

**Como as redes sociais podem influenciar no desenvolvimento de transtornos alimentares**

**Beatriz Marques  
Noemy Lima de Oliveira  
Orientadora: Christiane Paiva Magalhães**

**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo IFSP - Campus  
Guarulhos  
Av. Salgado Filho, 3501 - Centro, Guarulhos - SP, 07115-000**

**período de desenvolvimento: 08/03/2024 - 07/09/2024**



## SUMÁRIO

1. Introdução.....	5
2. Objetivos.....	7
A. Objetivo geral.....	7
B. Objetivos Específicos.....	7
3. Fundamentação teórica.....	8
3.1 A importância da alimentação.....	8
3.2 Transtornos alimentares.....	8
3.2.1 Fatores predisponentes.....	9
3.2.2 Fatores precipitantes.....	10
3.2.3 Fatores mantenedores.....	10
3.3 A influência das mídias sociais.....	11
4. Metodologia.....	12
5. Resultados e discussão.....	12
5.1 Dados e experiências pessoais.....	13
5.2 Imagens e autoavaliação.....	15
6. Considerações Finais.....	15
7. Referências.....	16
8. Anexos.....	19



## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

1. Gráfico 1: Redes sociais usadas pelo público adolescente (entre 10 e 19 anos).....13
2. Gráfico 2: Opinião da população a respeito da influência das redes sociais na ocorrência de problemas de autoimagem e transtornos alimentares.....14



## RESUMO

Bulimia Nervosa (BN), anorexia nervosa (AN) e Compulsão Alimentar (CA) são transtornos alimentares que comprometem a saúde física e psicológica dos indivíduos, frequentemente agravados pelas redes sociais. Essas plataformas frequentemente promovem padrões de beleza inatingíveis e dietas extremas, o que pode intensificar problemas de imagem corporal e contribuir para o desenvolvimento desses transtornos. A maioria dos pacientes diagnosticados com transtornos alimentares são mulheres adolescentes e o número de casos está aumentando. Até 2021, mais de 70 milhões de pessoas foram diagnosticadas com transtornos alimentares, afetando negativamente a qualidade de vida dos indivíduos. A romantização e normalização desses transtornos nas mídias sociais, como Twitter (X), e a disseminação de práticas prejudiciais através de influenciadores e conteúdos não regulamentados, complicam o tratamento. Aproximadamente 41% das consultas a plataformas de inteligência artificial contém conteúdo prejudicial relacionado a transtornos alimentares. O acesso a tratamento é dificultado por fatores como custo e burocracia do Sistema Único de Saúde (SUS). A pesquisa revela que plataformas como Instagram e TikTok afetam negativamente a autoimagem, especialmente entre mulheres adolescentes, que frequentemente se comparam a padrões irreais e enfrentam pressão estética. Para enfrentar esses desafios, a proposta é criar um sítio web informativo sobre transtornos alimentares que forneça informações precisas e incentive a busca por tratamento profissional. A pesquisa destaca que, além da influência das redes sociais, fatores individuais e socioculturais também são cruciais na prevalência desses transtornos.



## 1. Introdução

Bulimia Nervosa (BN), anorexia nervosa (AN) e a Compulsão Alimentar (CA) estão entre os principais e mais conhecidos transtornos alimentares (TAs). Estes são síndromes psiquiátricas caracterizadas pela perturbação na alimentação ou no comportamento alimentar, gerando uma alteração no consumo de alimentos (Tavares, 2003; American Psychiatric Association, 2013; Hiluy et al., 2019).

Os hábitos alimentares de um indivíduo são feitos por vários fatores, como a cultura regional, os costumes familiares, a rotina e o consumo das redes sociais. Com o avanço da tecnologia, o acesso às informações vem se tornando cada vez mais fácil e rápido, podendo promover alguns tipos de comportamento. No contexto dos transtornos alimentares, as redes sociais podem influenciar diretamente no comportamento do indivíduo em relação à sua alimentação, tentando atingir um padrão de beleza inalcançável que é considerado ideal pela sociedade, sob a influência de publicações de produtos e imagens de pessoas que possuem um padrão de beleza ideal.

De acordo com estudos, na maioria dos casos de transtornos alimentares, o perfil dos pacientes é de mulheres adolescentes, brancas e de classe alta (Copetti; Quiroga, 2018). Nesses casos, a busca pela magreza é um dos principais fatores para o desenvolvimento dessas doenças (Vale, 2011). Além disso, a ocorrência dessas síndromes tem sido cada vez maior. De acordo com estudos feitos pela Associação Brasileira de Psiquiatria em 2021, estima-se que, até aquele ano, mais de 70 milhões de pessoas foram diagnosticadas com algum tipo de transtorno alimentar. Essa expansão de casos é um problema muito significativo, visto que os transtornos alimentares atingem diretamente a saúde do indivíduo, possibilitando a difusão de outras doenças. É possível notar também uma interferência direta na qualidade de vida de pacientes com esses transtornos, visando que, em comparação com a população normativa, pessoas com transtornos alimentares têm sua qualidade de vida prejudicada no que se refere a parte física, psicológica, social, entre outras. (Tirico; Stefano; Blay, 2010).

