



**A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES**

**THE INFLUENCE OF SOCIAL MEDIA ON THE DEVELOPMENT OF EATING DISORDERS IN ADOLESCENTS**

**LA INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN EL DESARROLLO DE TRASTORNOS ALIMENTARIOS EN ADOLESCENTES**

Maxiwilen Rocha Marques<sup>1</sup>, Milton Davi Pires Sanches<sup>2</sup>, José Carlos de Sales Ferreira<sup>3</sup>

Submetido em: 31/05/2021

e25358

Aprovado em: 20/06/2021

**RESUMO**

**Introdução:** Os transtornos alimentares possuem uma grande capacitância de interferência no modo de vida dos adolescentes, e na medida em que o tempo passa, compromete sua própria saúde física e mental, pois além de comprometer a visão de si próprio, afere dificuldades em se sociabilizar em meio a sociedade, pois ele fica tão focado em não ganhar peso ou em perder peso que acaba adquirindo outros tipos de patologias que podem levar ao óbito. **Objetivo:** Descrever a influência da mídia social no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. **Metodologia:** Este estudo será realizado por meio de coleta de dados a partir de fontes secundárias e levantamento bibliográfico. **Resultados e discussão:** a mídia se torna um fator muito determinante e causador em relação a aquisição de transtornos alimentares, pois a mesma viabiliza a informação e idealização de conceitos físicos aceitos pela sociedade, que acaba causando um desejo muito grande no público adolescente, que cada vez mais se degrada e se autoinferniza, com um único desejo de ser aceito pelos parâmetros normativos que a sociedade eleva por meio da mídia, de beleza ideal. **Conclusão:** Com esse estudo podemos analisar e compreender a força da mídia em relação ao padrão beleza ideal, nesse caso observou-se que os adolescentes afetados possuem a não aceitação corporal ocasionando a busca do corpo perfeito, tendo em vista fatores prejudiciais gerados por esses meios, dietas que comprometem o bom funcionamento do organismo e qualidade de vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes. Mídia. Sociedade. Transtornos.

**ABSTRACT**

**Introduction:** Eating disorders have a great capacitance of interference in the way of life of adolescents, and as time passes, it compromises their own physical and mental health, because in addition to compromising the vision of oneself, it assizes difficulties in socializing in society, because it is focused on not gaining weight or losing weight that ends up acquiring other types of pathologies that can lead to death. **Objective:** To describe the influence of social media on the development of eating disorders in adolescents. **Methodology:** This study will be carried out through data collection from secondary sources and bibliographic survey. **Results and discussion:** the media become a very determining and causative factor in relation to the acquisition of eating disorders, because it enables the information and idealization of physical concepts accepted by society, which ends up causing a very large desire in the adolescent public, which increasingly degrades and becomes infernized, with a single desire to be accepted by the normative parameters that society raises through the media, of ideal beauty. **Conclusion:** With this study we can analyze and understand the strength of the media in relation to the ideal beauty pattern, in this case observed – it is observed that the affected adolescents have the non-body acceptance causing the search for the perfect body, in view

<sup>1</sup> Graduandos do Curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário FAMETRO

<sup>2</sup> Graduandos do Curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário FAMETRO

<sup>3</sup> Orientador do TCC, Mestre em Ciência de Alimentos pela Universidade Federal do Amazonas



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwilen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

*of harmful factors generated by these means, diets that compromise the proper functioning of the organism and quality of life.*

**KEYWORDS:** Teenagers. Media. Society. Disorders.

### RESUMEN

**Introducción:** Los trastornos alimentarios tienen una gran capacidad de interferencia en el modo de vida de los adolescentes, y a medida que pasa el tiempo, compromete su propia salud física y mental, ya que además de comprometer la visión de uno mismo, asesina las dificultades para socializar en la sociedad, porque se centra en no ganar peso o perder peso que termina adquiriendo otro tipo de patologías que pueden llevar a la muerte. **Objetivo:** Describir la influencia de las redes sociales en el desarrollo de trastornos alimentarios en adolescentes. **Metodología:** Este estudio se llevará a cabo mediante la recogida de datos de fuentes secundarias y el levantamiento bibliográfico. **Resultados y discusión:** los medios de comunicación se convierten en un factor muy determinante y causal en relación a la adquisición de trastornos de la alimentación, porque posibilita la información e idealización de conceptos físicos aceptados por la sociedad, lo que termina provocando un deseo muy grande en el público adolescente, que cada vez más se degrada y se vuelve inferniza, con un único deseo de ser aceptado por los parámetros normativos que la sociedad plantea a través de los medios de comunicación. , de belleza ideal. **Conclusión:** Con este estudio podemos analizar y comprender la fuerza de los medios en relación con el patrón de belleza ideal, en este caso observado – se observa que los adolescentes afectados tienen la aceptación no corporal provocando la búsqueda del cuerpo perfecto, en vista de factores nocivos generados por estos medios.

