

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

FRANCISCO RONY DE SOUZA LIRA

**REDES SOCIAIS E SUA INFLUÊNCIA NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA
ADOLESCÊNCIA**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

FRANCISCO RONY DE SOUZA LIRA

**REDES SOCIAIS E SUA INFLUÊNCIA NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA
ADOLESCÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr Flaviane Cristine Troglia da Silva

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

FRANCISCO RONY DE SOUZA LIRA

**REDES SOCIAIS E SUA INFLUÊNCIA NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA
ADOLESCÊNCIA**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 27/06/2023

BANCA EXAMINADORA

Orientador: PROF. DRA. FLAVIANE CRISTINE TROGLIO DA SILVA

Membro: PROF. DR. FRANCISCO FRANCINETE LEITE JUNIOR

Membro: PROF. ME. MARCOS TELES DO NASCIMENTO

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

REDES SOCIAIS E SUA INFLUÊNCIA NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA ADOLESCÊNCIA

Francisco Rony de Souza Lira¹

Flaviane Cristine Troglio da Silva²

RESUMO

Este estudo teve como propósito analisar quais as relações existentes entre as redes sociais e o comportamento alimentar na adolescência. Para isso busca-se, definir o que é rede social e o que mantém os adolescentes em grupos; especificar os fatores de risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares e relação com redes sociais e quais são os principais Transtornos Alimentares que estão relacionados a essa fase da vida. Norteando-se por tal objetivo, através de uma revisão bibliográfica que foi aprofundada em relação ao impacto que as redes sociais têm nesses adolescentes, trazendo os aspectos que mantêm o adolescente nas redes sociais através do vínculo estabelecido pelo meio. Assim, conclui-se o quanto as redes sociais afeta o comportamento alimentar dos adolescentes, pois a cultura estabelecida nas redes sociais traz uma visão de corpo perfeito, fazendo com que o indivíduo na buscando ser socialmente aceito se submete a alcançar esse padrão, acarretando tanto problemas físicos quanto mentais, ficando mais propenso a desenvolver um Transtorno Alimentar que tem como principais fatores de risco a influência e internalização do ideal da magreza imposto socioculturalmente.

Palavras-chave: Rede social. Grupos. Adolescentes. Transtornos Alimentares. Psicologia. Psicopatologia

ABSTRACT

This study aimed to analyze which relationships exist between social networks and eating behavior in adolescence. For this, we seek to define what a social network is and what keeps teenagers in groups; specify the risk factors for the development of Eating Disorders and their relationship with social networks and what are the main Eating Disorders that are related to this phase of life. Guided by this objective, through a bibliographical review that was deepened in relation to the impact that social networks have on these adolescents, bringing the aspects that keep the teenager in social networks through the bond established by the medium. Thus, it is concluded how much social networks affect the eating behavior of adolescents, since the culture established in social networks brings a vision of a perfect body, making the individual, in seeking to be socially accepted, submit to achieving this standard, resulting in both both physical and mental problems, becoming more likely to develop an Eating Disorder whose main risk factors are the influence and internalization of the socioculturally imposed thin ideal.

Keywords: Social Network. Groups. Teenagers. Eating Disorders. Psychology. Psychopathology

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: ronys5538@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: flaviane@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A internet foi criada a partir de um movimento de pesquisa, iniciando-se com os programas *Defense Advanced Research Projects Agency*, nos anos 60 no período da guerra fria pelo governo americano, mas somente nos anos 80 tornou-se uma rede mundial de trocas de informações e em 1991 com a fusão da internet e hipermídia surge a *world wide web* (www), englobando recursos de hipertextos com multimídia. Em 1989 no Brasil chega à internet pela criação da Rede Nacional de Pesquisa disseminando o seu uso acadêmico em todo o país. Em 1995 foi realizada a abertura comercial, tendo a partir daí o seu progresso (CALAZANS; LIMA, 2013).

A internet e as redes sociais online têm uma influência significativa na forma como as pessoas se comunicam, interagem e compartilham informações na sociedade atual. visto que as redes sociais online são plataformas que facilitam a interação social, permitindo que os usuários compartilhem informações, ideias, interesses, experiências e mídia em diferentes formatos, como texto, imagens e vídeos.