Entre os principais desafios em torno das TAs está encontrar uma abordagem de intervenção eficaz, que mostre às pessoas afetadas por tais transtornos como a sua saúde e qualidade de vida podem estar sendo prejudicadas; bem como da necessidade da procura de ajuda profissional. Esse desafio torna-se mais difícil quando é possível identificar uma romantização desses transtornos nas mídias sociais com uma propagação em massa, que os normaliza através de dietas fora do comum e métodos



para atingir o corpo “perfeito”. O Twitter, agora denominado X, é um exemplo disso, já que é possível encontrar publicações que promovem os transtornos alimentares, tratando a doença como se fosse algo bom e benéfico, divulgando dietas extremas e compartilhando as experiências dos membros dessas comunidades (F5 News, 2022).

Além dessa romantização estar presente nas redes sociais, ela também tem aparecido nas inteligências artificiais. De acordo com uma análise realizada em 2023 pela organização Center for Countering Digital Hate (CCDH), plataformas populares de IAs apresentaram conteúdo nocivo sobre transtornos alimentares em 41% das 180 solicitações realizadas. Dentro desse conteúdo, mostra-se como camuflar comida para esconder dos pais, modelo de dieta de 7 dias junto com um plano de exercícios para emagrecer, como mastigar e cuspir alimentos para perder peso rápido, entre outros métodos.

Também é importante ressaltar que, nas redes sociais, existem muitos produtores de conteúdo que são profissionais da saúde (ou declaram ser). Esses influenciadores costumam publicar vídeos listando sintomas de transtornos sem considerar casos individuais. Alguns até dizem que tais conteúdos não servem como autodiagnóstico, mas parte do público os atribuem como verdade absoluta, aumentando consideravelmente a taxa de autodiagnósticos. Isso também está presente em comunidades online, onde internautas se autodiagnosticam ou acabam influenciando ou auxiliando outros a fazerem o mesmo, invalidando quem realmente sofre com tais transtornos.

Possíveis causas para esse fenômeno são a falta de acessibilidade a auxílio psicológico, psiquiátrico e neurológico devido ao alto custo, falta de confiança nesses profissionais e a dificuldade de buscar tratamento através do Sistema Único de Saúde (SUS). Ademais, um grande ponto a ser abordado a respeito dos autodiagnósticos é a necessidade de ter seu sofrimento reconhecido. Ou seja, mesmo que o indivíduo não tenha um diagnóstico oficial e preciso, suas vivências não devem ser anuladas e o direito de receber ajuda profissional também deve ser abdicado, além dos que estão realmente adoecidos, principalmente os que estão em vulnerabilidade social e dependem do SUS. (Reis; Rezende; Salgado, 2021).

A motivação para pesquisar sobre esse tema partiu da análise de conteúdos da internet que vem normalizando essas doenças, principalmente em comunidades que existem dentro das plataformas digitais, sendo o “X” novamente a principal delas. A partir de uma pesquisa realizada pela empresa iCustomer em 2017, foi possível identificar mais de 28.000 menções de códigos que remetem a transtornos alimentares dentro do aplicativo, com um alcance de 1,7 milhão de pessoas (Felix, 2017). Ademais, esse tema possui uma importância significativa para os pesquisadores, já que ambos já sofreram



com sintomas de transtornos alimentares (como o comer transtornado e a compulsão alimentar periódica) e perceberam que esses sintomas afetaram negativamente a sua saúde e qualidade de vida, além de observar vivências de pessoas próximas.

Tendo estes fatos em evidência, é notável que há uma correlação entre o uso de redes sociais e o surgimento de transtornos alimentares, apesar de também existirem outros fatores. Algumas hipóteses que podem ser levantadas para a motivação disso são:

- A propagação de corpos irreais, como fotos editadas, procedimentos estéticos e uso de inteligência artificial;
- Promoção e aplicação de dietas sem acompanhamento profissional;
- Romantização de transtornos alimentares;
- Autodiagnósticos;
- Desafios e tendências on-line que giram em torno de TAs.

Em resumo, as redes sociais por meio da divulgação de produtos e imagens podem influenciar as práticas e os comportamentos alimentares dos seus usuários, que têm acesso às informações sobre alimentação, emagrecimento e dietas rápidas. Estas muitas vezes fornecidas por pessoas sem formação profissional na área da saúde e/ou nutrição e trazem prejuízos físicos, emocionais e psicológicos.