**PALABRAS CLAVE:** Adolescentes. Medios de comunicación. Sociedad. Trastornos.

## 1 INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares possuem uma grande capacitância de interferência no modo de vida dos adolescentes, e na medida em que o tempo passa, comprometem sua própria saúde física e mental, pois além de comprometer a visão de si próprio, afere dificuldades em se sociabilizar em meio a sociedade, pois ele fica tão focado em não ganhar peso ou em perder peso que acaba adquirindo outros tipos de patologias que podem levar ao óbito (PIRES; BISPO; BONORINO, 2020).

Para Coelho e Russo (2020) os transtornos alimentares conhecidos como anorexia nervosa (AN) e bulimia nervosa (BN) são caracterizados por grandes problemas psicológicos e socioculturais, que atingem principalmente a adolescência, quando o indivíduo se torna mais propício a agravamentos no quadro psicológico por conta da sensibilidade e obsessão em fazer parte de um grupo social desejado pela grande maioria dos adolescentes. Na bulimia nervosa há uma alteração na capacidade de percepção visual de si mesmo, o que leva à indução de vômitos após as alimentações como maneira de evitar o ganho de peso.

Então, os adolescentes passam a ser um dos principais públicos alvos a serem influenciados pela mídia, ocasionando o uso de métodos de emagrecimento inadequados, para atingir o objetivo do corpo no padrão imposto pela sociedade. Sendo que a AN afeta em até 20 vezes mais mulheres do que os homens, ocasionando mais danos às pessoas que estão na fase da adolescência com incidência de 0,7% no Brasil (LISBOA, 2013).

A mídia por sua vez torna este problema cada vez mais frequente no cotidiano dos jovens adolescentes, pois lhes submete a uma pressão em adotar aquilo que é apresentado como fator



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwielen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

determinante, a beleza perfeita, o que torna mais desejável a finalidade de se submeter a sacrifícios a todo custo, por mais que venha a levar a deterioração corporal do adolescente, visto que essas patologias aumentam o grau de morbidade, caso não tratado antes que ocorra a piora (ALBINO; MACEDO, 2014). Diante dos pressupostos descritos, tem-se como questionamento: como a mídia influencia os adolescentes a terem os transtornos alimentares (AN) e (BN)?

Portanto, é de imensa importância abordar a respeito deste tema, visto que atualmente as mídias sociais são utilizadas por muitas pessoas, e acaba sendo uma ferramenta que pode influenciar e fazer com que os mesmos mudem a opinião acerca de si mesmo, tomando decisões que podem prejudicar sua saúde.

## 2 METODOLOGIA

### 2.1 Tipo de estudo

Este estudo foi realizado por meio de coleta de dados a partir de fontes secundárias e levantamento bibliográfico, conforme Pizzani et al (2012, p.53) define “A pesquisa bibliográfica em que busca a resolução de um problema (hipótese) por meio de referenciais teóricos publicados, analisando e discutindo as várias contribuições científicas”.

Nisso, para a organização dos dados se fará uso da metodologia dedutiva, onde Borges (2020) destaca que, o método dedutivo analisa um contexto, a fim de organizar os fatos e chegar à conclusão de uma veracidade.

### 2.2 Coleta de dados

Para o levantamento da literatura foram utilizados livros, revistas, teses, artigos de sites e bases de dados como: Scielo (*Scientific Electronic Library*), Pubmed (*Servico da National Library of Medicine*).

Desse modo, para as buscas dos artigos serão utilizados os seguintes descritores: mídia social; transtorno alimentar; adolescentes; nutricionista.

### 2.3 Análise de dados

Para critérios de inclusão, serão utilizadas referências entre 2010 a 2020, artigos com periódicos, sites, artigos acadêmicos que se enquadrem ao tema proposto, em que após a análise ocorra a demonstração dos resultados.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

### 3.1 Transtorno Alimentar (TA)

São caracterizados patologicamente de transtornos mentais, sendo que a pessoa se visualiza estar acima de peso na visão dela, mas que por sua vez a mesma se encontra em um



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwillen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

status físico de magreza absoluta e, por consequência disso, também possuirá um grande medo em engordar, etiológicamente possui um grande número de fatores para que isso ocorra, mas que o fator social possui uma grande ênfase motivacional para que este problema venha ocorrer com maior facilidade (OLIVEIRA e HUTZ, 2010).

