Instagram “likes” on women’s social comparison and body dissatisfaction. **Body image**, v. 26, p. 90-97, 2018.

VALE, Antonio Maia Olsen et al. Comportamentos de risco para transtornos do comportamento alimentar entre adolescentes do sexo feminino de diferentes estratos sociais do Nordeste do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, p. 121-132, 2011.

VASCONCELOS, Naumi A. de; SUDO, Iana; SUDO, Nara. Um peso na alma: o corpo gordo e a mídia. **Revista Mal Estar e Subjetividade**, v. 4, n. 1, p. 65-93, 2004.

TUPINAMBÁ, Gustavo Motta. **Marketing e branding na internet**: Lançamento da empresa digital Musculação Racional, 2014.

WATKINS, Julia A.; CHRISTIE, Catherine; CHALLY, Pamela. Relationship between body image and body mass index in college men. **Journal of American College Health**, v. 57, n. 1, p. 95-100, 2008.

WIDJAJANTA, Bambang et al. The Impact Of Social Media Usage And Self-Esteem On Conspicuous Consumption: Instagram User Of Hijabers Community Bandung Member. **International Journal Of Ebusiness And Egovernment Studies**, v. 10, n. 2, p. 1-13, 2018.

YOUNG KS. Internet addiction: **the emergence of new clinical disorder**. *Cyberpsychol Behav* 1998; 1:237-44

Sobre os Autores:

Autor 1: Geane Corrêa de Oliveira. Graduanda do curso de Nutrição pelo Centro Universitário UniRedentor/Afya, Itaperuna, RJ. E-mail: oliveirageh17@gmail.com

Autor 2: Sandra Tavares da Silva. Nutricionista. Mestre em Ciência da Nutrição. Docente. Centro Universitário UniRedentor/Afya, Itaperuna, RJ. E-mail: Sandra.silva@uniredentor.edu.br

APÊNDICE A



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Prezado (a) participante,

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa Transtornos alimentares, insatisfação corporal e o uso de redes sociais desenvolvida por Geane Corrêa de Oliveira, discente de graduação em Nutrição do Centro Universitário Redentor/Afya, sob orientação da Professora Sandra Tavares da Silva.

O objetivo central do estudo é: Analisar a influência das redes sociais nos transtornos alimentares e na insatisfação corporal em adultos.

O convite a sua participação se deve ao fato de você ser adulto com faixa etária entre 18 a 59 anos 11 meses e 29 dias, de ambos sexos, com acesso à internet.

Sua participação é voluntária, isto é, ela não é obrigatória, e você tem plena autonomia para decidir se quer ou não participar, bem como retirar sua participação a qualquer momento. Você não será penalizado de nenhuma maneira caso decida não consentir sua participação, ou desistir da mesma. Contudo, ela é muito importante para a execução da pesquisa.

Serão garantidas a confidencialidade e a privacidade das informações por você prestadas.

Qualquer dado que possa identificá-lo será omitido na divulgação dos resultados da pesquisa, e o material será armazenado em local seguro.

A qualquer momento, durante a pesquisa, ou posteriormente, você poderá solicitar do pesquisador informações sobre sua participação e/ou sobre a pesquisa, o que poderá ser feito através dos meios de contato explicitados neste Termo.

A sua participação consistirá em responder a um roteiro de perguntas.

O tempo para resposta dos questionários é de, aproximadamente, 15 minutos.

As respostas aos questionários serão armazenadas em arquivos digitais, mas somente terão acesso às mesmas os pesquisadores e sua orientadora.

Ao final da pesquisa, todo material será mantido em arquivo, por pelo menos 5 anos, conforme Resolução 466/12 e orientações do CEP/UNIRENEDTOR.

O benefício relacionado com a sua colaboração nesta pesquisa é o de colaborar para a produção de conhecimento sobre a influência das redes sociais nos transtornos alimentares e na insatisfação corporal e receberá um informativo sobre o uso consciente das redes sociais. Pode haver o risco de constrangimento durante a entrevista, mas reforçamos a confidencialidade das informações que serão prestadas. Em caso de danos

previstos ou não neste termo, o participante tem direito a assistência integral e à indenização, conforme itens III.2.0, IV.4.c, V.3, V.5 e V.6 da Resolução CNS 466/12.