## **2. Objetivos**

### **A. Objetivo Geral**

Compreender como as redes sociais influenciam no surgimento de transtornos alimentares por meio de análises bibliográficas e pesquisa de campo. Com esses dados, planeja-se desenvolver um sítio web para divulgar informações sobre os TAs e redes de apoio.

### **B. Objetivos Específicos**

- Entender como as mídias sociais podem influenciar no surgimento de transtornos alimentares na população adolescente (entre 10 e 19 anos);
- Realizar pesquisas de campo e analisar dados recentes para compreender a frequência e as causas desses transtornos;
- Identificar os impactos dos transtornos alimentares na qualidade de vida dos indivíduos;
- Alcançar pessoas com TA para que elas identifiquem a doença e busquem tratamento profissional.



### 3. Fundamentação Teórica

#### 3.1 A importância da alimentação

Para entender sobre o que são os transtornos alimentares, é essencial ter uma base sobre o que é alimentação e como ela é importante na vida do indivíduo. Poulain afirma que o termo “alimento” surgiu no ano de 1120, mas seu significado foi alterado apenas no século XVI, sendo associado à palavra “carne”. Porém, se formos analisar a história, as evoluções da alimentação e do homem andam lado a lado, sendo frutos, raízes e carne de caça os primeiros alimentos consumidos e coletados na natureza.

É importante enfatizar que, na antiguidade, os alimentos também eram utilizados como remédios. De acordo com Cláudia Chagas, massas, carnes, peixes, laticínios, frutas, legumes, cereais, condimentos, especiarias e mel eram alguns dos alimentos consumidos por faraós e egípcios na produção de ervas medicinais. Hipócrates, conhecido como o pai da medicina, também evidencia essa relação entre consumo de alimentos e combate a doenças em seus escritos.

Diante desses fatos, é inegável a importância da alimentação na vida do indivíduo, em específico uma alimentação saudável. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019, p.2), a alimentação saudável é aquela que fornece todos os nutrientes necessários, envolvendo energia e fluídos, e com o mínimo de comida processada e máximo de alimentos naturais. Além disso, também abrange “alimentos livres de contaminantes biológicos e químicos”.

Por conta de suas características, esse tipo de alimentação traz alguns benefícios: “uma alimentação saudável ajuda a proteger contra a má nutrição em todas as suas formas, bem como contra as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), entre elas diabetes, doenças cardiovasculares, AVC e câncer.” (OMS, 2022).

Para complementar a informação, a nutricionista Vanessa Gonçalves (2022) afirma que: "Isto (os benefícios) é possível por meio da inclusão de alimentos que atuam como protetores, por apresentarem nutrientes importantes para o nosso corpo (frutas, verduras e legumes, por exemplo) e redução do consumo de alimentos que podem aumentar o risco de desenvolver estas doenças, quando consumidos em excesso (como doces, embutidos, gorduras e sal)"

#### 3.2 Transtornos Alimentares



Apesar de parecer ser um tema oriundo dos dias atuais, o conceito de transtornos alimentares surge no século XVII, quando Richard Morton publica a obra “Tisiologia sobre a doença da consunção”, trazendo “a primeira descrição de quadros que se assemelham à anorexia nervosa contemporânea” (Weinberg, 2010), e emitiu o primeiro relato médico de anorexia nervosa.

Segundo Morton, os quadros identificados eram caracterizados por falta de apetite, amenorreia, aversão à comida, obstipação, emagrecimento extremo, hiperatividade e indiferença por parte dos diagnosticados. Posteriormente, foram surgindo também os conceitos de bulimia nervosa (século XIX), compulsão alimentar (século XX) e outros TAs.

A partir de um estudo profundo sobre o assunto, Cooper (1995) afirmou a existência de diversos fatores que podem trazer esses transtornos à toa, se destacando os predisponentes, precipitantes e os mantenedores dos TAs. O primeiro grupo aborda fatores que aumentam as chances de desenvolver um transtorno alimentar, o segundo descreve os sintomas da doença e o terceiro evidencia as alterações que esse transtorno causa, que podem ajudar na perpetuação dele.

### **3.2.1 Fatores predisponentes**

Os fatores predisponentes são categorizados em outros três grupos: individual, familiar/hereditário e sociocultural.

Os fatores individuais envolvem:

- Baixa autoestima;
- Traços obsessivos e perfeccionistas (mais comum em casos de anorexia nervosa);
- Impulsividade e instabilidade afetiva (mais comum em casos de bulimia nervosa, principalmente com dependentes químicos);
- Depressão (mais comum em casos de bulimia nervosa);
- Ansiedade (mais comum em casos de anorexia nervosa);
- Tendência à obesidade (mais comum em casos de bulimia nervosa);
- Trauma sexual, que aumenta a suscetibilidade não só aos TAs, mas a outros transtornos psiquiátricos;
- Menor atividade da serotonina cerebral, que é responsável pela regulação do apetite.

