



**FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**EDUCATIONAL TOOLS ON THE INFLUENCE OF SOCIAL MEDIA ON THE BODY IMAGE OF ADOLESCENTS: AN INTEGRATIVE REVIEW**

**HERRAMIENTAS EDUCATIVAS SOBRE LA INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LA IMAGEN CORPORAL DE LOS ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN INTEGRADORA**

Livianne Gomes da Silva<sup>1</sup>, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida<sup>1</sup>

e432812

<https://doi.org/10.47820/recima21.v4i3.2812>

PUBLICADO: 03/2023

**RESUMO**

Objetivo: identificar as ferramentas educativas disponíveis sobre a influência das mídias sociais na imagem corporal de adolescentes na literatura. Método: estudo de revisão integrativa realizada na PubMed, *ScienceDirect*, Lilacs e Medline via BVS, pelos critérios orientadores PICO; através do DECs e MeSH: mídias sociais, rede social, imagem corporal, adolescentes e educação, nos idiomas português, espanhol e inglês. Os critérios de inclusão foram: artigos completos disponibilizados na íntegra, nas bases de dados selecionadas, que apresentavam aderência à temática nos idiomas português, espanhol e inglês, publicados entre os anos de 2013 e 2022, com vistas a identificar as evidências da temática em questão publicadas nos últimos 10 (dez) anos. Resultados: a amostra incluiu 19 artigos, sendo 16 internacionais e 3 nacionais com diversas abordagens metodológicas e contextos investigativos. Os dados foram organizados conforme as categorias: influência da mídia social na imagem corporal (15 artigos) e intervenções educativas sobre essa temática (4 artigos). Conclusão: a mídia social tem contribuído para o aumento da pressão corporal. Além disso, a internalização da mídia está relacionada com a insatisfação da imagem corporal entre adolescentes do sexo feminino. Conclui-se que existe uma grande demanda por intervenções sobre imagem corporal e influência da mídia social para adolescentes. Consequentemente, há uma necessidade de ações educativas que abordam o uso de mídias sociais e preocupações com a imagem corporal entre meninas adolescentes para prevenir e minimizar danos potenciais à saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescente. Imagem corporal. Mídias Sociais.

**ABSTRACT**

*Objective: to identify the educational tools available on the influence of social media on the body image of adolescents in the literature. Method: integrative review study conducted at PubMed, ScienceDirect, Lilacs and Medline via VHL, according to pico guiding criteria; through DECs and MeSH: social media, social networking, body image, adolescents and education, in Portuguese, Spanish and English. The inclusion criteria were: complete articles made available in full, in the selected databases, which presented adherence to the theme in Portuguese, Spanish and English, published between 2013 and 2022, with a view to identifying the evidence of the theme in question published in the last 10 (ten) years. Results: the sample included 19 articles, 16 international and 3 national with various methodological approaches and investigative contexts. The data were organized according to the categories: influence of social media on body image (15 articles) and educational interventions on this theme (4 articles). Conclusion: social media has contributed to increased body pressure. In addition, the internalization of the media is related to body image dissatisfaction among female adolescents. It is concluded that there is a great demand for interventions on body image and social media influence for adolescents. Consequently, there is a need for educational actions that address the use of social media and body image concerns among adolescent girls to prevent and minimize potential health damage.*

**KEYWORDS:** Adolescent. Body image. Social Media.

<sup>1</sup> Universidade Estadual do Ceará.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

### RESUMEN

*Objetivo: identificar las herramientas educativas disponibles sobre la influencia de las redes sociales en la imagen corporal de los adolescentes en la literatura. Método: estudio de revisión integradora realizado en PubMed, ScienceDirect, Lilacs y Medline vía BVS, según criterios de guía pico; a través de DEC y MeSH: redes sociales, imagen corporal, adolescentes y educación, en portugués, español e inglés. Los criterios de inclusión fueron: artículos completos disponibles en su totalidad, en las bases de datos seleccionadas, que presentaron adhesión al tema en portugués, español e inglés, publicados entre 2013 y 2022, con el fin de identificar la evidencia del tema en cuestión publicada en los últimos 10 (diez) años. Resultados: la muestra incluyó 19 artículos, 16 internacionales y 3 nacionales con diversos enfoques metodológicos y contextos de investigación. Los datos fueron organizados según las categorías: influencia de las redes sociales en la imagen corporal (15 artículos) e intervenciones educativas sobre este tema (4 artículos). Conclusión: las redes sociales han contribuido al aumento de la presión corporal. Además, la internalización de los medios de comunicación está relacionada con la insatisfacción con la imagen corporal entre los adolescentes. Se concluye que existe una gran demanda de intervenciones sobre la imagen corporal y la influencia de las redes sociales para los adolescentes. En consecuencia, se necesitan acciones educativas que aborden el uso de las redes sociales y las preocupaciones sobre la imagen corporal entre los adolescentes para prevenir y minimizar los posibles daños a la salud.*

**PALABRAS CLAVE:** Adolescente. Imagen corporal. Redes sociales.

### INTRODUÇÃO

A adolescência é uma fase da vida que apresenta mudanças biológicas, psicológicas e socioculturais, sendo considerada um momento de vulnerabilidade para o surgimento de sintomas de Transtornos Alimentares (TA) (OZIER; HENRY; AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION, 2011).

A grande presença das mídias sociais no cotidiano dos adolescentes, favorecem a comparação e o estabelecimento de padrões inalcançáveis do que a sociedade estabelece como bonito ou desejável. A contribuição das mídias no desenvolvimento de TA acontece devido sua influência na construção da imagem corporal e na propagação de ideais de beleza, resultando na insatisfação corporal ao fazer comparação entre o corpo atual e o corpo disseminado como ideal pelas mídias sociais (POLESSO; MACHADO, 2022).

A Imagem corporal é um fenômeno complexo, sendo construído e estruturado num contato contínuo com o mundo e com nós mesmos (SCHILDER, 1994, p. 152). Esse processo de construção contempla os aspectos fisiológicos, emocionais e sociais que estão intimamente relacionados.

Assim, as ações educativas em saúde são necessárias para prevenir a insatisfação corporal desde a adolescência, podendo desencorajar comportamentos de saúde de risco posteriores, bem como reduzir a carga de saúde pública global (BORNIOI *et al.*, 2019).