Segundo Cocino (2020) os pacientes apresentam aspectos relacionados ao desejo de ser aceito em um meio social, e para que isso venha ocorrer, há a necessidade de se auto modificar, para que haja uma melhor aceitação em um ambiente propício, e como consequência disso, que venha obter fome, traumas psicológicos, estresse mental e insatisfação física (COCINO, 2020).

De acordo com Trindade (2019), mudanças no estado hormonal, no caso das mulheres, ausência de bom humor, e aumento de estresse, falência cardíaca e problemas respiratórios, problemas na estrutura óssea.

A grande maioria dos pacientes com transtornos alimentares, são do sexo feminino e por sua vez, possuem grande dificuldade em adoção das práticas de controle alimentar e emocional, e quase sempre acabam com um desfecho de abandono das terapias e com um grau significativo de problemas socioculturais, por conta de sua grande insatisfação corporal (MANOCHIO *et al.*, 2018).

A pessoa não possui uma conformidade visual e psicológica em relação ao seu corpo, por conta de acreditar que nunca está ocorrendo uma permanência aceitável relacionada a seu peso, o que acaba causando insatisfação e tristeza, e favorecendo a obtenção de um certo grau de uma atitude depressiva e reclusão da sociedade (BERNARDES, 2010).

### 3.2 Anorexia Nervosa (AN)

Na (AN) a pessoa se enxerga visivelmente acima do peso, o que acaba acometendo uma depressão, pois possui um grande medo da obtenção elevada de peso, o que acaba acarretando uma busca exacerbada pela redução extrema de peso exagerado, mas que na verdade, por conta do distúrbio, sua percepção visual própria se encontra irregular (SÁ e ARTEIRO, 2012).

Nos sintomas ocorre a grande ausência de autoestima e comportamentos depressivos, como reclusão em relação ao meio social, falta de bom humor, autosegregação e múltiplos complexos de nervosismo. Visivelmente com abatimento físico e com cavidade ósseas aparentes e muito mais visíveis e possuindo níveis de estresse psicológicos altos (DSM-5, 2014).

Os fatores de risco relacionados as pessoas sexo feminino atingem cerca de 95% dos indivíduos, por conta da possessividade e de sua autoexigência em relação a medidas adotadas pelas maiorias dessas jovens em se inserir em algum grupo social específico, que acabam tomando medidas de uma autocobrança muito elevada e que por fim ocasionam estresse e debilidade corporal e psicológica (TRINDADE, 2019).

O diagnóstico é pela apresentação destas situações: repreensão no âmbito de obter peso e permanência de medo em obter grande massa corporal, levando a um valor calórico corporal minimamente reduzido e muito abaixo do normal em relação ao de uma pessoa com valores calóricos



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwellen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

corporal habitualmente normais, reclusão na ingestão de alimentos necessários para a alimentação corporal, e com isso reduzindo o desempenho vital do corpo (DSM-5, 2014).

Barbosa *et al* (2019) destacam que, para uma melhora significativa no quadro de um paciente com anorexia, torna-se cabível uma supervisão nos parâmetros alimentares para assim, tornar concebível uma educação com uma ênfase nos padrões corretos de ter uma alimentação correta e saudável, o grupo familiar se torna um fator muito importante para que isso venha ocorrer, pois em meio familiar o paciente pode obter com mais facilidade o hábito de se alimentar de uma maneira com uma melhor habitualidade, obtendo assim um costume.

### 3.3 Bulimia Nervosa (BN)

Conforme Attia; Walsh (2018, p.1) a bulimia nervosa é um distúrbio compulsório pelo ato que se alimentar de maneira irregular ao normal e tão pouco exigidas pelas necessidades corporais, acometendo indução de vômitos auto induzidos, elevando o grau compensatório relacionado aos alimentos ingeridos em uma grande proporção, acolhimento de diuréticos com a intenção de inibição da massa adquirida de maneira irregular e exacerbada.

A sintomatologia ocorre pelo ato de se alimentar com mais frequência, mas que ao mesmo tempo utilizando a opção de indução ao vômito, para assim obter uma prevenção ao ganho abusivo de peso, reconfigurando na alimentação uma maneira de obter conforto e calma, mais que não são constituídas propriamente da fisiologia de fome (DINIZ; LIMA, 2017).