Já os fatores familiares evidenciam que parentes de 1º grau de pessoas com TAs apresentam muito mais chance de desenvolver esse tipo de transtorno do que parentes de 1º grau de pessoas saudáveis, o que implica na “transmissão” da doença dentro da



família por fatores genéticos (maior prevalência na BN) e, principalmente, ambientais (criação do indivíduo).

Os fatores socioculturais englobam a ideia de que o corpo perfeito é o magro que, para a maioria das mulheres, é quase impossível de ser atingido. Nesse sentido, com o aumento de relatos de TA provenientes de países em desenvolvimento, alguns estudos afirmam que a urbanização é um grande aliado na predisposição dos transtornos alimentares, visto que “levaria a uma maior exposição ao ideal de magreza através da mídia, além de propiciar mudanças de hábitos alimentares (ex., "fast-foods"), sedentarismo e um maior número de pessoas com sobrepeso e obesidade” (Morgan, 2002).

### **3.2.2 Fatores precipitantes**

O fator precipitante mais comum é a dieta. Apesar de ajudar no desenvolvimento de uma alimentação saudável, ela também pode contribuir, junto com outros fatores, para um possível TA através da restrição alimentar, que pode levar tanto à desnutrição quanto à compulsão alimentar. Estudos realizados por Patton et. al. (1999) revelam que, após um ano de acompanhamento, foi constatado que os indivíduos que estavam em dieta tinham um risco 18 vezes maior de desenvolver TA em relação aos que não estavam em dieta.

Ademais, eventos estressores também são grandes contribuidores.

### **3.3.3 Fatores mantenedores**

Os fatores mantenedores são aqueles que tendem a manter o transtorno por cada vez mais tempo. A compulsão alimentar gerada pela restrição alimentar, citada anteriormente, é um exemplo, já que é uma consequência de um fator precipitante. Outros exemplos de fatores mantenedores são as alterações neuroendócrinas causadas na anorexia nervosa com o aumento de cortisol e do hormônio de corticotropina e alterações plasmáticas dos níveis de leptina, que veícula um sinal de saciedade. Normalmente, os valores de concentração da leptina são baixos quando há a manifestação de anorexia nervosa e, quando ocorre a recuperação, os níveis se estabilizam. Porém, existem casos em que a estabilidade dos níveis ocorre antes da recuperação completa do transtorno alimentar, causando a sensação de “falsa saciedade” (Hebebrand et. al., 1997).

Através da análise dessas informações fornecidas por estudiosos, é possível identificar que, apesar de existirem diversos fatores que influenciam no desenvolvimento de TAs, o uso cada vez maior de mídias sociais e o consumo de conteúdos relacionados a



esses transtornos nessas plataformas só reforçam cada vez mais esses fatores, ajudando a aumentar a frequência dessa doença.

### 3.3 A influência das mídias sociais

As redes sociais têm ganhado cada vez mais destaque nas últimas décadas, somando quase 5 bilhões de usuários (Datareportal, 2022). Segundo Afonso (2009), há nelas uma grande circulação de informações, o que ajuda a ampliar ideias e territórios. Com isso, existe uma grande influência na mentalidade e no comportamento das pessoas que consomem essas informações, o que gera aspectos tanto positivos quanto negativos.

Um desses aspectos negativos é a mudança no comportamento alimentar do indivíduo de diferentes maneiras. Um exemplo é o upload de fotos e vídeos, por exemplo, do qual surgem as comparações físicas e, conseqüentemente, a alimentação descoordenada (Holland; Tiggemann, 2016). Além disso, a exibição de pessoas “mais atraentes” que se encaixam em um padrão de beleza nas publicidades só reforça ainda mais essa problemática, podendo até mesmo relacionar o alcance do “corpo ideal” com o consumo do produto (Magalhães; Bernardes; Tiengo, 2017).

Essas publicidades têm como principal público-alvo as mulheres e o bombardeio de informações com aquele conteúdo podem levá-las a uma percepção idealizada de beleza, insatisfação com seus próprios corpos e desenvolvimento de transtornos alimentares (Rocha; Santos; Maux, 2019). Tendo isso em vista, as redes sociais têm grande impacto, pois mostram apenas vidas consideradas perfeitas, onde a imagem corporal ideal é cultuada, resultando em ideais corporais que são inexistentes (Rocha; Santos; Maux, 2019). Com a presença desta influência, podemos notar a relação com o surgimento desses transtornos.