Nesse contexto, a utilização de tecnologias poderá ser eficaz no meio educacional para ajudar os estudantes a adquirir competências necessárias para tomar decisões e solucionar problemas, bem como para formar pessoas que buscam, analisam e avaliam a informação (UNESCO, 2009).

O desenvolvimento de mais estudos no âmbito nacional sobre as ferramentas educativas voltadas para a prevenção da influência negativa das mídias sociais na imagem corporal de



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

adolescentes, visa melhorar as medidas de prevenção dos transtornos mentais (POLESSO; MACHADO, 2022).

Diante disso, o objetivo do estudo é identificar as ferramentas educativas disponíveis na literatura sobre a influência das mídias sociais na imagem corporal de adolescentes.

### MÉTODO

A Revisão Integrativa de Literatura (RIL) é uma abordagem metodológica que tem como objetivo a integração de estudos experimentais e não-experimentais com base na produção de um levantamento sobre uma determinada temática em estudo (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Assim, esta revisão integrativa, foi desenvolvida em seis etapas: 1) identificação do tema e seleção da hipótese ou pergunta de pesquisa; 2) definição de critérios de inclusão e exclusão de estudos/amostragem ou busca na literatura; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/ categorização dos estudos; 4) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; 5) interpretação e discussão dos resultados; 6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

Neste estudo, elegemos como questão norteadora: Quais as ferramentas educativas em saúde utilizadas diante da influência da mídia social na imagem corporal de adolescentes? Para a definição da pergunta, utilizou-se a estratégia PICO, detalhada no Quadro 1.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

**Quadro 1** - Elementos da estratégia PICO

Objetivo/ Problema	<b>Identificar as ferramentas educativas disponíveis na literatura sobre a influência das mídias sociais na imagem corporal de adolescentes.</b>		
	P	I	Co
Extração	Adolescente	Ferramentas educativas sobre a influência das mídias sociais na imagem corporal de adolescentes.	Mundial
Conversão	Adolescente	Educação Mídias sociais Imagem corporal	Mundial
Combinação	Adolescente OR Adolescentes OR Adolescência OR Jovem OR Jovens OR Juventude	Educação OR Atividades Educacionais OR Atividades Educativas OR Atividades Socioeducativas  Mídias sociais OR Meios de Comunicação Sociais  Imagem corporal OR Identidade corporal	Mundial
Construção	Adolescente OR Adolescentes OR Adolescência OR Jovem OR Jovens OR Juventude	Educação OR Atividades Educacionais OR Atividades Educativas OR Atividades Socioeducativas AND Mídias sociais OR Meios de Comunicação Sociais AND Imagem corporal OR Identidade corporal	Mundial OR Internacional
Uso		Adolescente OR Adolescentes OR Adolescência OR Jovem OR Jovens OR Juventude AND Educação OR Atividades Educacionais OR Atividades Educativas OR Atividades Socioeducativas AND Mídias sociais OR Meios de Comunicação Sociais AND Imagem corporal OR Identidade corporal AND Mundial OR Internacional	

Fonte: Autores (2022)

A coleta de informações nas bases de dados foi realizada durante os meses de outubro e novembro de 2022, por meio da equação de busca elaborada com descritores e operadores booleanos, expressos no Quadro 2:



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádya Maria Girão Saraiva de Almeida

### Quadro 2 - Descritores DeCS/MeSH

Descritores em Português	Descritores em Inglês	Descritores em Espanhol
Mídias Sociais	<i>Social Media</i>	<i>Medios de Comunicación Sociales</i>
Rede Social	<i>Social Networking</i>	<i>Red Social</i>
Imagem Corporal	<i>Body Image</i>	<i>Imagen Corporal</i>
Adolescente	<i>Adolescent</i>	<i>Adolescente</i>
Educação	<i>Education</i>	<i>Educación</i>

Fonte: Autores (2022)

Em seguida, foram utilizadas as seguintes bases de dados: Pubmed, *ScienceDirect*, Lilacs e Medline via BVS para busca na literatura.

Os critérios de inclusão estabelecidos para o levantamento bibliográfico foram: ser artigo completo nos idiomas português, espanhol e inglês e publicados nos últimos 10 anos. Foram excluídos carta ao editor, editoriais, revisões, relatos de experiência, estudos de caso e estudos que não correspondem à temática, bem como artigos que abordam a influência da mídia em outros públicos e/ou contextos.

Para obtenção dos dados, utilizou-se um instrumento de coleta com os seguintes itens: autores; título, ano da publicação, metodologia, local de estudo e evidências encontradas. Este estudo seguiu a estratégia proposta por Souza, Silva e Carvalho (2010) para revisão integrativa.

A etapa de seleção dos estudos foi realizada em dois momentos: primeiro foi feita a seleção dos estudos a partir do título, palavras chaves e resumo, eliminando as repetições e depois a seleção dos estudos através da leitura completa dos artigos, utilizando como critérios a adequação ao tema e que ofereçam respostas à questão norteadora do estudo. Foram selecionados dezenove artigos. A triagem dos estudos foi realizada por um autor independente e em caso de dúvida foi consultado um segundo autor.

Os artigos selecionados foram caracterizados de acordo com o nível de abordagem referente à temática estudada, sendo divididos em duas categorias: abordagem da influência da mídia social na imagem corporal e abordagem de intervenções educativas sobre a influência da mídia social na imagem corporal. Realizou-se análise de conteúdo a partir das respostas oferecidas pelos artigos selecionados.

## RESULTADOS

Os estudos analisados mostram resultados de tecnologias educativas desenvolvidas para orientações do desenvolvimento infantil. Com base nas estratégias de busca e na seleção a partir da combinação dos descritores apresentados na seção dos métodos, foram obtidos 1551 estudos: LILACS (35), MEDLINE, via BVS (191), SciELO (151) e PubMed (1174).