Segundo um levantamento da *Comscore*, o Brasil é o terceiro país que mais consome redes sociais em todo o mundo, podemos ver em uma pesquisa feita pelo Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br), utilizando os dados obtidos em 2021 no Brasil onde consta que 78% das crianças e adolescentes conectados à internet usam redes sociais.

A rede social encontra-se estreitamente articulada ao construto de apoio social, segundo Resende et al. (2006), apoio social pode ser definido como um sistema de relações formais e informais pelas quais os indivíduos recebem ajuda emocional, material ou de informação para enfrentar situações geradoras de tensão emocional. sendo compreendido como uma experiência pessoal e subjetiva, trazendo um senso de satisfação com a vida, favorecendo a organização da identidade por meio do reconhecimento do indivíduo pelos olhares dos outros.

De acordo com o art. 2º do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), considera-se criança a pessoa até doze anos de idade incompletos, e adolescente aquela entre doze e dezoito anos de idade (BRASIL, 1990). Essa fase da vida é marcada por várias mudanças físicas e psicológicas que podem desencadear comportamentos ansiosos no adolescente (PAPALIA, FELDMAN, 2013). A mudança corporal natural do crescimento e a pressão que a cultura e a mídia, entre elas as redes sociais, podem exercer na formação da imagem corporal, quando não enfrentados de forma cuidadosa, expõe o adolescente a um maior risco de aquisição de Transtornos Alimentares (KUNZLE; MANENTI 2014).

Os Transtornos Alimentares (TA) segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 5ª edição, texto revisado (DSM-5-TR) definem-se como:

Os transtornos alimentares são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos e que compromete significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial (APA, 2023, p. 329).

Esses transtornos são descritos como quadros psiquiátricos graves podendo gerar consequências biológicas e psicológicas com morbidade e mortalidade elevada que atingem, principalmente adolescentes e adultos jovens do sexo feminino, sendo uma doença com curso crônico de difícil tratamento com desdobramentos para o estado nutricional do indivíduo (DSM-5-TR, 2023). De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, os três Transtornos Alimentares mais recorrentes com maior prevalência na adolescência, são a Bulimia Nervosa, Anorexia Nervosa e o Transtorno da Compulsão Alimentar.

Tendo em vista tais fatores, o presente estudo tem como objetivo geral identificar quais as relações existentes entre as redes sociais e o comportamento alimentar na adolescência. Para isso busca-se, definir o que é rede social e o que mantém os adolescentes em grupos; especificar os fatores de risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares e relação com redes sociais e quais são os principais Transtornos Alimentares que estão relacionados a essa fase da vida.

O tema foi escolhido por se tratar de algo que pode observar conhecendo pessoas com TAs agregando com meu interesse no campo da área comportamental. Bem como é um tema pertinente para a academia por retratar das redes sociais e sua influência nos Transtornos Alimentares. A temática também se apresenta relevante para sociedade, pois de acordo com a Associação Brasileira de Psiquiatria, estima-se que mais de 70 milhões de pessoas no mundo sejam afetadas por algum Transtorno Alimentar (BRASIL, 2022).

2 METODOLOGIA

De acordo com Gil (2002), todo projeto deve definir a modalidade de pesquisa e determinar os procedimentos de coleta e análise de dados. Desta forma para esse trabalho foi definido a modalidade de pesquisa bibliográfica que consiste em entender se a leitura, a análise e a interpretação de material impresso, como material foram consideradas informações retiradas a partir de pesquisas realizadas, como artigos científicos, resenhas e resumos, para posteriormente analisá-las. Para isso foram utilizados recursos que não podem ser quantificados sem equações e estatísticas, caracterizando assim uma pesquisa qualitativa (SILVA E MENEZES, 2000). Tal qual equivale atentar-se ao grau de realidade sendo desenvolvido a partir de significados e valores não tendo o objetivo de prever, apenas descrever o projeto. Esse tipo de pesquisa possui o objetivo de correlacionar a influência das redes sociais com as ideias propostas pelos autores sobre os Transtornos Alimentares.