De acordo com o Hospital Israelita Albert Einstein, cerca de 150 mil pessoas sofrem com anorexia no Brasil. Também há uma matéria da Revista News que diz que a cada 62 minutos uma pessoa morre por complicações causadas pelos transtornos alimentares. Diante desses dados, é notável que os transtornos alimentares têm grandes impactos negativos na qualidade de vida dos indivíduos, tendo em vista que os TAs têm alta taxa de mortalidade, além de serem muito caros para tratar (Braz; Aquino; Oliveira, 2023). Além disso, comparando com outras doenças mentais, as pessoas que sofrem com transtornos alimentares têm sua qualidade de vida afetada negativamente de forma similar ou pior a de pessoas que têm esquizofrenia (Tirico; Stefano; Blay, 2010), podendo trazer danos não só aos portadores da doença, mas também aos que convivem com ele, já que afeta diretamente as relações sociais entre esses indivíduos. A longo prazo, os distúrbios alimentares podem causar danos ao funcionamento do



corpo através de pressão alta, colesterol alto, doenças cardiovasculares, diabetes, entre outros (FYA – Faculdade de Ciências Médicas).

#### **4. Metodologia**

Para dar início a pesquisa bibliográfica e a elaboração da parte teórica do tema, foi realizado um estudo aprofundado de diversas fontes sobre o assunto, principalmente artigos científicos sobre transtornos alimentares e sobre o uso de redes sociais na atualidade.

Para além da teoria, foi aplicada uma pesquisa de levantamento através de questionário, utilizando a plataforma Google Forms, divulgado entre o público adolescente (entre 10 e 19 anos). Em sua primeira página, foi feita uma breve contextualização do tema da pesquisa, explicando o que são transtornos alimentares e a sua relação com as redes sociais, além de um texto esclarecendo o anonimato total das respostas, afirmando que ninguém seria exposto e/ou constrangido publicamente ao responder o questionário. Foram disponibilizados os e-mails dos pesquisadores e da orientadora para sanar possíveis dúvidas. Após isso, foram perguntados gênero, idade, quais redes sociais utilizadas, se a pessoa possui/possuiu diagnóstico de transtorno alimentar (se sim, qual o transtorno diagnosticado) e se a pessoa se compara/já se comparou com outras pessoas que vê nas redes sociais (se sim, com qual ocorrência) e na terceira página, foram apresentadas fotos de corpos reais e corpos editados manualmente foi questionado se o indivíduo acreditava que era um corpo real ou um corpo alterado. Na quarta e última página, esteve exposto uma espécie de gabarito, revelando a real versão das fotos que foram editadas. No final, houve um campo onde, opcionalmente, poderia ser deixado um breve comentário ou autoavaliação a respeito da percepção da edição das fotos, além de adicionar algum outro comentário sobre o questionário.

O intuito deste questionário foi obter dados sobre a relação da ocorrência de transtornos alimentares e o uso das redes sociais, além da falta de atenção e percepção quando se trata de imagens de corpos irreais propagados na internet, que podem resultar em comparação excessiva e autocobrança, desencadeando os TAs. Sua análise foi feita organizando seus dados em uma planilha, sintetizando relatos e juntando informações, tendo como fruto seus resultados.

#### **5. Resultados e discussão**

O questionário aplicado esteve aberto para respostas durante dois dias. Nesse período, foram recebidas trinta e duas respostas, vindas do público adolescente (entre 10 e 19

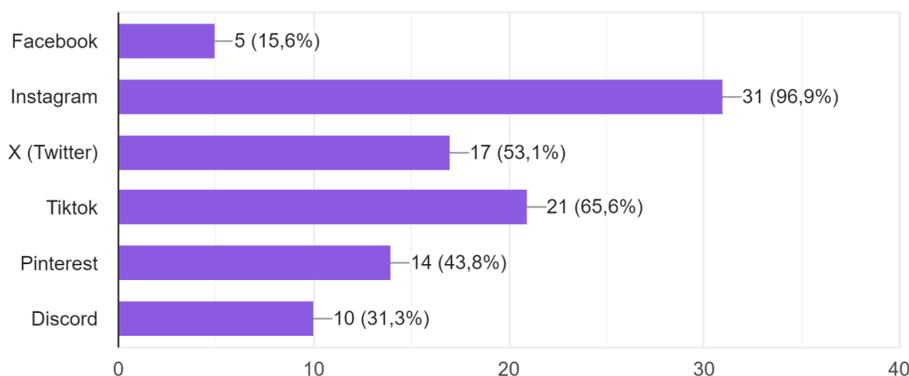
anos), dos gêneros feminino e masculino. Analisando conjuntos de informações e casos individuais, pode-se concluir que:

### 5.1 Dados e experiências pessoais

De acordo com o gráfico 1, as redes sociais mais utilizadas pelo público são, respectivamente, Instagram, TikTok e X, sendo esses os que mais possuem conteúdo nocivo quando se trata de prejuízo em relação à comparação corporal e a ocorrência de transtornos alimentares, além de serem as mais usadas por pessoas do gênero feminino. A única pessoa que declarou possuir diagnóstico de TA (compulsão alimentar associada a ansiedade) é do gênero feminino e usuária destas três redes sociais, juntamente com o Pinterest. Mesmo que nesse caso o transtorno seja associado com a ansiedade e não com a comparação corporal, é necessário levar em consideração a relação que há entre estes fatores.