O fluxograma (Figura 1) adaptado do *Reporting Items Systematic and Meta-Analyses* (PAGE et al., 2021) descreve o seguimento das etapas seguidas para seleção dos (n=19) estudos selecionados. Proveniente a busca inicial, obtive-se (n=174) artigos, sendo distribuídos e indexados,

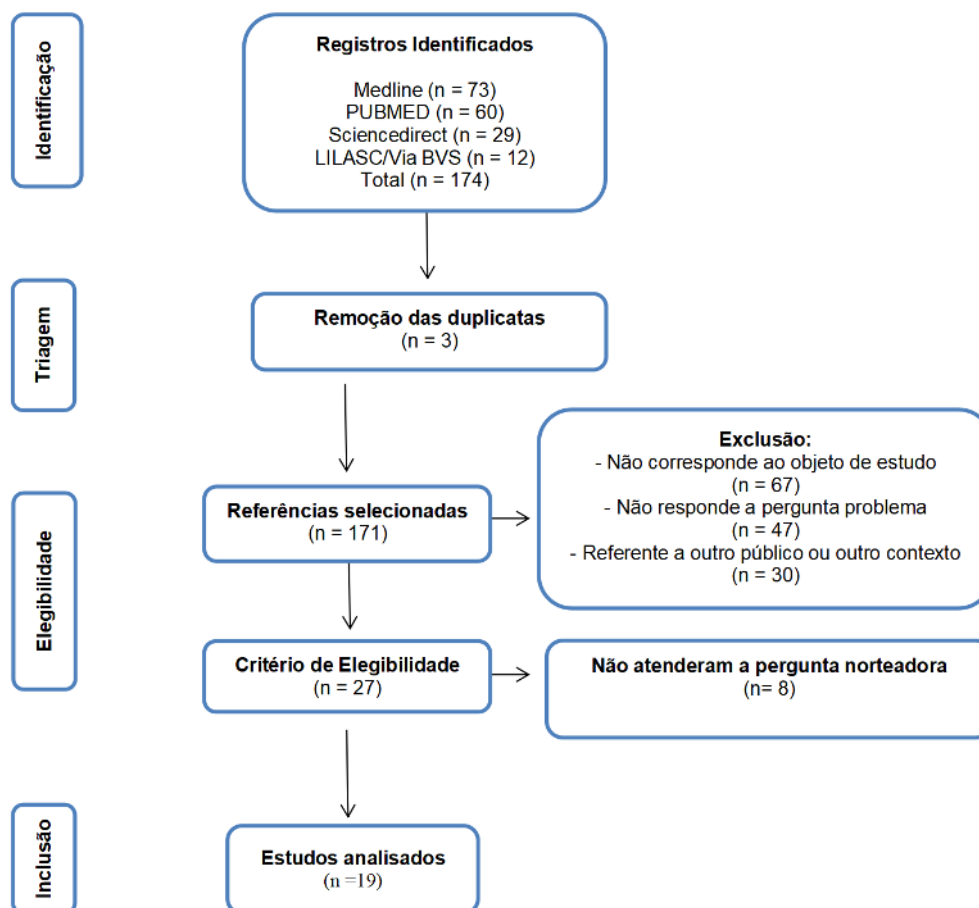


## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

da seguinte maneira nas bases de dados: MEDLINE (n=73); SCIENCE DIRECT (N=29); LILACS (N=12), PUBMED (n=60), excluindo (n=3) estudos por duplicidade. A posteriori, foram subtraídos (n=144) estudos, justificado pelo não enquadramento nos critérios de inclusão, resultando em (n=27) textos para análise, no qual, (n=19) foram selecionados seguindo aplicação dos critérios de exclusão.

**Figura 1** - Fluxograma de seleção dos estudos para revisão integrativa baseado no modelo PRISMA



Fonte: Autores (2022).

Os (n=19) estudos analisados e organizados sistematicamente no (Quadro 3), foram selecionados pelo PRISMA, já descritos e apresentados na (Figura 1).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádya Maria Girão Saraiva de Almeida

**Quadro 3** - Sistematização dos textos incluídos na Revisão Integrativa

Autor(es)	Ano da publicação	Título	Metodologia	Local do estudo	Evidências encontradas
Kwon <i>et al.</i>	2022	Associação do uso de <i>smartphones</i> com distorção da imagem corporal e comportamentos de perda de peso em adolescentes coreanos	Estudo transversal	Coréia	O tempo de uso do <i>smartphone</i> quanto os tipos de conteúdo acessados com mais frequência via <i>smartphone</i> estiveram associados à distorção da imagem corporal e aos comportamentos de perda de peso em adolescentes.
Jankauskiene e Baceviciene	2022	<i>Media Pressures, Internalization of Appearance Ideals and Disordered Eating among Adolescent Girls and Boys: Testing the Moderating Role of Body Appreciation</i>	<i>Estudo quantitativo</i>	Lituânia	Os achados do presente estudo sugerem que a apreciação do corpo é um moderador em um modelo de mediação das pressões da mídia, internalização de ideais de beleza e alimentação desordenada em meninas adolescentes. Nos meninos, a apreciação do corpo moderou a associação entre as pressões da mídia e os distúrbios alimentares.
Papageorgiou, Fisher e Cross	2022	"Por que não me pareço com ela?" Como as adolescentes veem as mídias sociais e sua conexão com a imagem corporal	Estudo qualitativo	Austrália	Os resultados deste estudo sugerem que a mídia social pode ter uma influência negativa na imagem corporal das meninas por meio de comparações negativas de aparência ao visualizar imagens nas mídias sociais, exacerbando as preocupações com a aparência e a insatisfação



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

Oliveira e Machado	2021	O insustentável peso da autoimagem: (re)apresentações na sociedade do espetáculo	Estudo qualitativo	Brasil	corporal. Referente ao processo de escolha, os adolescentes correlacionaram o consumo com a influência das mídias e pontuaram também consequências negativas vindas dos meios virtuais. Foi possível observar nos discursos que as tecnologias, mais especificamente as redes sociais, fazem parte do universo dos adolescentes e exercem forte influência na construção de sua identidade, uma vez que estão intensamente imersos nesse ciberespaço.
Sæle, Sæther e Viig.	2021	O corpo ideal: uma construção social? Reflexões sobre pressão corporal e corpo ideal entre alunos do ensino médio	Estudo qualitativo	Noruega	A maioria dos informantes diz que a mídia social tem sido um importante contribuinte para o aumento da pressão corporal e afirma que as redes sociais desempenham um grande papel na vida dos jovens na sociedade moderna e que ocupam muito do seu tempo.
Yang <i>et al.</i>	2020	Efeitos do uso de mídias sociais e smartphones na estima corporal em adolescentes do sexo feminino: testando um modelo cognitivo e afetivo	Estudo quantitativo	Cingapura	A baixa estima corporal foi comprovada como um fator de risco crucial para patologia alimentar, mais pesquisas são necessárias para elucidar fatores de proteção que atenuam as ligações entre uso de mídia social,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádya Maria Girão Saraiva de Almeida