De acordo com os objetivos gerais e específicos desta pesquisa, ela se caracteriza como sendo explicativa buscando identificar os fenômenos do presente estudo, além de analisar a partir da interpretação dos métodos qualitativos avaliando seus aspectos negativos. Segundo Lakatos e Marconi (2010) os métodos qualitativos consistem na observação de fatos e fenômenos que ocorrem espontaneamente, na coleta de dados a eles referentes e registro de variáveis relevantes para analisá-los. Também utilizando como meio base de pesquisa as plataformas *Scielo*, *PubMed* e Repositórios Acadêmicos.

Com o objetivo de filtrar os materiais de leitura apresentados nas plataformas mencionadas, foram usados os seguintes descritores: Grupos; Transtornos Alimentares; Imagem Corporal; Adolescentes; Rede social. Levando em consideração o propósito do tópico em questão e objetivando manter um acervo abrangente para pesquisa, foram escolhidos artigos publicados nos últimos 15 anos. No que diz respeito a esses artigos, foram localizados 48 publicações e selecionados 36 tendo como base de exclusão artigos que não contemplavam comportamento alimentar e vínculo com redes sociais assim como produções que não se encaixavam na margem de tempo estabelecida, ou seja obras que datam mais de 15 anos, com base na análise dos resumos, e determinados os que estão escritos em língua portuguesa e inglesa.

3 REDES SOCIAIS ONLINE E O ESTABELECIMENTO DO VÍNCULO NA ADOLESCÊNCIA

Para Recuero (2011), uma rede social constitui-se de dois elementos: atores e suas conexões. Nesse sentido, a autora faz uma consideração ao entender atores como as representações performáticas dos indivíduos, sob a perspectiva do interacionismo simbólico. As redes sociais são, portanto, o conjunto de pessoas, instituições ou grupos e suas interações ou laços sociais. Quando estabelecidos por meio da internet, adjetivam as redes sociais de “online” (RECUERO, 2012) ou “digitais” (SANTAELLA, 2010).

Rede social difere-se, ainda, de “sites de redes sociais”, que são as infraestruturas virtuais (ou softwares sociais) que viabilizam as conexões entre os atores, seja por uma linha de interação direta, seja por meio da constituição de um contexto. Quando utilizamos no site de redes sociais Twitter uma hashtag, instituída pelo uso do elemento “#” seguido de um termo específico, criamos um contexto que permite que as mensagens trocadas entre os usuários sejam categorizadas e segmentadas, permitindo, inclusive, a conversação. Por isso, os sites de redes sociais são softwares que facilitam a constituição de redes sociais por meio da conexão entre diferentes atores. Assim como as conexões diretas estabelecidas entre as pessoas, os contextos também permitem a constituição de redes sociais. [...] as mensagens trocadas entre diferentes atores, criando certo laço social entre eles por meio do conteúdo das mensagens (FERREIRA, 2013, P.61).

Esses indivíduos constroem um perfil público, olhando e pesquisando nas listas de usuários com quem compartilham uma conexão, constituindo relações interpessoais mediadas

pelo computador, facilitando a interação apesar da distância, buscando fundamentalmente a comunicação (FREITAS, 2010). Esse espaço é visto como uma forma democrática de expressão, uma vez que permite a possibilidade de falar e escutar com pouca censura, podendo ter seu conteúdo compartilhado por qualquer indivíduo. Neste meio são formadas comunidades que partilham valores, afeições, interesses e aspirações em comum entre seus usuários, funcionando também como reforçadores de alguns comportamentos (BITTENCOURT; ALMEIDA, 2013).

No entanto Gonçalves e Nuremberg (2012) conduziram um estudo que identificou que a internet acentua a falta de interação entre os adolescentes no mundo real, uma vez que a tela do computador traz certa segurança e comodidade, evitando assim frustrações, rejeições e sentimentos que precisam enfrentar na vida real. Ademais, a tecnologia pode se tornar um fator de isolamento social, comprometendo a capacidade de socialização dos adolescentes, que podem ter dificuldades em distinguir a realidade do mundo virtual (SILVA; SILVA, 2020).