Para Silva e Batista (2016) os ideais das necessidades corporais se tornam subjetivos e desnecessários na concepção da pessoa em relação ao corpo, pois por conta desse transtorno alimentar, a pessoa acaba rejeitando valores calóricos primordiais para a manutenção vital da estrutura corpórea, por conta de sua autoavaliação visual baseada em preceitos da aceitação em meio social, onde a mesma acaba adotando métodos nada benéficos em sua educação alimentar.

Os critérios de diagnóstico são através da apresentação desses sintomas: ingestão compulsiva de uma grande quantidade de alimentos sem necessidade, opção relacionada a compensação imprópria em relação ao consumo exorbitante de alimentação acima da média, e levando a morbidade, incabível maneira de se sentir aliviado com o consumo elevado de alimentação com o teor calórico alto em relação ao necessário ao solicitado pelo corpo (DSM-5, 2014).

“O tratamento é feito com Terapia cognitivo-comportamental (TCC); Psicoterapia interpessoal (PTI) e Inibidor seletivo de recaptção de serotonina ISRSs. A terapia geralmente envolve 16 a 20 sessões individuais ao longo de 4 a 5 meses, podendo ser feita em grupo” (ATTIA; WALSH, 2018, p.3).

### 3.4. Influência da mídia social no desenvolvimento do transtorno alimentar em adolescentes

De acordo com Copetti; Quiroga (2018) a mídia se torna um fator muito determinante e causador em relação a aquisição de transtornos alimentares, pois a mesma viabiliza a informação e



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwillen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

idealização de conceitos físicos aceitos pela sociedade, que acaba causando um desejo muito grande no público adolescente, que cada vez mais se degrada e se autoinferniza, com um único desejo de ser aceito pelos parâmetros normativos que a sociedade eleva por meio da mídia, de beleza ideal.

No período da adolescência, os jovens se encontram em uma fase da vida em que a aparência física se torna um fator muito predominante em meio a sociedade, pois ocorrem muitos julgamentos por parte das pessoas em relação a forma física ideal, proposta pelos grandes meios de comunicações caracterizados pela mídia, onde os leva a seguir os preceitos impostos por ela (BITTAR e SOARES, 2020).

Pessoas com baixa autoestima, onde as mesmas somente desejam se tornar parte de um todo e permanecer em um grupo social e nele suprir suas necessidades básicas de vivência e de obter vínculos de amizade, para que venha a ocorrer uma satisfação e conforto por causa da aceitação da forma física adotada por eles (REZENDE e CASTRO, 2019).

Na fase de Adolescência os jovens se encontram em um momento de autodesenvolvimento, onde os mesmos buscam, por um meio ético, com a possibilidade de se encaixar e de obter um círculo social de amizade e relacionamentos interpessoais. As atividades associadas a mídia, os mostra que para que isso ocorra, é necessário a adoção de métodos irregulares em relação a alimentação, fortalecendo o desenvolvimento de transtornos (RODRIGUES, 2019).

Uzuniam e Vitalle (2015) afirmam que, a forma física adequada apresentada pela mídia, mostra formas corporais definidas e magreza, e quem não aderir a estes preceitos, não fará parte deste meio social proposto pela sociedade, o que leva muitos adolescentes a se punirem e serem afetados com maior intensidade por este problema tão comum relacionado com a ênfase na beleza perfeita.

As mídias sociais se intensificam cada vez mais, por também possuir grande aspecto influenciador nas vidas dos adolescentes, que os leva a acreditar que se eles não adotarem esta forma de beleza apresentada por ela, eles se tornarão pessoas com a aparência física irregular a forma normal aceita pelos meios de comunicações e redes sociais (TEIXEIRA *et al.*, 2016).

Os conceitos corporais dos adolescentes se tornam reprimidos pelos apresentados pela mídia, pois a mesma, mostra repreensão no caso da não adoção das práticas plausíveis, para a aquisição da aparência ideal, o que causa estresse por grande parte do grupo dos adolescentes, acarretando possíveis transtornos alimentares (CASTRO, 2020).

Conforme Silva (2018) os conceitos propostos pela mídia, se tornam controversos aos vistos na realidade presenciadas no meio dos adolescentes, pois a mesma apresenta preceitos da maneira mais correta possível fisicamente e saudável, mas que não mostram e nem apresentam as consequências adquiridas ao adotar esses métodos que prejudicam seu bem-estar.