					atividades de smartphones e estima corporal em adolescentes do sexo feminino.
Lira <i>et al.</i>	2017	Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras	Estudo transversal	Brasil	A mídia (especialmente sua internalização), incluindo as redes sociais, está associada com a insatisfação da imagem corporal entre adolescentes do sexo feminino em nossa amostra. Sugere-se que novos estudos sejam realizados para melhor esclarecimento de como as mídias sociais afetam a vida da sociedade em relação aos seus corpos e comportamento alimentar.
Kaewpradub <i>et al.</i>	2017	<i>Association among Internet Usage, Body Image and Eating Behaviors of Secondary School Students</i>	Estudo quantitativo	Tailândia	A exposição e o tempo gasto no conteúdo da mídia estão correlacionados com a imagem corporal e atitudes e comportamentos alimentares. Novos estudos precisam abordar como podemos proteger os adolescentes dos efeitos nocivos da mídia e até mesmo como usar a mídia para melhorar a satisfação com a imagem corporal em adolescentes.
McLean, Paxton e Wertheim	2016	<i>Does Media Literacy Mitigate Risk for Reduced Body Satisfaction Following Exposure to Thin-Ideal Media?</i>	Estudo quantitativo	Austrália	O pensamento crítico é altamente importante na determinação da resposta à visualização da mídia para a satisfação corporal.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

					A alfabetização midiática produziu um efeito protetor para a satisfação corporal contra os efeitos negativos da exposição a imagens ideais de magreza.
Andrew, Tiggemann e Clark	2016	<i>Predictors and Health-Related Outcomes of Positive Body Image in Adolescent Girls: A Prospective Study</i>	Estudo quantitativo	Austrália	A apreciação do corpo tem implicações importantes para as adolescentes. De fato, a apreciação do corpo pode trazer benefícios para as meninas em uma ampla gama de domínios. Nossa descoberta em relação à diminuição da dieta sugere que aumentar a apreciação do corpo pode ser uma maneira de lidar com o desenvolvimento de comportamentos alimentares desadaptativos. A relação recíproca observada entre a apreciação do corpo e a dieta também sugere que incentivar as meninas a adotar uma abordagem equilibrada e não restritiva à ingestão de alimentos pode ajudar a promover a apreciação do corpo. Assim, intervenções e programas de saúde pública voltados para adolescentes com foco no controle de peso e alimentação podem impactar negativamente na



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádya Maria Girão Saraiva de Almeida

					valorização do corpo.
Piran	2015	<i>New possibilities in the prevention of eating disorders: The introduction of positive body image measures</i>	Estudo exploratório	Canadá	Integrar essas medidas de imagem corporal positiva em programas de prevenção poderia expandir a lente de avaliação de resultados para incluir mudanças positivas e não apenas a redução de sintomas, bem como aprimorar a pesquisa sobre mediadores de mudança e fatores de proteção. Essa pesquisa, por sua vez, pode informar a prática da prevenção. Além disso, de acordo com os princípios da psicologia positiva (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000), um foco no bem-estar incorporado pode ressoar com os objetivos dos jovens e dos pais, professores, escolas e conselhos de pesquisa.
Silva, Taquette e Coutinho	2014	Sentidos da imagem corporal de adolescentes no ensino fundamental	Estudo Qualitativo	Brasil	O estudo aponta que os estudantes entrevistados têm a percepção de que a mídia constrói modelos de beleza difíceis de serem alcançados. E, apesar de tentarem segui-los, demonstraram opinião própria e moderação ao condenarem os excessos da busca do ideal de beleza. Reconhecem a existência de discriminação e



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

					preconceito contra aqueles que não são considerados atraentes.
Dakanalis et al.	2015	<i>The developmental effects of media-ideal internalization and self-objectification processes on adolescents' negative body-feelings, dietary restraint, and binge eating</i>	Estudo longitudinal	Itália	Os resultados da pesquisa indicaram que os níveis iniciais (T1) de internalização do ideal da mídia previram (T2) a auto-objetivação por meio da vigilância do corpo e essas associações foram equivalentes através do gênero. Por sua vez, (T2) a auto-objetivação via vigilância corporal previu posteriormente (T3) vergonha corporal e (T3) ansiedade com a aparência. Atualmente, a dissonância cognitiva, a principal linha atual de programação de prevenção relacionada ao corpo e à alimentação, alcatrão obtém a internalização do ideal da mídia ao induzir dissonância cognitiva com relação às pressões para atender aos ideais de beleza de gênero.
McLean, Paxton e Wertheim	2013	<i>Mediators of the relationship between media literacy and body dissatisfaction in early adolescent girls: Implications for prevention</i>	Estudo quantitativo	Austrália	Evidências explícitas de uma relação entre alfabetização midiática e fatores de risco para transtornos alimentares em meninas adolescentes, em que a alfabetização midiática foi inversamente



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

					associada à alta insatisfação corporal, e essa relação foi mediada pela internalização e aparência comparações. Um exame mais aprofundado do impacto sobre a insatisfação corporal das mudanças na alfabetização midiática ao longo do tempo, à medida que ocorre naturalmente e por meio de intervenções, aumentaria a compreensão do papel da alfabetização midiática como um fator de proteção para a insatisfação corporal.
Tiggemann e Slater	2013	<i>NetGirls: The Internet, Facebook, and Body Image Concern in Adolescent Girls</i>	Estudo quantitativo	Austrália	O estudo demonstrou uma ligação entre o uso do meio cada vez mais importante da Internet, especialmente sites de redes sociais, e a preocupação com a imagem corporal em uma amostra ampla e diversificada de meninas adolescentes. Assim, ampliou o conhecimento sobre o papel da mídia na vida do adolescente contemporâneo.
Gordon <i>et al.</i>	2021	<i>Outcomes of a Cluster Randomized Controlled Trial of the SoMe Social Media Literacy Program for Improving Body</i>	Estudo randomizado controlado	Austrália	O estudo testou uma nova intervenção de alfabetização em mídia social baseada na escola, com o objetivo de preencher a lacuna