Dessa forma a internet pode servir como uma fuga da realidade, interferindo diretamente na qualidade de vida do indivíduo. Gonçalves e Martínez (2014) fala que a maioria dos adolescentes e jovens enxergam as redes sociais digitais como solução para os seus problemas, onde podem encontrar um grupo com o qual se identificam, sendo muitas vezes de uma classe social muito distante, socialmente e financeiramente, tendo uma história de vida distinta com características e padrões de beleza que podem causar prejuízos na formação da identidade do adolescente.

Além disso a sociedade e a cultura influenciam na determinação de um corpo ideal, desenvolvendo suas particularidades, salientando determinadas características em detrimento de outros, e a partir disso constrói os seus parâmetros de beleza, aparecem então os padrões que definem e servem de referência para aquilo que é admirável e que dão referências aos indivíduos para se constituírem como homens e mulheres (BARBOSA, 2011).

Por se tratar de algo longe da sua realidade com a promoção de um ideal corporal de magreza por essas culturas, podendo ser problema já que ao exaltar a magreza como o padrão de beleza desejável, levando uma exclusão e marginalização de corpos que não se enquadram nesse ideal, trazendo a um estereótipos inalcançáveis de beleza, Além disso, a promoção incessante desse ideal de magreza pode levar a pressões sociais e psicológicas sobre os indivíduos, levando-os a adotar comportamentos prejudiciais à saúde, como restrição alimentar extrema, compulsão alimentar, uso de substâncias e práticas compensatórias inadequadas, que podem resultar em transtornos alimentares e outros problemas de saúde física e mental, observa-se um número expressivo de pessoas insatisfeitas com a forma e o peso de seu corpo por não atingirem esses padrões. Desde a última década é crescente o número

de pesquisas na área da saúde, principalmente devido ao aumento da incidência de Transtornos Alimentares (TAs) (GONÇALVES E MARTÍNEZ, 2014).

4 FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES

Os Transtornos Alimentares segundo Appolinário, Cordás, Nunes (2021) “são doenças mentais complexas, caracterizadas por alterações do comportamento alimentar, crenças distorcidas e preocupações externas sobre comida, alimentação e com o tamanho, a forma ou o peso do corpo”. De acordo com o DSM TR um transtorno mental é uma síndrome caracterizada por uma perturbação clinicamente significativa na cognição, regulação da emoção ou comportamento de um indivíduo, refletindo uma disfunção nos processos psicológicos, biológicos ou de desenvolvimento subjacentes ao funcionamento mental. Tendo uma etiologia multifatorial, que são determinados por uma diversidade de fatores que interagem entre si de modo complexo para produzir e, muitas vezes, perpetuar a doença. Os estudos científicos têm identificado diversos fatores que, quando combinados, podem servir como indicadores iniciais para o desenvolvimento de um possível Transtorno Alimentar, sendo estes:

[...]1) sociais: pressão pela magreza, busca pela magreza ideal, falta de suporte social; 2) psicológicos: auto- objetificação (tendência a perceber o corpo do outro como um objeto), insatisfação corporal, afeto negativo; e 3) biológicos: sobrepeso parental, restrição alimentar, consumo de álcool (APPOLINÁRIO et al., 2021, p.161).

A predisposição biológica para o Transtorno Alimentar tem variáveis biológicas que participam de sua patogenia como fatores precipitantes, como no caso das mudanças hormonais da puberdade. A predisposição ou vulnerabilidade genética é determinada pela combinação dos genes de ambos os pais. A manifestação da doença é decorrência da interação gene-ambiente, há fatores ambientais e/ou epigenéticos que interagem com a genética do indivíduo, desencadeando ou não o transtorno. Indivíduos que têm mãe ou irmã com Transtorno Alimentar têm mais probabilidade de desenvolver TA do que outros indivíduos sem história familiar dessa doença (APPOLINÁRIO; CORDÁS; NUNES, 2021).