Os resultados serão divulgados em resumos para eventos científicos, na forma de relatório final de trabalho de conclusão de curso, resumos e artigos científicos.

Este termo é redigido em duas vias, sendo uma delas do participante. Todas as páginas deste termo deverão ser rubricadas pelo pesquisador e pelo participante.

Em caso de dúvida quanto à condução ética do estudo, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Redentor. O Comitê de Ética é a instância que tem por objetivo defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos. Dessa forma o comitê tem o papel de avaliar e monitorar o andamento do projeto de modo que a pesquisa respeite os princípios éticos de proteção aos direitos humanos, da dignidade, da autonomia, da não maleficência, da confidencialidade e da privacidade.

Contato com o (a) pesquisador (a) responsável:

Nome: Sandra Tavares da Silva; Tel.: 28 9 99527480

E-mail: Sandra.silva@uniredentor.edu.br

Nome: Geane Corrêa de Oliveira. Tel.: 32 9 99692927

E-mail: oliveirageh17@gmail.com

Assinatura do pesquisador: _____

Nome do participante: _____

Assinatura do participante: _____

Itaperuna, junho de 2022

De acordo com o TCLE *

() Declaro que entendi os objetivos e condições de minha participação na pesquisa e concordo em participar.

() Declaro que entendi os objetivos e condições de minha participação na pesquisa e NÃO concordo em participar.

() Não entendi os objetivos e condições de minha participação na pesquisa e não irei participar.

APÊNDICE B- FORMULÁRIO DE PESQUISA**Sexo:**

- Masculino
- Feminino
- Outros
- Prefiro não dizer

Idade:**Escolaridade:**

- Ensino fundamental completo
- Ensino fundamental incompleto
- Ensino médio completo
- Ensino médio incompleto
- Ensino superior completo
- Ensino superior incompleto
- Não frequentou a escola

Profissão:

Qual é o seu Peso atual ou mais recente?

Qual é a sua altura?

Você faz uso de Instagram ?

- Sim
- Não

Quando tempo você gasta por dia no Instagram ?

- 15 a 30 minutos
- 30 a 45 minutos
- 45 a 60 minutos
- 1 a 2 horas
- 2 a 3 horas
- Acima de 3 horas

Você faz uso do Facebook ?

- Sim
- Não

Quanto tempo você gasta por dia no Facebook ?

- 15 a 30 minutos
- 30 a 45 minutos
- 45 a 60 minutos
- 1 a 2 horas

- 2 a 3 horas
- Acima de 3 horas

Você faz uso do Twitter?

- Sim
- Não

Quanto tempo você gasta por dia no Twitter?

- 15 a 30 minutos
- 30 a 45 minutos
- 45 a 60 minutos
- 1 a 2 horas
- 2 a 3 horas
- Acima de 3 horas

ANEXO C – *Body Shape Questionnaire* (BSQ)

Responda as questões a seguir em relação a sua aparência nas últimas 4 semanas.

Use a legenda abaixo:

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

Por favor, responda a todas as questões.

*** 1. Nas últimas 4 semanas:**

1.Sentir-se entediado (a) faz você se preocupar com sua forma física ?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

2.Você tem estado tão preocupado (a) com sua forma física a ponto de sentir que deveria fazer dieta ?

1. Nunca
2. Raramente

3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

3. Você acha que suas coxas, quadril ou nádegas são grande demais para o restante de seu corpo?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente

4. Você tem sentido medo de ficar gordo (a) ou mais gordo (a)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

5. Você se preocupa com o fato de seu corpo não ser suficientemente firme?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

6. Sentir-se satisfeito (a) (por exemplo, após ingerir uma grande refeição) faz você sentir-se gordo (a)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

7. Você já se sentiu tão mal a respeito do seu corpo que chegou a chorar?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

8. Você já evitou correr pelo fato de que seu corpo poderia balançar?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

9. Estar com homens (mulheres) magros (as) faz você se sentir preocupado (a) em relação ao seu físico?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

10. Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem espalhar-se quando se senta?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

11. Você já se sentiu gordo (a), mesmo comendo uma quantidade menor de comida?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

12. Você tem reparado no físico de outras mulheres (ou outros homens) e, ao se comparar, sente-se em desvantagem?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