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

		<i>Image-Related Outcomes in Adolescent Boys and Girls</i>			<p>nos recursos universais disponíveis para os jovens. Os resultados foram geralmente modestos em termos de efeitos de intervenção, mas notáveis, dada a natureza breve da intervenção e sua natureza universal. Especificamente, os achados entre as meninas indicaram que a intervenção foi valiosa para abordar a restrição alimentar e os sintomas depressivos no acompanhamento de 6 meses. Menos efeitos positivos surgiram entre os meninos.</p>
Sundgot-Borgen <i>et al.</i>	2019	<i>Does the Healthy Body Image program improve lifestyle habits among high school students? A randomized controlled trial with 12-month follow-up</i>	Estudo randomizado controlado	Noruega	<p>Os autores enfatizam que se preocupar com uma vida saudável e se envolver em regimes de estilo de vida extremos, frequentemente promovidos nas mídias sociais, pode ser prejudicial. Além disso, foi destacada a importância da autonomia e das preferências individuais relacionadas às escolhas de estilo de vida. Uma abordagem cognitiva foi escolhida porque foi descrita como a mais eficaz para a mudança nos resultados da imagem corporal, que foi o principal objetivo do estudo</p>



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádya Maria Girão Saraiva de Almeida

					geral.
Golan, Hagay e Tamir	2013	<i>The Effect of "In Favor of Myself": Preventive Program to Enhance Positive Self and Body Image among Adolescents</i>	Estudo controlado	Israel	A análise mostrou que aqueles com maior autoestima no início do estudo relataram maior melhora com relação à consciência da pressão da mídia e mostraram maior redução na influência da aparência sobre si mesmos. Para aumentar o impacto do programa, os autores sugerem que esse programa seja aplicado com treinamento continuado, desenvolvimento profissional dos professores e <i>feedback</i> da avaliação. Além disso, pode ser sugerida a repetição de seus tópicos todos os anos (se for ministrada em ambiente escolar), a fim de abordar o estágio de desenvolvimento dos jovens e construir uma base sólida de atividades de promoção da saúde para aumentar a sustentabilidade da intervenção.
Thompson, Russel-Mayhew e Saraceni	2012	<i>Evaluating the Effects of a Peer-Support Model: Reducing Negative Body Esteem and Disordered Eating Attitudes and Behaviours in Grade Eight Girls</i>	Estudo controlado	Canadá	Os programas de apoio de pares oferecem maior utilidade quando disponibilizados para grupos pequenos e auto selecionados, como um aspecto de um programa de prevenção maior. O estudo corrobora a



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

					proposição de que o desenvolvimento de normas positivas de relacionamento é uma etapa fundamental no trabalho em grupo com adolescentes.
--	--	--	--	--	--

### DISCUSSÃO

Os dados foram organizados conforme as categorias: influência da mídia social na imagem corporal e intervenções educativas sobre essa temática, conforme apresentados no quadro 4.

**Quadro 4** - Categorização dos artigos por nível de abordagem da referente a temática estudada

Item	Categoria	N	Autores e Ano da publicação
1	Abordagem da influência da mídia social na imagem corporal	15	Kwon <i>et al.</i> (2022); Jankauskiene e Baceviciene (2022); Papageorgiou, Fisher e Cross (2022); Oliveira e Machado (2021); Sæle, Sæther e Viig (2021); Yang <i>et al.</i> (2020); Lira <i>et al.</i> (2017); Kaewpradub <i>et al.</i> (2017); McLean, Paxton e Wertheim (2016); Andrew, Tiggemann e Clark (2016); Piran (2015); Silva, Taquette e Coutinho (2014); Dakanalis <i>et al.</i> (2014); McLean, Paxton e Wertheim (2013); Tiggemann e Slater (2013).
2	Abordagem de intervenções educativas sobre a influência da mídia social na imagem corporal	4	Gordon <i>et al.</i> (2021); Sundgot-Borgen <i>et al.</i> (2019); Golan, Hagay e Tamir (2013); Thompson, Russel-Mayhew e Saraceni (2012).

Fonte: Autores (2023).

A mídia social tem sido um importante contribuinte para o aumento da pressão corporal, onde as redes sociais exercem forte influência na construção da identidade dos jovens na sociedade moderna (SÆLE; SÆTHER; VIIG, 2021). A internalização da mídia, inclusive as redes sociais, está associada com a insatisfação da imagem corporal entre adolescentes do sexo feminino. Existem evidências do impacto do uso das mídias na imagem corporal, especificamente entre adolescentes, público mais suscetível que consome e é influenciado intensamente por elas (LIRA *et al.*, 2017).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádya Maria Girão Saraiva de Almeida

O uso em excesso de mídias sociais, sendo mais de três horas diárias, impacta negativamente a estima corporal em adolescentes do sexo feminino. Esses achados sugerem que a relação indireta significativa entre o uso excessivo de smartphones e a estima corporal pode ser atribuída ao uso de mídias sociais que enfatizam a internalização cognitiva de um ideal de magreza (YANG *et al.*, 2020).

A baixa estima corporal foi comprovada como um fator de risco crucial para patologia alimentar. Adolescentes do sexo feminino podem não ser maduras o suficiente para refutar os padrões irrealistas de beleza retratados pela mídia e devido à falta de programas baseados em evidências para educar adolescentes sobre práticas seguras de mídia social, recomendamos que futuros pesquisadores examinem a eficácia de intervenções escolares ou comunitárias que transmitam práticas conscientes de mídia social para proteger meninas adolescentes (YANG *et al.*, 2020).

O padrão de beleza artificial ou irreal (corpo perfeito) divulgado pela mídia influencia a autoimagem e, posteriormente, a autoestima dos adolescentes. Isso pode acarretar sofrimento e possíveis problemas de saúde devido à baixa autoestima. Esses resultados necessitam ser mais explorados para a construção de programas de prevenção e intervenção com adolescentes a fim de evitar o desenvolvimento de distúrbios com a imagem corporal e os comportamentos de risco associados à saúde (SILVA; TAQUETTE; COUTINHO, 2014).