Na fase da adolescência, múltiplas mudanças são presenciadas, muitas delas relacionadas a mudança na aparência física do corpo e variações emocionais, que por sua vez acabam



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwilen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

favorecendo a obtenção de muitos problemas e reclusões, em relação a aparência não desejada, que no caso o corpo assuma, desenvolvendo transtornos alimentares em alguns adolescentes (DIAMANTINO, 2020; FONTENELES *et al.*, 2019).

Para Fonteneles *et al* (2012) sempre é perceptível o poder que a mídia exerce sobre a maneira fisicamente perfeita, e aceita pelos padrões de beleza sociais apresentados pela mesma, o que acaba forçando muitos a buscarem se encaixar nos parâmetros impostos pelos veículos de comunicação (FONTENELES *et al.*, 2012).

A mídia social pode causar problemas graves na vida dos adolescentes, pois ela impõe uma cobrança cada vez maior na vida das pessoas, como a facilidade de induzir a aceitação de que a beleza física mostrada nas propagandas é somente o que deve valer a pena e de se levar em consideração, gerando assim, muitos sentimentos de tristeza em relação a insatisfação corporal (FERNANDES, 2019).

Os adolescentes devem ser acompanhados de um profissional de saúde, pois a estrutura corporal possui um limite, onde o mesmo, se não respeitado acarretará em muitas consequências para o indivíduo, e as maneiras de se alimentar, vestir e agir, equivalem a cada ser humano específico, e que devem ser levadas em consideração na hora de um diagnóstico sobre o desenvolvimento de algum transtorno alimentar (BARROS, 2019).

### 3.4 Papel do nutricionista no tratamento do transtorno alimentar

De acordo com Timerman (2020) mostrar o caminho correto para o equilíbrio, entre o ato de obter uma alimentação saudável e de respeito com as necessidades do corpo humano, o profissional deve apresentar maneiras de se obter uma vida com mais saúde e boas práticas de atividades físicas regulares, para o tratamento de transtornos alimentares e de assim obter uma melhor aceitação de uma forma física corporal normal e correta.

Dependendo do transtorno específico, o profissional deve apresentar uma educação alimentar adequada e acompanhamento psicológico, para que assim o paciente com transtorno alimentar desfrute uma melhor qualidade de vida e que também obtenha melhorias em seu quadro físico por meio de terapia (MORAES e KAROLINE, 2016).

Para Farias e Rosa (2020), motivar o paciente com transtorno alimentar a obter um comportamento alimentar mais correto e adequado, para facilitar a obtenção de qualidade de vida, saúde física e mental, mostrar maneiras de obtenção de resultados e de transformação visual de características incorretas, implantar pensamento de autoestima e conformidade pessoal no indivíduo.

Um trabalho bem direcionado de um nutricionista em um paciente com distúrbio mental, fundamenta a concepção de uma melhora gradativa e conceitua parâmetros psicológicos adequados, causando a redução da depressão e da insatisfação corporal, mostrando assim, um caminho onde o meio familiar se torna o principal auxiliador na melhora do paciente (INÁCIO; CORREIO e FERREIRA, 2018).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwillen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

O nutricionista auxilia no comportamento de uma pessoa que possui um transtorno alimentar, utilizando a nutrição comportamental, que observa o tipo de comportamento adotado por aquela pessoa, e assim checando possíveis vias de soluções para o problema e estabelecendo comportamentos mais corretos a serem adotados pelo paciente (CATÃO e TAVARES, 2017).

Cazoolo (2019), descreve que, o profissional precisa mostrar meios de resoluções para o problema específico e buscar minimizar acometimentos de instabilidade emocional por parte do paciente, e buscar promover uma manutenção nos hábitos inapropriados do adolescente, para que com isso o mesmo possa obter uma evolução no quadro emocional e físico, pois o estado emocional de um adolescente é muito mais vulnerável a desenvolver problemas psicológicos.

Evidenciando e expondo o problema em questão, para que haja uma concepção de que existe uma situação a ser resolvida, deve haver um acompanhamento e poder ser feita uma esquematização sobre terapias comportamentais em sociedade para uma reconstrução da habilidade de obtenção de uma melhor autoestima (ANTONIAZZI, 2020).

Criação de um planejamento de terapia, para a aprendizagem da maneira correta do ato de ser alimentar, em conformidade com as necessidades do corpo e balanceando para manter um controle do equilíbrio perfeito nutricional do paciente, para melhor determinar um diagnóstico mais preciso (SBEM, 2010).