13. Pensar no seu físico interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (como por exemplo, enquanto assiste à televisão, lê ou conversa)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

14. Estar nua, por exemplo, durante o banho, faz você se sentir gorda(o)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

15. Você tem evitado usar roupas que o (a) fazem notar as formas do seu corpo?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

16. Você se imagina cortando fora porções de seu corpo?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

17. Comer doce, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gordo (a)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

18. Você deixou de participar de eventos sociais (como, por exemplo, festas) por sentir-se mal em relação ao seu físico?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

19. Você se sente excessivamente grande e arredondado (a)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

20. Você já teve vergonha do seu corpo?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

21. A preocupação diante do seu físico leva-lhe a fazer dieta?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

22. Você se sente mais contente em relação ao seu físico quando de estômago vazio (por exemplo, pela manhã)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

23. Você acha que seu físico atual decorre de uma falta de autocontrole?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente

6. Sempre

24. Você se preocupa que outras pessoas possam estar vendo dobras na sua cintura ou na estômago ?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

25. Você acha injusto que os outros homens (mulheres) sejam mais magros (as) que você?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

26. Você já vomitou para se sentir mais magro (a)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

27. Quando acompanhado (a), você fica preocupado (a) em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentado num sofá ou no banco de um ônibus)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

28. Você se preocupa com o fato de estarem surgindo dobrinhas em seu corpo?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

29. Ver seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) faz você sentir-se mal em relação ao seu físico?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

30. Você belisca áreas de seu corpo para ver o quanto há de gordura?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

31. Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários ou banhos de piscina)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

32. Você toma laxantes para se sentir magro (a)?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

33. Você fica particularmente consciente do seu físico quando em companhia de outras pessoas?

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

34. A preocupação com seu físico faz-lhe sentir que deveria fazer exercícios?

1. Nunca

2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

ANEXO D – *Internet Addiction Test (IAT)*

Responda as questões a seguir com base no seu uso de internet.

1. Com que frequência você acha que passa mais tempo na internet do que pretendia ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

2. Com que frequência você abandona as tarefas domésticas para passar mais tempo na internet ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

3. Com que frequência você prefere a emoção da internet à intimidade com seu/sua parceiro (a) ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

4. Com que frequência você cria relacionamentos com novo (os) amigo (os) da internet ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

5. Com que frequência outras pessoas em sua vida

se queixam sobre a quantidade de tempo que você passa na internet ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

6.Com que frequência suas notas ou tarefas da escola pioram por causa da quantidade de tempo que você fica na internet ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

7.Com que frequência você acessa seu e-mail antes de qualquer outra coisa que precise fazer ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

8. Com que frequência piora o seu desempenho ou produtividade no trabalho por causa da internet?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

9. Com que frequência você fica na defensiva ou guarda segredo quando alguém lhe pergunta o que você faz na internet?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

10. Com que frequência você bloqueia pensamentos perturbadores sobre sua vida pensando em se conectar para acalmar-se?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente

Sempre

11. Com que frequência você se pega pensando em quando vai entrar na internet novamente?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

12. Com que frequência você teme que a vida sem a internet seria chata, vazia e sem graça ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

13. Com que frequência você explode, grita ou se irrita se alguém o (a) incomoda enquanto está na internet ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

14. Com que frequência você dorme pouco por ficar acordado (a) até tarde da noite ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

15. Com que frequência você se sente preocupado (a) com a internet quando está desconectado (a) imaginando que poderia estar conectado ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

16. Com que frequência você se pega dizendo "só mas alguns minutos" quando está conectado ?

- Raramente

- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

17. Com que frequência você tenta diminuir o tempo que fica na internet e não consegue ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

18. Com que frequência você tenta esconder a quantidade de tempo em que está na internet ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

19. Com que frequência você opta por passar mais tempo na internet em vez de sair com outras pessoas ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre

20. Com que frequência você se sente deprimido (a), mal-humorado (a) ou nervoso (a) quando desconectado (a) e esse sentimento vai embora assim que volta a se conectar à internet ?