Na maioria das vezes, os Transtornos Alimentares iniciam-se na adolescência, fase que coincide com a aceleração do crescimento, com a puberdade e profundas mudanças psicossociais. A mudança na forma do corpo, que acontece durante a passagem do corpo infantil para o corpo adulto, promove certo estranhamento no adolescente. As influências das mídias que desencadeia preocupação excessiva com relação a forma física, tem contribuído com o desenvolvimento dessas patologias, principalmente em casos que existem o medo intenso de engordar, deixando as pessoas mais propensas a acabarem tomando medidas extremas em relação a alimentação e exercícios físicos para se manterem dentro dos padrões

estabelecidos pela sociedade e mídia (OLIVEIRA; HUTZ, 2010).

O espelho é, ao mesmo tempo, amado e odiado, pois o corpo que é visto deixa de ser reconhecido como próprio, a distorção da imagem corporal, que acontece na Anorexia Nervosa e Bulimia Nervosa, o desejo de retorno a um corpo magro, infantil e sem formas, a recusa ao desenvolvimento, ao crescimento e à independência. Associado ao início da adolescência e da puberdade, qualquer evento vital estressante pode atuar como fator precipitante do Transtorno Alimentar (APPOLINÁRIO; CORDÁS; NUNES, 2021).

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, traz dificuldades em se sociabilizar em meio a sociedade, o indivíduo em questão demonstra uma preocupação excessiva e constante em relação à manutenção de seu peso corporal, chegando ao extremo de adotar comportamentos e atitudes que podem resultar em distúrbios psicológicos e físicos graves, podendo inclusive culminar em consequências fatais (PIRES; BISPO; BONORINO, 2020).

A construção da identidade está ligada ao corpo e em alguns casos a reconstrução dele é um dos mecanismos de reconstrução da identidade, da autoestima e do estabelecimento da relação com o mundo. “As representações do corpo operam de acordo com as representações disponíveis na sociedade, de acordo com as visões de mundo das diferentes comunidades humanas” (LE BRETON, 1992 apud FERREIRA, 2008, p 473).

Pesquisas concebem a influência dos fatores socioculturais como relevantes fatores de risco em direção ao desenvolvimento de indícios sintomáticos dos Transtornos Alimentares. Os TAs estão presentes nas mais diversas culturas, inclusive em culturas ocidentais e em grupos mais tradicionais. Um estudo realizado no estado de Minnesota mostrou que as adolescentes africanas e as miscigenadas relataram com mais frequência alta satisfação corporal (40,1 e 44,3%, respectivamente), enquanto hispânicas e asiáticas declararam menos satisfação (19,8 e 20,0%, respectivamente); e que as africanas expressaram quase três vezes mais satisfação corporal do que as caucasianas (Kelly *et al.*, 2005). No entanto, a incidência dos TAs nos países ocidentais é significativamente maior e tem aumentado em indivíduos pré-púberes nos últimos anos, inclusive no sexo masculino. Pressões sociais para que os indivíduos tenham um corpo cada vez mais magro contribuem para o aumento da incidência dos TAs, especialmente em grupos considerados vulneráveis, como as meninas adolescentes (APPOLINÁRIO; CORDÁS; NUNES, 2021).

O aumento significativo de Transtornos Alimentares pode estar associado também à superexposição de modelos corporais nos meios de comunicação com a divulgação de uma ótica corpórea estereotipada e determinada pelas relações de mercado (SALOMÃO *et al.*, 2021, p. 5668).

A exposição às pressões da mídia e da indústria da moda no que se refere a dietas ou à forma do corpo atinge também as crianças, que demonstram preocupações a respeito desses temas cada vez mais precocemente. Em estudo realizado na Inglaterra (Bell, Lawton e Dittmar, 2007), 87 garotas adolescentes foram divididas em três grupos: o primeiro foi exposto a modelos magras em vídeos de música, o segundo ouvia somente as músicas dos vídeos, sem a imagem, e ao terceiro foi dada uma lista de palavras neutras para serem memorizadas e evocadas. Foi constatado que no primeiro grupo houve um aumento significativo da insatisfação com o corpo, comparado às outras intervenções, demonstrando o impacto deste tipo de mídia na construção da imagem corporal de adolescentes. Além disso, a pressão dos pais para perder peso, as críticas da família sobre o peso e o investimento materno na magreza das filhas são fatores que podem ser correlacionados com os TAs nos adolescentes (APPOLINÁRIO; CORDÁS; NUNES, 2021).