A auto objetivação (através da vigilância corporal) pode servir como um mecanismo que traduz a internalização do ideal da mídia em sentimentos corporais negativos, independentemente do gênero, e a vergonha do corpo e a ansiedade da aparência podem constituir mecanismos através dos quais pensar e examinar o próprio corpo a partir da perspectiva de um observador externo contribui para a restrição alimentar e compulsão alimentar. Os resultados deste estudo sugerem que tais intervenções podem ser ainda mais eficazes se também visarem a auto objetificação que parece originar-se da internalização do ideal da mídia (DAKANALIS *et al.*, 2015).

A mídia social pode ter influência negativa na imagem corporal das meninas através de comparações negativas de aparência ao visualizarem imagens nas mídias. Isso aumenta as preocupações com a aparência e a insatisfação corporal (PAPAGEORGIOU; FISHER; CROSS, 2022).

Existem evidências explícitas de uma relação entre alfabetização midiática e fatores de risco para transtornos alimentares em meninas adolescentes, em que a alfabetização midiática foi inversamente associada à alta insatisfação corporal, e essa relação foi mediada pela internalização e aparência de comparações (MCLEAN; PAXTON; WERTHEIM, 2013).

O pensamento crítico é altamente importante na determinação da resposta à visualização da mídia para a satisfação corporal. A alfabetização midiática produziu um efeito protetor para a satisfação corporal contra os efeitos negativos da exposição a imagens ideais de magreza (MCLEAN; PAXTON; WERTHEIM, 2016).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

A exposição e o tempo gasto no conteúdo da mídia estão correlacionados com a imagem corporal, atitudes e comportamentos alimentares. Portanto, novos estudos precisam abordar como podemos proteger os adolescentes dos efeitos nocivos da mídia e até mesmo como usar a mídia para melhorar a satisfação com a imagem corporal em adolescentes. O tempo gasto online ou utilizando mídias sociais relacionadas à imagem corporal mostrou relação com atitudes e comportamentos alimentares anormais e impulso mais alto para a musculatura. Esses dados indicam o impacto que a mídia social pode ter na imagem corporal de um adolescente. (KAEWPRADUB *et al.*, 2017).

O tempo de uso do smartphone quanto os tipos de conteúdo acessados com mais frequência via smartphone estiveram associados à distorção da imagem corporal e aos comportamentos de perda de peso em adolescentes (KWON *et al.*, 2022).

Estudos apontam que a apreciação do corpo é um moderador em um modelo de mediação das pressões da mídia, internalização de ideais de beleza e alimentação desordenada (JANKAUSKIENE; BACEVICIENE, 2022).

A apreciação do corpo tem implicações importantes para as adolescentes. Os achados do presente estudo sugerem que promover a valorização do corpo pode ser benéfico e protetor para a saúde das meninas, em termos de diminuição da dieta, aumento da atividade física e proteção contra o uso de álcool e cigarro (ANDREW; TIGGEMANN; CLARK, 2016). Nos meninos, a apreciação do corpo moderou a associação entre as pressões da mídia e os distúrbios alimentares (JANKAUSKIENE; BACEVICIENE, 2022).

O desenvolvimento de estratégias que visam aumentar a imagem corporal positiva para atingir resultados benéficos pode ser uma tarefa menos desafiadora do que tentar reduzir a insatisfação corporal. Pode ser possível aumentar a imagem corporal positiva, mesmo apesar de algum nível de insatisfação corporal (ANDREW; TIGGEMANN; CLARK, 2016).

A integração de medidas de imagem corporal positiva em programas de prevenção poderia expandir a lente de avaliação de resultados para incluir mudanças positivas e não apenas a redução de sintomas, bem como aprimorar a pesquisa sobre mediadores de mudança e fatores de proteção (PIRAN, 2015).

Os programas de promoção da saúde que abordam o uso de mídias sociais e preocupações com a imagem corporal entre meninas adolescentes para prevenção e intervenção precoce podem minimizar danos potenciais (PAPAGEORGIU; FISHER; CROSS, 2022).

É importante a educação de meninas adolescentes sobre a conscientização crítica das imagens idealizadas que são apresentadas de forma online, bem como da aparência potencial e outras pressões envolvidas na participação em sites de redes sociais. Ademais, o presente estudo demonstrou uma ligação entre o uso do meio cada vez mais importante da Internet, especialmente sites de redes sociais, e a preocupação com a imagem corporal em uma amostra ampla e diversificada de meninas adolescentes (TIGGEMANN; SLATER, 2013).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

A demanda por intervenções de imagem corporal de mídia social para adolescentes é alta. O presente estudo testou uma nova intervenção de alfabetização em mídia social baseada na escola, com o objetivo de preencher a lacuna nos recursos universais disponíveis para os jovens. Especificamente, os achados entre as meninas indicaram que a intervenção foi valiosa para abordar a restrição alimentar e os sintomas depressivos no acompanhamento de 6 meses. Juntos, esses resultados fornecem suporte preliminar para intervenções de alfabetização em mídia social com base na escola, particularmente entre meninas adolescentes (GORDON *et al.*, 2021).

A preocupação com uma vida saudável e se envolver em regimes de estilo de vida extremos, frequentemente promovidos nas mídias sociais, pode ser prejudicial. Uma abordagem cognitiva foi escolhida porque foi descrita como a mais eficaz para a mudança nos resultados da imagem corporal, que foi o principal objetivo do estudo geral. No entanto, automonitoramento de comportamentos, formação de intenções, estabelecimento de metas específicas, fornecendo o *feedback* sobre o desempenho e a revisão das metas de comportamento são descritos como técnicas eficazes para mudar comportamentos de estilo de vida. Sessões de reforço regulares após o *workshop* final com o objetivo de motivar, encorajar e lembrar os adolescentes sobre as informações ensinadas e as habilidades aprendidas poderiam potencialmente levar a um efeito mais sustentado (SUNDGOT-BORGEN *et al.*, 2019).

Adolescentes com maior autoestima no início do estudo relataram maior melhora com relação à consciência da pressão da mídia e mostraram maior redução na influência da aparência sobre si mesmos. O programa pode servir como um programa universal ou seletivo para promover o bem-estar físico e emocional dos adolescentes (GOLAN; HAGAY; TAMIR, 2013).