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Muito frequentemente
- Sempre



RESULTADO DA AVALIAÇÃO

O trabalho intitulado "INSATISFAÇÃO CORPORAL E USO DAS REDES SOCIAIS" foi **APROVADO** no evento VII EXPOCIÊNCIA UNIVERSITÁRIA DO NOROESTE FLUMINENSE DA FAMESC

- **Título:** INSATISFAÇÃO CORPORAL E USO DAS REDES SOCIAIS
- **Número:** 567416
- **Data de Submissão:** 08/10/2022
- **Modalidade:** Resumo simples
- **Área Temática:** Ciências da Saúde
- **Autores:** Geane Corrêa De Oliveira, Sandra Tavares da Silva

Cordialmente,
Comissão Científica



INSATISFAÇÃO CORPORAL E USO DAS REDES SOCIAIS

Geane Corrêa de Oliveira¹

- 1- Graduando em Nutrição. Centro Universitário UniRedenotr/Afya. Itaperuna, RJ
Sandra Tavares da Silva²
2 - Nutricionista, Mestre em Ciência da Nutrição – UFV
Discente - Centro Universitário UniRedentor/Afya Itaperuna/RJ e FAMESC/RJ
Tavares.sandra86@gmail.com

Resumo

A influência das redes sociais desperta preocupação excessiva com o físico corporal, contribuindo de forma expressiva para o desenvolvimento de transtornos alimentares, manifestados, inicialmente, na insatisfação corporal. Por meio das redes sociais são expostos modelos e atitudes com o intuito de se obter o sucesso e a perfeição e, ao mesmo tempo, aqueles que não escolhem os mesmos caminhos automaticamente são colocados como fora do padrão estabelecido pela *internet* e pela sociedade, se tornando mais favorável a desenvolver insatisfação corporal. Assim, o objetivo deste trabalho foi relacionar o tempo de tela à insatisfação corporal em adultos. Trata-se de um estudo transversal, sendo incluídos indivíduos adultos, de ambos os sexos. Foi enviado um formulário digital do *Google Forms* para os participantes por meio das plataformas sociais *Instagram* e *Whatsapp*. Foram utilizados também os instrumentos *Body Shape Questionnaire* (BSQ) na versão português, sendo sua classificação dividida em quatro níveis de insatisfação, sendo considerado insatisfação grave a pontuação acima de 168, e o *Internet Addiction Test* (IAT) na versão português, podendo classificar o indivíduo em três níveis, sendo considerado usuário de adição, ou seja, que possuem problemas significativos com o uso da *internet*, aqueles que obtiveram pontuação acima de 70. Os dados foram avaliados no programa SPSS 21.0 e a correlação de Spearman. Participaram do presente estudo 139 indivíduos, com idade média de 28,31 anos (DP=7,54), maioria mulheres, com ensino superior incompleto ou completo. A maioria foi classificado como eutrófico ou sobrepeso. A maioria diz que utiliza *Instagram* e *Facebook* para lazer, com tempo de 15 a 30 min. A maioria disse não ter *Twitter*, mas dentre os que o utilizam, boa parte permanece cerca de 15 a 30 min

nesta mídia. Quanto ao uso de *internet*, a maioria foi classificado como usuário mediano da *internet*. Ao avaliar a satisfação corporal, a maioria não apresenta insatisfação corporal. Observamos que os valores do BSQ aumenta com os valores do IAT, indicando aumento do risco de insatisfação quando mais utilizador da *internet*. Assim, o tempo nas redes sociais pode interferir negativamente na satisfação corporal entre adultos.

Palavras-chave: Mídias sociais; comportamento; adulto.

Área: Ciências da Saúde.

TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO DE TCC NO SITE DA UNIREDENTOR

Autor (a): Geane Corrêa de Oliveira

Matrícula: 1901073

RG: 30.832.701-4

CPF: 142.892.226-17

Título do Trabalho: TRANSTORNOS ALIMENTARES, INSATISFAÇÃO CORPORAL E O USO DAS REDES SOCIAIS.

Número de Páginas: 36

Data da defesa: 21/10/2022

Orientador: Sandra Tavares da Silva

Curso: Nutrição

Autorizo o Centro Universitário Redentor, de acordo com a Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998, a disponibilizar gratuitamente, sem ressarcimento dos direitos autorais, o texto integral da publicação supracitada, de minha autoria, em seu site, em formato PDF ou similar, para fins de leitura e/ou impressão pela Internet, a título de divulgação da produção científica gerada por seus cursos.

Itaperuna, 30 de Novembro de 2022



Assinatura do (a) autor