Os meios sociais e culturais constroem o corpo em suas variadas maneiras de falar, andar, ver, comer, viver e morrer, ou seja, o sujeito adequar seu corpo ao meio no qual está inserido. As práticas sociais mostram a relação do indivíduo com o seu meio social por meio de seus rituais, código de ética cultural e social, características gestuais, formas de percepção, de expressão de sentimentos, distinção de classe, jogos de aparência, moda, lazer, dentre outros (FERREIRA, 2008).

5 REDES SOCIAIS E OS PRINCIPAIS TRANSTORNOS ALIMENTARES QUE ESTÃO RELACIONADO A ADOLESCÊNCIA

Os Transtornos Alimentares se caracterizam como quadros psiquiátricos e provocam graves danos biopsicossociais, como também altas taxas de morbidade e mortalidade. A maior prevalência dos TAs ocorre em jovens (OLIVEIRA; HUTZ, 2010), de acordo com a classificação diagnóstica do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 5ª edição, texto revisado (DSM-5-TR) definem-se como:

Os transtornos alimentares são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos e que compromete significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial (APA, 2023, p. 329)

Existem vários tipos de TAs, no entanto, os principais e mais comuns, constituem-se a Anorexia Nervosa - AN, a Bulimia Nervosa - BN e o Transtorno de Compulsão Alimentar – TCA, ambos iniciam os sintomas ainda na adolescência e possui causas multifatoriais que vão desde herança familiar, como fatores biopsicossociais e epigenéticos do sujeito, as questões hormonais são consideradas como fatores de risco relacionados aos sintomas de TAs, bem como questões cognitivas e modificações de neurotransmissores (APPOLINÁRIO; NUNES;

CORDÁS, 2021).

Na Anorexia Nervosa a pessoa se enxerga visivelmente acima do peso, o que pode acabar desenvolvendo outras patologias, pois possui um grande medo da obtenção elevada de peso, o que acaba levando uma busca exagerada pela redução extrema do consumo de alimentos. Por conta do distúrbio, sua percepção visual própria se encontra irregular (SÁ e ARTEIRO, 2012), a distorção da imagem corporal é a discrepância entre o índice de massa corporal (IMC) percebido e o real, podendo levar a ações de controle de peso, ingestão inadequada de nutrientes (ALMEIDA *et al.*, 2018).

Os critérios diagnósticos para a Anorexia Nervosa consiste em uma restrição da ingestão calórica em relação às necessidades do corpo, levando a um peso corporal significativamente baixo no contexto de idade, gênero, trajetória do desenvolvimento e saúde física o medo intenso de ganhar peso ou de engordar, ou comportamento persistente que interfere no ganho de peso, mesmo estando com peso significativamente baixo e a perturbação no modo como o próprio peso ou a forma corporal são experienciados (DSM – 5-TR, 2023), levando a ter um constante esforço em perder peso e com isso os indivíduos que possuem esse transtorno desenvolvem sérias restrições e seletividade acerca da comida, e rejeitam os alimentos os quais julgam potenciais engordativos (BARLOW 2016).

Já a Bulimia Nervosa é um distúrbio compulsório pelo ato de se alimentar de maneira irregular ao normal, com grandes quantidades de comidas e em seguida por formas inapropriadas, compensar esse episódio como forma de controlar o peso, acometendo vômitos auto induzidos, uso de diuréticos, laxantes, excesso de atividades físicas, entre outros. (ATTIA, WALSH, 2018). A compulsão alimentar e os comportamentos compensatórios inapropriados ocorrem, em média, no mínimo uma vez por semana durante três meses e sua auto avaliação é indevidamente influenciada pela forma e pelo peso corporal (APA, 2023).