Os programas de apoio de pares oferecem maior utilidade quando disponibilizados para grupos pequenos e auto selecionados, como um aspecto de um programa de prevenção maior. Intervenções de base ampla são cada vez mais o modelo de escolha para a prevenção escolar, pois trabalham para promover a mudança, abordando os fatores de risco ambientais e culturais para o desenvolvimento de transtornos alimentares. O estudo corrobora a proposição de que o desenvolvimento de normas positivas de relacionamento é uma etapa fundamental no trabalho em grupo com adolescentes (THOMPSON; RUSSELL-MAYHEW; SARACENI, 2012).

Observa-se que a tecnologia e os meios virtuais têm exercido influências nos vínculos sociais, no fortalecimento ou não das relações interpessoais e na percepção do indivíduo sobre a autoimagem. Isso nos leva a refletir sobre a influência dessas relações sociais e da mídia na construção do sujeito adolescente. É válido também pensar sobre o cuidado em saúde do adolescente, na perspectiva biopsicossocial, que possa contribuir para a construção de sua identidade (DE OLIVEIRA; MACHADO, 2021).

Programas de intervenção universais que visam prevenir os transtornos alimentares e promover hábitos alimentares saudáveis são necessários (JANKAUSKIENE; BACEVICIENE, 2022).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

### CONSIDERAÇÕES

A mídia social tem contribuído para o aumento da pressão corporal, sendo que as redes sociais exercem um grande papel na vida dos jovens na sociedade moderna. Além disso, a internalização da mídia está relacionada com a insatisfação da imagem corporal entre adolescentes do sexo feminino.

Consequências negativas vindas dos meios virtuais, como baixa autoestima e autodepreciação foram relatadas por adolescentes. Ademais, as tecnologias, principalmente as redes sociais, fazem parte do cotidiano dos adolescentes e exercem forte influência na construção de sua identidade, aumentando as preocupações com a aparência e estimulando a insatisfação corporal.

É importante proteger os adolescentes dos efeitos nocivos da mídia, bem como utilizá-la para melhorar a satisfação com a imagem corporal em adolescentes. A inclusão da alfabetização midiática nos programas de prevenção produziu um efeito protetor para a satisfação corporal contra os efeitos negativos da exposição a imagens ideais de magreza, demonstrando a efetividade do pensamento crítico que foi despertado nos adolescentes.

Os dados apresentados pelos artigos que compõem esta revisão integrativa esboçam os desafios para efetivação de ações educativas de maneira universal e contínua com os adolescentes. Além do mais, o desenvolvimento de um processo de intervenção e prevenção que tenha como princípio norteador evitar o desenvolvimento de distúrbios com a imagem corporal e os comportamentos de risco associados à saúde.

Conclui-se que existe uma grande demanda por intervenções sobre imagem corporal e influência da mídia social para adolescentes. Consequentemente, há uma necessidade de desenvolver intervenções universais que visam prevenir os transtornos alimentares e promover hábitos alimentares saudáveis, bem como ações educativas que abordam o uso de mídias sociais e preocupações com a imagem corporal entre meninas adolescentes para prevenir e minimizar danos potenciais na saúde.

### REFERÊNCIAS

ANDREW, Rachel; TIGGEMANN, Marika; CLARK, Levina. Predictors and Health-Related outcomes of positive body image in adolescent girls: A prospective study. **Developmental Psychology**, v. 52, n. 3, p. 463–474, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1037/dev0000095>.

BORNIOLI, Anna; LEWIS-SMITH, Helena; SMITH, Andrew; SLATER, Amy; BRAY, Isabelle. Adolescent body dissatisfaction and disordered eating: Predictors of later risky health behaviours. **Social Science and Medicine**, v. 238, 1 Oct. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.112458>.

BOTELHO, Louise Lira Roedel; CUNHA, Cristiano Castro de Almeida; MACEDO, Marcelo. O Método Da Revisão Integrativa Nos Estudos Organizacionais. **Gestão e Sociedade**, v. 5, n. 11, p. 121, 2011. DOI: <https://doi.org/10.21171/ges.v5i11.1220>.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

DAKANALIS, Antonios; CARRÀ, Giuseppe; CALOGERO, Rachel; FIDA, Roberta; CLERICI, Massimo; ZANETTI, Maria Assunta; RIVA, Giuseppe. The developmental effects of media-ideal internalization and self-objectification processes on adolescents' negative body-feelings, dietary restraint, and binge eating. **European Child and Adolescent Psychiatry**, v. 24, n. 8, p. 997–1010, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1007/s00787-014-0649-1>.

DE OLIVEIRA, Michelle Rodrigues; MACHADO, Jacqueline Simone de Almeida. The unsustainable weight of self-image: (re)presentations in the spectacle society. **Ciencia e Saude Coletiva**, v. 26, n. 7, p. 2663–2672, 2021. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021267.08782021>.

GOLAN, Moria; HAGAY, Noaa; TAMIR, Snait. The effect of “in favor of myself”: Preventive program to enhance positive self and body image among adolescents. **PLoS ONE**, v. 8, n. 11, p. 1–9, 2013. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0078223>.

GORDON, Chloe S; JARMAN, Hannah K; RODGERS, Rachel F; MCLEAN, Siân A; SLATER, Amy; FULLER-TYSZKIEWICZ, Matthew; PAXTON, Susan J. Outcomes of a Cluster Randomized Controlled Trial of the SoMe Social Media Literacy Program for Improving Body Image-Related Outcomes in Adolescent Boys and Girls. **Nutrients**, v. 13, n. 11, Oct. 2021. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu13113825>.

JANKAUSKIENE, Rasa; BACEVICIENE, Migle. Media Pressures, Internalization of Appearance Ideals and Disordered Eating among Adolescent Girls and Boys: Testing the Moderating Role of Body Appreciation. **Nutrients**, v. 14, n. 11, p. 4–15, 2022. <https://doi.org/10.3390/nu14112227>.

KAEWPRADUB, Natthakarn; KIATRUNGGRIT, Komsan; HONGSANGUANSRI, Sirichai; PAVASUTHIPASIT, Chosita. Association among Internet Usage, Body Image and Eating Behaviors of Secondary School Students. **Shanghai Archives of Psychiatry**, v. 29, n. 4, p. 208–217, 2017. DOI: <https://doi.org/10.11919/j.issn.1002-0829.216092>.