Gráfico 1 — Redes sociais usadas pelo público adolescente (entre 10 e 19 anos)

Quais redes sociais você usa?  
32 respostas



Fonte: dados coletados pelos autores

Sobre a comparação física com outras pessoas na web, as pessoas do gênero feminino demonstraram um índice de frequência maior, tendo respostas entre as opções “raramente”, “eventualmente”, “frequentemente” e “muito frequentemente”, enquanto os indivíduos do gênero masculino responderam entre “raramente”, “eventualmente” e

“frequentemente”. Isto comprova a afirmação de que adolescentes do gênero feminino sofrem mais com a pressão estética pregada na internet, tendo uma frequência maior de comparação.

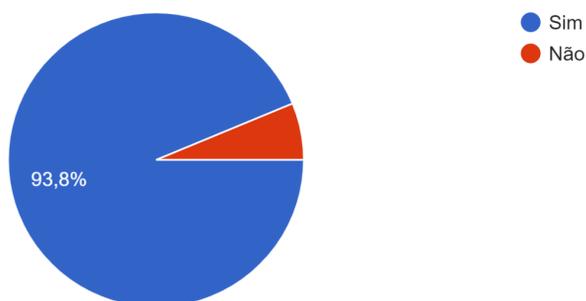
A respeito da relação da população com sua própria aparência e sua qualidade de vida, os indivíduos do gênero masculino tiveram uma taxa de prejuízo menor (cerca de 61%), tendo como principais queixas: magreza, sobrepeso, obesidade, evitar usar certas peças de roupa e evitar praticar esportes. Já os indivíduos do gênero feminino mostraram ter uma qualidade de vida consideravelmente mais afetada negativamente (cerca de 77%). As queixas apontadas foram: obsessão com a vida fitness, anemia, sintomas de bulimia nervosa, depressão, longos períodos de jejum, evitar vestir roupas específicas, evitar frequentar lugares, evitar viagens, evitar eventos em família que envolvem comida por medo de engordar, nojo do próprio corpo, desmaios ao ter contato com o público, preocupação excessiva com a opinião alheia ao respeito dos seus corpos, comentários negativos vindos de familiares e inseguranças com massa muscular.

Ao perguntar se há uma relação direta entre o uso das redes sociais e a ocorrência dos transtornos alimentares houve uma pequena incongruência, como mostra o gráfico 2, visto que as duas únicas pessoas que responderam que não acreditam na correlação entre esses dois fenômenos declararam ser do gênero feminino, usuárias do Instagram, que já se compararam fisicamente com outras pessoas na web e que já tiveram sua qualidade de vida negativamente afetada pela sua autoimagem.

Gráfico 2 — Opinião da população a respeito da influência das redes sociais na ocorrência de problemas de autoimagem e transtornos alimentares

Você acredita que as redes sociais têm influência na ocorrência de problemas de autoimagem e transtornos alimentares?

32 respostas





Fonte: dados coletados pelos autores

## 5.2 Imagens e autoavaliação

Foram selecionadas imagens de pessoas famosas com corpos diversos, variando entre homens e mulheres. Foi observado que, as imagens de corpos masculinos tiveram mais opiniões dizendo que as fotos eram reais, sendo que as fotos editadas tiveram uma quantidade de erro maior, pois a maioria das pessoas acreditavam que as fotos se tratava de corpos reais, principalmente a sétima imagem, onde a foto era editada e se tratava de um homem com sobrepeso.

Sobre as imagens de corpos femininos, as imagens editadas foram identificadas com mais facilidade por ambos os gêneros. Contudo, as fotos de mulheres que não foram editadas tiveram uma diferença pequena entre aqueles que acreditavam que as imagens eram reais e aqueles que acreditavam que as fotos eram editadas, apresentando uma maior dificuldade em identificar edições em fotos de mulheres.

Analisando as autoavaliações deixadas por parte daqueles que responderam ao formulário, a maioria dos comentários deixados evidenciam uma certa dificuldade em identificar os pontos editados nas fotos, principalmente porque são imagens de celebridades e a indústria não permitiria a circulação de imagens de celebridades com traços fora do padrão estético. Também foram deixados comentários sobre como as redes sociais podem enganar a população e, mesmo que existam imagens não editadas, existem fatores como iluminação e ângulo que também podem modificar a aparência de alguém. Também foi deixado um comentário sobre a cultura da pedofilia, que diz que o padrão de beleza ideal é possuir características infantis como a magreza, ausência de estrias, celulites, entre outros e como esse pensamento é enraizado na nossa sociedade desde muito cedo.