No Transtorno da Compulsão Alimentar não há a presença de reações compensatórias a fim de impedir o aumento do peso corporal. Esse TA é caracterizado como episódios de descontrole alimentar, no qual há a ingestão de uma grande quantidade de comida em um curto período de tempo, onde esse volume de comida não seria consumido por outras pessoas em situações parecidas (APA, 2023).

De acordo com Copetti e Quiroga (2018) a mídia social se torna um fator muito determinante e potencializador em relação a aquisição de Transtornos Alimentares, pois a mesma viabiliza a informação e idealização. Essas ideias são aceitas pela sociedade causando um desejo muito grande no público adolescente que cada vez mais se degrada e se atormenta, com um único desejo de ser aceito pelos parâmetros normativos que a sociedade eleva por meio da mídia.

Observa-se que a insatisfação dos adolescentes com sua imagem é possivelmente

desenvolvida pelo corpo idealizado e perfeito que a sociedade cria e dissemina pela mídia. Uma vez que o ideal de magreza e corpo escultural proposto é uma impossibilidade biológica para boa parte das pessoas, a insatisfação corporal tem se tornado cada vez mais comum, nessa perspectiva, na tentativa de conseguir um corpo considerado atraente e socialmente aceito, os TAs podem se desenvolver (LUDEWIG *et al.*, 2017).

Com a ascensão da internet e o surgimento das redes sociais, a facilidade do acesso à informação favoreceu ainda mais a difusão dos estereótipos atuais de beleza que podem influenciar na construção da imagem corporal (KIM; CHOCK, 2015). Nas comunidades existentes Pró-Ana (Pró-Anorexia Nervosa) e Pró-Mia (Pró-Bulimia Nervosa), os comportamentos condenáveis pela medicina e pela sociedade se mantêm imunes e os praticantes conseguem apoiar-se reciprocamente. Nesses espaços, é possível serem honestas sobre seus anseios e vontades, mas tal honestidade não pode estar presente nos seus relacionamentos interpessoais com amigos e familiares, pois, muito provavelmente, seria alvo de condenações (RAMOS *et al.*, 2011).

Também destacado por Ramos et al, (2011), muitos grupos pró-ana/mia não estão em busca de novos membros, querem apenas o direito de defender aquilo que acreditam. O significado que atribuem ao corpo como construção cultural, bem como de sua imagem social desempenha um papel determinante na construção da identidade das pessoas com AN e BN. A noção de que o emagrecimento está associado à doença é condenada por essas comunidades, por outro lado, concebem o emagrecimento como uma necessidade estética, desejada por aqueles que buscam uma vida saudável. Há uma validação social diante a regra criada, em que se acredita que o emagrecimento está diretamente ligado ao bem estar emocional e social. Essa validação a transforma em verdade na sociedade, fazendo com que a magreza como padrão estético dominante seja um fator responsável pelo desenvolvimento de TAs (VALE E ELIAS, 2011).

Vale ressaltar que a AN, BN e TCA são Transtornos Alimentares graves com taxas de mortalidade significativas se não tratadas (APA,2023) e qualquer grupo ou comunidade que promovem e incentivam comportamentos alimentares prejudiciais e imagens corporais inalcançáveis de magreza e perfeição podem causar pressão social e aumentar o risco de Transtornos Alimentares, sendo necessário enfatizar na psicoeducação e apoio para as pessoas que estão sofrendo de TAs (VARTANIAN, 2016).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou identificar quais as relações existentes entre as redes sociais e o comportamento alimentar na adolescência, podendo ser um fator de risco no

desenvolvimento dos Transtornos Alimentares. As Informações coletadas mostraram que os TAs são patologias multifatoriais, não restringindo um único fator específico para desencadear a doença, mas um conjunto de fatores, desde dos aspectos biopsicossociais do indivíduo, dentre outros fatores. Percebe-se que o meio familiar e social mostrou-se ser um dos principais fatores de risco que influenciam no desenvolvimento de um TA.