KWON, Sohyeon; KIM, Rockli; LEE, Jong Tae; KIM, Jinho; SONG, Sunmi; KIM, Seongcheol; OH, Hannah. Association of Smartphone Use with Body Image Distortion and Weight Loss Behaviors in Korean Adolescents. **JAMA Network Open**, v. 5, n. 5, p. E2213237, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.13237>.

LIRA, Ariana Galhardi; GANEN, Aline de Piano; LODI, Aline Sinhorini; ALVARENGA, Marle dos Santos. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **J. bras. psiquiatr**, v. 66, n. 3, p. 164–171, 2017. DOI 10.1590/0047-2085000000166. Available at: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0047-20852017000300164](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852017000300164).

MCLEAN, Siân A.; PAXTON, Susan J.; WERTHEIM, Eleanor H. Does Media Literacy Mitigate Risk for Reduced Body Satisfaction Following Exposure to Thin-Ideal Media? **Journal of Youth and Adolescence**, v. 45, n. 8, p. 1678–1695, 2016. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0440-3>.

MCLEAN, Siân A.; PAXTON, Susan J.; WERTHEIM, Eleanor H. Mediators of the relationship between media literacy and body dissatisfaction in early adolescent girls: Implications for prevention. **Body Image**, v. 10, n. 3, p. 282–289, 2013. DOI 10.1016/j.bodyim.2013.01.009. Available at: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.01.009>.

OZIER, Amy D.; HENRY, Beverly W.; AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION. Position of the American Dietetic Association: nutrition intervention in the treatment of eating disorders. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 111, n. 8, p. 1236–1241, 2011. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2011.06.016>.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Lívia Gomes da Silva, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida

PAGE, Matthew J.; MCKENZIE, Joanne E.; BOSSUYT, Patrick M.; BOUTRON, Isabelle; HOFFMANN, Tammy C.; MULROW, Cynthia D.; SHAMSEER, Larissa; TETZLAFF, Jennifer M.; AKL, Elie A.; BRENNAN, Sue E.; CHOU, Roger; GLANVILLE, Julie; GRIMSHAW, Jeremy M.; HRÓBJARTSSON, Asbjørn; LALU, Manoj M.; LI, Tianjing; LODER, Elizabeth W.; MAYO-WILSON, Evan; MCDONALD, Steve; ... MOHER, David. The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. **The BMJ**, v. 372, 2021. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>.

PAPAGEORGIU, Alana; FISHER, Colleen; CROSS, Donna. "Why don't I look like her?" How adolescent girls view social media and its connection to body image. **BMC Women's Health**, v. 22, n. 1, p. 1–13, 2022. DOI 10.1186/s12905-022-01845-4. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12905-022-01845-4>.

PIRAN, Niva. New possibilities in the prevention of eating disorders: The introduction of positive body image measures. **Body Image**, vo. 14, p. 146–157, 2015. DOI 10.1016/j.bodyim.2015.03.008. Available at: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.03.008>.

POLESSO, Iohanna Aparecida Scherzer Cabral Dias; MACHADO, Carla Carolina Batista. **A influência das mídias sociais no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes, adultos jovens e adultos**: uma revisão integrativa da literatura. 2022. 15f. Monografia (Graduação em Nutrição) - Faculdade de Ciências da Saúde - Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiás, 2022.

SÆLE, Ove Olsen; SÆTHER, Ida Kathrine; VIIG, Nina Grieg. The Ideal Body: A Social Construct? Reflections on Body Pressure and Body Ideal Among Students in Upper Secondary School. **Frontiers in Sports and Active Living**, v. 3, p. 1–11, October. 2021. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.727502>.

SCHILDER, Paul. **A Imagem do Corpo**: as energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

SILVA, Maria Lídia de Abreu; TAQUETTE, Stella Regina; COUTINHO, Evandro Silva Freire. Senses of body image in adolescents in elementary school. **Revista de Saude Publica**, v. 48, n. 3, p. 438–444, 2014. <https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2014048005083>.

SOUZA, Marcela Tavares; SILVA, Michelly Dias; CARVALHO, Rachel. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, v. 8, n. 1, 2010. <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>.

SUNDGOT-BORGEN, Christine; FRIBORG, Oddgeir; KOLLE, Elin; TORSTVEIT, Monica K.; SUNDGOT-BORGEN, Jorunn; ENGEN, Kethe M.E.; ROSENVINGE, Jan H.; PETTERSEN, Gunn; BRATLAND-SANDA, Solfrid. Does the Healthy Body Image program improve lifestyle habits among high school students? A randomized controlled trial with 12-month follow-up. **Journal of International Medical Research**, v. 48, n. 3, 2019. <https://doi.org/10.1177/0300060519889453>.

THOMPSON, Carmen; RUSSELL-MAYHEW, Shelly; SARACENI, Reana. Evaluating the Effects of a Peer-Support Model: Reducing Negative Body Esteem and Disordered Eating Attitudes and Behaviours in Grade Eight Girls. **Eating Disorders**, v. 20, n. 2, p. 113–126, 2012. <https://doi.org/10.1080/10640266.2012.653946>.

TIGGEMANN, Marika; SLATER, Amy. NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. **International Journal of Eating Disorders**, v. 46, n. 6, p. 630–633, Sep. 2013. DOI 10.1002/eat.22141. Available at: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/eat.22141>.

UNESCO. Padrões de Competência em TIC para Professores. **Portal do Professor**, 2009. Disponível em: <http://portaldoprofessor.mec.gov.br/storage/materiais/0000012846.pdf>. Acesso em: 26 jan. 2023.



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

FERRAMENTAS EDUCATIVAS SOBRE A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA  
Livianne Gomes da Silva, Nádía Maria Girão Saraiva de Almeida

YANG, Hwajin; WANG, Joy Jiaqi; TNG, Germaine Y.Q.; YANG, Sujin. Effects of social media and smartphone use on body esteem in female adolescents: Testing a cognitive and affective model. **Children**, v. 7, n. 9, 2020. <https://doi.org/10.3390/children7090148>.