Deve haver um controle na densidade calórica obtida pelo paciente para promover melhores hábitos alimentares, acarretando uma redução e melhora na compulsão descontrolada de ingestão de alimentos desnecessários para o organismo, assim o tornando mais saudável e livre de irregularidades (MIRANDA, 2013).

Conforme Silva e Santos (2017) a educação sobre os modos alimentares se torna muito importante para a reformulação do tratamento de pessoas com transtornos alimentares, o auto posicionamento em relação a mudança acarreta em uma boa aquisição de habilidades psicológicas fundamentais para a conscientização para que venha ocorrer a mudança.

Uma abordagem técnica, com um bom diálogo com o paciente, buscando o autoconhecimento e lhe fornecendo alternativas sobre um bom estado emocional e físico, buscando uma autoestima interior e construindo a obtenção de bons hábitos alimentares, para que a própria pessoa perceba o grau de vantagem, em optar por uma melhor qualidade de vida seguindo as orientações recomendadas (MERCOLI, 2018).

#### 4 CONCLUSÃO

Com esse estudo pode-se analisar e compreender a força da mídia em relação ao padrão beleza ideal, nesse caso observou-se que os adolescentes afetados possuem a não aceitação corporal ocasionando a busca pelo corpo perfeito, tendo em vista fatores prejudiciais gerados por esses meios, resultando em dietas que comprometem o bom funcionamento do organismo e qualidade de vida.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwellen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

Portanto, essa problemática afeta diretamente a alimentação e conseqüentemente contribui para o desenvolvimento desses transtornos concebidos através da mídia e das redes sociais.

### REFERÊNCIAS

- ANTONIAZZI, L. **Qual o papel do Nutricionista na Prevenção de Transtornos Alimentares?**. Rio de Janeiro: Nutrir educacional, 2020. Disponível em: [file:///C:/Users/ze/Desktop/2020819\\_144824\\_Aula%20TCC%201%20\(projeto%20\).pdf](file:///C:/Users/ze/Desktop/2020819_144824_Aula%20TCC%201%20(projeto%20).pdf). Acesso em: 01 nov. 2020.
- ATTIA, E; WALSH, B. T. **Bulimia nervosa**. São Paulo: MSDMANUALS, 2018. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbiosdesa%C3%BAdementa/ transtornosalimentares/bulimianervosa#:~:text=A%20bulimia%20nervosa%20%C3%A9%20um,purga%C3%A7%C3%A3o%20jejum%20ou%20exerc%C3%ADcio>. Acesso em: 30 out. 2020.
- ALBINO, E. B. S.; MACÊDO, E. M. C. Transtornos alimentares na adolescência: uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica de Ciências**, Veredas, v. 7, n. 1, 2014. ISSN 1984-8463-2014.
- AVESANI, C. M.; SANTOS, N. S. J.; CUPPARI, L. Recomendações Nutricionais. *In.*: CUPPARI, Lilian. **Guia de Nutrição: clínica do adulto**. 3. ed. Barueri: Manole, 2014. p. 24-72.
- BARBOSA, A. L. P. et al. **Psicologia e Transtornos alimentares: Produção Científica sobre Anorexia e Bulimia Nervosa**. 2019. TCC (Graduação em Psicologia) - Centro universitário de Anápolis, Goiânia, 2019.
- BARROS, Y. I. B. **Imagem corporal e a influência da mídia na construção do corpo feminino**. 2019. TCC (Graduação em Enfermagem) - Universidade Católica Do Salvador, Salvador, 2019.
- BERNARDES, T. **Adolescência, mídia e transtornos alimentares: uma revisão bibliográfica**. 2010. TCC (Graduação em Enfermagem) - UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA, Rio Grande do Sul.
- BITTAR, C.; SOARES, A. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. **Cad. Bras. Ter. Ocup**, São Carlos, v. 28, n.1, jan./mar. 2020.
- BORGES, D. **Método Dedutivo, o que é?** Definição, principais características e exemplo. São Paulo: Conhecimento científico, 2020. Disponível em: <https://conhecimentocientifico.r7.com/metodo-dedutivo/>. Acesso em: 31 out. 2020.
- BRASIL. ANVISA – AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. **Resolução RDC nº 275, de 21 de outubro de 2002**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, Poder Executivo, de 23 de outubro de 2003.
- CASTRO, L. O. **A Influência da mídia sobre a imagem corporal e os distúrbios/transtornos alimentares: anorexia e bulimia nervosa**. Rio de Janeiro: BE, 2020. Disponível em: <https://meuartigo.brasilecola.uol.com.br/saude/a-influencia-midia-sobreimagemcorporalosdisturbios-.htm>. Acesso em: 31 out. 2020.
- CATÃO, L. G.; TAVARES, R. L. Técnicas da Nutrição Comportamental no Tratamento dos Transtornos Alimentares. **Revista Campo do Saber**, v. 3, n. 1, jan./jun. 2017. ISSN 2447-5017.
- CAZOLO. **Transtornos alimentares e a importância da consulta com um profissional habilitado**. São Paulo: Saúde Debate, 2019. Disponível em:



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwellen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

<http://saudedebate.com.br/noticias/transtornos-alimentares-e-a-importancia-da-consulta-com-um-profissional-habilitado>. Acesso em: 30 out. 2020.

COCINO, E. **Transtorno alimentar**: o que você precisa saber agora. Boa Viagem: Ellen Cocino, 2020. Disponível em: <https://www.ellencocino.com/novidades/transtorno-alimentar>. Acesso em: 01 nov. 2020.

COELHO, S. P. RUSSO, S. M. **Aspectos Psicológicos dos Transtornos Alimentares**. Rio de Janeiro: Nutrição em pauta. RJ, 2020. Disponível em: [https://www.nutricaoempauta.com.br/lista\\_artigo.php?cod=2971](https://www.nutricaoempauta.com.br/lista_artigo.php?cod=2971). Acesso em: 02 nov. 2020.

COPETTI, A. V. S.; QUIROGA, C. V. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Rev. Psicol IMED**, Passo Fundo, v.10, n. 2, jul./dez. 2018.

DINIZ, N. O.; LIMA, D. M. A. A atuação do psicólogo no atendimento a pacientes com transtorno alimentar de bulimia nervosa. **Rev. Humanidades**, Fortaleza, v. 32, n. 2, p. 214-222, jul./dez. 2017.

DIAMANTINO, R. M. A psicologia com foco nas múltiplas práticas em saúde mental. Ponta Grossa: Editora Atena, 2020. 93 p.

DSM-5. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. 5. ed. Rio Grande do Sul: Artmed, 2014. 917 p.

FARIAS, C. T. S.; ROSA, R. H. A educação alimentar e nutricional como estratégia no tratamento dos transtornos alimentares. **Braz. J. Hea. Rev.**, Curitiba, v. 3, n. 4, p. 10611-10620, jul./ago. 2020.

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. Monografia (Curso de Graduação em Nutrição) - Universidade federal de ouro preto – UFOP, Ouro Preto, 2019.

FONTENELES, I. S. et al. **Transtornos alimentares**: a influência da mídia na insatisfação e distúrbio da imagem corporal e o manejo interdisciplinar desses pacientes. 2012. Monografia (Curso de Psicologia) - Universidade Federal do Ceará - Campus Cariri, Ceará, 2012.

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

INÁCIO, A. R.; CORREIO, J. M.; FERREIRA, G. S. Estratégias nutricionais no acompanhamento de pacientes com anorexia nervosa – uma revisão da literatura. **Revista Saúde UniToledo**, Araçatuba, v. 02, n. 01, p. 36-49, ago. 2018.

LISBOA, L. **Terapia Nutricional em pacientes com anorexia**. São Paulo: Prodiét, 2013. Disponível em: <https://prodiét.com.br/blog/2013/10/02/terapia-nutricional-em-pacientes-com-anorexia/>. Acesso em: 30 out 2020.

MANOCHIO, M. G. et al. Tratamento dos transtornos alimentares: perfil dos pacientes e desfecho do seguimento. **Revista interdisciplinar de promoção da saúde**, v. 1, n. 1, jan./mar. 2018.

MERCOLI, C. **Entrevista com especialista**: Transtornos alimentares e as novas técnicas de tratamento. São Paulo: Prodiét, 2018. Disponível em: <https://prodiét.com.br/blog/2018/08/27/transtornos-alimentares-e-as-novas-tecnicas-de-tratamento/>. Acesso em: 01 nov. 2020.