## 6. Considerações Finais

A partir da relação estabelecida durante a pesquisa entre o consumo de redes sociais e o surgimento de transtornos alimentares, principalmente quando se trata da romantização de um padrão de beleza, planeja-se criar um meio de informação sobre transtornos alimentares.

Comparando os objetivos específicos e resultados da pesquisa, foi possível realizar a identificação dos impactos dos TAs na qualidade de vida da população adolescente, mas não foi possível compreender plenamente a ocorrência e as causas dos



transtornos alimentares além do uso das redes sociais e outros fatores individuais, familiares/hereditários e socioculturais.

O protótipo que deve ser feito será de grande ajuda para informar a população sobre os dados coletados, além de divulgar outras redes que podem oferecer tratamentos eficazes para tais transtornos. Também existe a probabilidade do encontro de novos dados para as questões não esclarecidas por esta pesquisa, aprimorando sua eficiência.

## 7. Referências

A ABP apoia o Dia Mundial de Ação dos Transtornos Alimentares. Disponível em: <<https://www.abp.org.br/post/a-abp-apoia-o-dia-mundial-de-a%C3%A7%C3%A3o-dos-transtornos-alimentares>>. Acesso em: 28 ago. 2023.

AFONSO, A. S.; Uma Análise da Utilização das Redes Sociais em Ambientes Corporativos, 2009, 163 f. Dissertação (Mestrado em Tecnologias da Inteligência e Design Digital) - Pontifícia Universidade Católica, São Paulo, 2009. Acesso em: 01 nov. 2023.

AGÊNCIA SAÚDE. Alimentação saudável: dos frutos aos nuggets. Disponível em: <<https://bvsm.sau.gov.br/alimentacao-saudavel-dos-frutos-aos-nuggets/>>. Acesso em: 2 jun. 2024.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 5. ed. [s.l.] American Psychiatric Publishing, 2013. Acesso em: 24 ago. 2023.

BRAZ, W. M.; AQUINO, M. C.; OLIVEIRA, G. F. Avaliação dos transtornos alimentares e seus impactos na qualidade de vida: Uma revisão sistemática da literatura. ID online - Revista de Psicologia, p. 276–296, 2023. Acesso em: 08 nov. 2023.

COOPER Z. The development and maintenance of eating disorders. In: Brownell KD, Fairburn CG, editors. Eating disorders and obesity: a comprehensive handbook. New York: The Guilford Press; 1995. p. 199-206.



CORDÁS, T. A.; DE MEDEIROS CLAUDINO, A. Transtornos alimentares: fundamentos históricos. Revista Brasileira de Psiquiatria, mar. 2003.

COPETTI, Aline Vieira Sá; QUIROGA, Carolina Villanova. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. Rev. Psicol. IMED, Passo Fundo, v. 10, n. 2, p. 161-177, dez. 2018. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2175-50272018000200011&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-50272018000200011&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 28 ago. 2023.

DATA REPORTAL. Digital 2022: Global Overview Report. Disponível em: <<https://datareportal.com/reports/digital-2022-global-overview-report>>. Acesso em: 4 nov. 2023.

DE SOUZA LIMA, R.; NET, J. A. F.; DE CÁSSIA PEREIRA FARIAS, R. Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. NÚMERO TEMÁTICO “DIÁLOGOS NO CAMPO DA ANTROPOLOGIA DA ALIMENTAÇÃO”, p. 738, jul. 2015.

FELIX, M. (2017, novembro 26). Jovens usam códigos para promover a anorexia nas redes. VEJA. Disponível em: <<https://veja.abril.com.br/saude/estudo-codigos-secretos-sobre-anorexia-twitter/>>. Acesso em: 1 set. 2023.

F. S. REIS, FERNANDO R. SALGADO, ELINE A. REZENDE, MYLENA F. S. REIS, FERNANDO. O AUTODIAGNÓSTICO DOS TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS NAS REDES SOCIAIS. ANAIS DO VI SEMINÁRIO DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA DO CURSO DE PSICOLOGIA DA UNEVANGÉLICA, 2021.

HEBE BRAND J, Blum N, CONERS H, ENGLARO P, JUUL A. Leptin levels in patients with anorexia nervosa are reduced in the acute stage and elevated upon short-term weight restoration. Mol Psychiatry 1997;2:330-4

HILUY, J.; NUNES, F. T.; PEDROSA, M. A. A.; APPOLINÁRIO, J. C. B. Os transtornos alimentares nos sistemas classificatórios atuais: DSM-5 e CID-11. Debates em Psiquiatria, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 6-13, 2019. DOI:



10.25118/2763-9037.2019.v9.49.