MIRANDA, R. P. Manejo nutricional dos transtornos alimentares na obesidade: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 7, n. 39, p. 45-56, maio/jun. 2013. ISSN 1981-9919.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwellen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

MORAES, A. P.; KAROLINE, A. **Nutricionista, Conheça Mais Sobre os Transtornos Alimentares.** Rio de Janeiro: BC, 2016. Disponível em: [http://www.cookie.com.br/nutricionistatranstornosalimentares/#:~:text=A%20compuls%C3%A3o%20alimentar%20peri%C3%B3dica%20\(TCAP,perda%20de%20controle%20e%20culpa.](http://www.cookie.com.br/nutricionistatranstornosalimentares/#:~:text=A%20compuls%C3%A3o%20alimentar%20peri%C3%B3dica%20(TCAP,perda%20de%20controle%20e%20culpa.) Acesso em: 30 out 2020.

OLIVEIRA, L. L.; HUTZ, C. S. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Psicol. Estud**, Maringá, v. 15, n. 3, set. 2010.

PIRES, A. S.; BISPO, D. M. F.; BONORINO, E. B. **Transtornos alimentares:** influência da mídia social e a juventude. 2020. TCC (Graduação Nutrição) - Faculdade Brasileira – Multivix, Espírito Santo, 2020.

PIZZANI, L. et al. A arte da pesquisa bibliográfica na busca do conhecimento. **Rev. Dig. Bibl. Ci. Inf., Campinas**, v. 10, n. 1, p. 53-66, jul./dez. 2012. ISSN 1678-765X.

REZENDE, B. B. **Transtornos alimentares:** a influência das mídias sociais na percepção da imagem corporal de jovens e adolescentes. 2019. Monografia (Graduação em Nutrição) - Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, Brasília, 2019.

RODRIGUES, D. S. S. **A influência das mídias sociais na autoimagem da mulher.** 2019. Monografia (Curso de Nutrição) - Universidade do extremo sul catarinense – UNESC, Santa Catarina, 2019.

SÁ, M.; ARTEIRO, C. **Anorexia Nervosa:** Definição, Diagnóstico e Tratamento. 2012. Monografia (Graduação em Nutrição) - Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto, 2012.

SBEM – Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia. **Plano alimentar o papel nutricional.** Rio de Janeiro: SBEM, 2010. Disponível em: <https://www.endocrino.org.br/planoalimentaropapeldonutricionista/#:~:text=Na%20pr%C3%A1tica%20cl%C3%ADnica%2C%20o%20nutricionista,representam%20a%20tend%C3%Aancia%20%C3%A0%20obesidade.> Acesso em: 01 nov. 2020.

SILVA, D. G.; BATISTA, D. E. F. Mídia e adolescentes com bulimia nervosa: concepções acerca da imagem corporal. **Revista Digital**, n. 220, set. 2016.

SILVA, G. L. **Influência da mídia sobre o comportamento alimentar e imagem corporal em universitários.** 2018. Monografia (Curso de Graduação em Nutrição) - Universidade federal de Pernambuco, Recife, 2018.

SILVA, M. P.; SANTOS, M. L. Atuação do psicólogo e do nutricionista na mudança do comportamento alimentar. *In.: Anais da Mostra de Pesquisa em Ciência e Tecnologia 2017.* Anais... Fortaleza(CE) DeVry Brasil - Damásio - Ibmecc, 2019. Disponível em: <https://www.even3.com.br/anais/mpct2017/47649-atuacao-do-psicologo-e-do-nutricionista-na-mudanca-do-comportamento-alimentar/>. Acesso em: 31 out. 2020.

TEIXEIRA, G. K. B. et al. **Anorexia Nervosa:** a influência da mídia em adolescentes que buscam o corpo perfeito. 2016 (Curso de Nutrição) – Centro Universitário Atenas, Minas Gerais, 2016.

TIMERMAN, F. **Qual o papel do nutricionista no tratamento dos transtornos alimentares.** São Paulo: EV, 2020. Disponível em: <http://www.euvejo.vc/qual-o-papel-nutricionista-no-tratamento-dos-transtornos-alimentares/>. Acesso em: 19 out. 2020.



**RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR**  
**ISSN 2675-6218**

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA SOCIAL NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES  
Maxiwellen Rocha Marques, Milton Davi Pires Sanches, José Carlos de Sales Ferreira

TRINDADE, L. **Anorexia e bulimia**: o papel do nutricionista. Rio de Janeiro: Lusíadas, 2019.

Disponível em: <https://rotasaude.lusiadas.pt/doencas/sintomas-e-tratamentos/anorexia-bulimia-papel-nutricionista/>. Acesso em: 31 out. 2020.

UZUNIAN, L. G.; VITALLE, M. S. S. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. **Ciênc. saúde coletiva** [online], v. 20, n. 11, p.3495-3508, 2015. ISSN 1678-4561. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320152011.18362014>.