Disponível

em:

<https://revistardp.org.br/revista/article/view/49>. Acesso em: 24 ago. 2023.

HOSPITAL SÃO JOSÉ. Entenda a importância de ter uma alimentação saudável. G1, jun. 2022.

PINTO, M. (2022, junho 5). *Por que é perigoso tratar os transtornos alimentares como “moda”*. F5 News. Disponível em: <https://www.f5news.com.br/cotidiano/por-que-e-perigoso-tratar-os-transtornos-alimentares-como-moda.html>.

MAGALHÃES, L.M.; BERNARDES, A.C.B.; TIENGO, A. A influência de blogueiras fitness no consumo alimentar da população. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. São Paulo, v. 11, n. 68, p. 685-692, jan/dez. 2017. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/629/492>. Acesso em: 04 nov. 2023.

MORGAN, C. M.; VECCHIATTIA, I. R.; NEGRÃO, A. B. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. Revista Brasileira de Psiquiatria, mar. 2003.

OLIVEIRA, R. C. PRESSÃO ESTÉTICA E AUTOIMAGEM: UM ESTUDO COM MULHERES DE DIFERENTES FAIXAS ETÁRIAS. [s.l.] Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul, 2021. Acesso em: 08 nov. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. CONHEÇA A SUA COMIDA. [s.l.: s.n.]. Disponível em: [https://www.afro.who.int/sites/default/files/2019-11/Food\\_Factsheets\\_07\\_PT.pdf](https://www.afro.who.int/sites/default/files/2019-11/Food_Factsheets_07_PT.pdf).

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Alimentação saudável. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/alimentacao-saudavel>. Acesso em: 2 jun. 2024.



PATTON GC, Selzer R, COFFEY C, CARLIN JB, WOLFE R. Onset of adolescent eating disorders: population based cohort study over 3 years. *BMJ* 1999;318(7186):765-8.

ROCHA, A. B. P.; SANTOS, M.; MAUX, S. INDÚSTRIA DA BELEZA COMO VETOR DA PRESSÃO ESTÉTICA: A influência das novas mídias na imposição de padrões. *Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação*, 2019. Acesso em: 08 nov. 2023.

STROBER M, FREEMAN R, LAMPERT C, DIAMOND J, KAYE W. Controlled family study of anorexia nervosa and bulimia nervosa: evidence of shared liability and transmission of partial syndromes. *Am J Psychiatry* 2000;157(3):393-401.

TAVARES, V. DA C. Transtornos Alimentares. In: GUANABARA KOOGAN (Ed.). *Nutrição Clínica*. [s.l: s.n.]. Acesso em: 24 ago. 2023.

TELES, I. S.; MEDEIROS, J. F. B. A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR E IMAGEM CORPORAL EM MULHERES – UMA REVISÃO DE LITERATURA. [s.l.] CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB, 2020. Acesso em: 08 nov. 2023.

TIRICO, P. P., STEFANO, S. C., & BLAY, S. L. (2010). Qualidade de vida e transtornos alimentares: uma revisão sistemática. *Cadernos de saúde pública*, 26(3), 431–449. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/s0102-311x2010000300002>>. Acesso em: 1 set. 2023.

VALE, A.M.O., & Elias, L.R. (2011). Transtornos Alimentares: uma perspectiva analítico-comportamental. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 13(1), 52-70.

WEINBERG, C. Do ideal ascético ao ideal estético: a evolução histórica da Anorexia Nervosa. *Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental*, jun. 2010.

## 8. Anexos



## Anexo 1

### Questionário

#### - Perguntas

Qual é o seu gênero?

Feminino

Masculino

Não-binário

Prefiro não dizer

Qual é a sua idade?

Entre 10 e 12 anos

Entre 13 e 15 anos

Entre 16 e 19 anos

Quais redes sociais você usa? (caixa de seleção)

Facebook

Instagram

X (Twitter)

TikTok

Pinterest

Discord

Você possui diagnóstico de algum transtorno alimentar? Se sim, especifique.  
(resposta discursiva)

Você se compara/já se comparou fisicamente com alguma pessoa que você viu nas redes sociais? Se sim, com que frequência?

Muito frequentemente

Frequentemente

Eventualmente

Raramente

Nunca

Você já teve sua qualidade de vida afetada negativamente por causa da sua autoimagem? (Ex: deixar de frequentar algum ambiente, evitar vestir algo específico).

Se sim, especifique.

(resposta discursiva)



Você acredita que as redes sociais têm influência na ocorrência de problemas de autoimagem e transtornos alimentares?

Sim

Não

- Corpos reais e irreais

Dez perguntas seguidas de diferentes imagens de celebridades, seguindo o seguinte modelo:

Esse corpo é real ou editado?

Corpo real

Corpo editado