Os jovens, no início da fase adolescência, enfrentam uma série de transformações corporais e psicológicas, as quais muitas vezes geram sentimentos de inadequação em relação ao corpo, que já não é mais infantil, mas ainda não alcançou a maturidade física e emocional do adulto. A esse desafio soma-se a pressão social e os padrões de beleza incompatíveis com a realidade desses indivíduos.

Com o discernimento de padrões de beleza trazida pela mídia e todos esses fatores descritos anteriormente acarretados pela mudança corporal, psíquica e social o adolescente fica mais suscetível a desenvolver um TA. Pires; Bispo; Bonorino, (2020) traz que os Transtornos Alimentares possuem uma grande capacidade de interferência no modo de vida dos adolescentes, comprometem sua própria saúde física e mental, trazendo dificuldades em se socializar em meio a sociedade. Diante dessas dificuldades apresentadas pelo Transtorno Alimentar, a rede social online surge como uma alternativa para aqueles que buscam refúgio. Ao se juntarem a grupos que compartilham "receitas para ter o corpo perfeito", muitos pacientes encontram um senso de identificação com os outros usuários que oferecem apoio sem julgamentos, algo que muitas vezes não é possível encontrar na família ou na sociedade. No entanto, um dos principais obstáculos relacionados ao Transtorno Alimentar é a dificuldade em reconhecer a própria doença, já que a normatização propagada pelas comunidades pode levar pacientes a acreditarem que sentir fome e não comer é sinônimo de autocontrole, embora isso possa, ironicamente, levá-los a perder o controle sobre a sua saúde física e psíquica.

Foi observado que os TAs, atingem tanto jovens e adultos masculino quanto o feminino sendo o público feminino o mais afetado, podendo ser provocados por causas multifatoriais tendo em vista esse fator dos Transtornos Alimentares, o tratamento para essas patologias também envolvem uma equipe multidisciplinar, composto principalmente por psicólogos, psiquiatras e nutricionistas (APOLINÁRIO; NUNES; CORDÁS, 2021).

Foi concluído que as redes sociais exercem uma influência significativa sobre os adolescentes, por meio das diferentes formas de mídia e grupos que atingem diretamente ou indiretamente, por meio da cultura predominante e da percepção de corpo que é reforçada diariamente por meio de fotos, vídeos e conversas em hashtag, que muitas vezes afetam esses jovens. Devido a esses fatores é necessário um suporte mais abrangente do que o recebido online através das redes sociais, que se dedique à saúde física e mental dos adolescentes, pois

eles muitas vezes não percebem que estão enfrentando problemas de saúde e mesmo se o percebem, frequentemente não conseguem parar devido a um comportamento habitual.

Foi possível compreender também que as redes sociais online não devem ser encaradas somente como algo negativo, uma vez que permitem conexões entre pessoas de diferentes países e culturas, possibilitando interações e criação de vínculos benéficos entre comunidades com interesses semelhantes. Além disso, essas tecnologias viabilizam a troca de informações e a comunicação entre indivíduos que moram em diferentes cidades, estados ou até mesmo países, o que seria impossível de ser realizado pessoalmente devido às distâncias envolvidas. Por fim, destaca-se a importância de se aprofundar estudos sobre os impactos que as redes sociais e grupos online podem ter tanto positiva quanto negativamente, no desenvolvimento de Transtornos Alimentares em adolescentes.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Carlos Alberto de Nogueira et al., **Distorção da autopercepção de imagem corporal em adolescentes**. International Journal of Nutrology, v. 11, n. 02, p. 061-065, 2018. Disponível em: <https://ijn.zotarellifilhoscientificworks.com/index.php/ijn/article/download/163/158>. Acesso em: 13 junho 2023.

APPOLINÁRIO, José Carlos; NUNES, Maria Angélica; CORDÁS, Táki Athanássios. **Transtornos Alimentares: Diagnóstico e Manejo**. Grupo A Educação, 2021

ATTIA, E; WALSH, B. T. **Bulimia nervosa**. São Paulo: MSDMANUALS, 2018. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/trans-tornos-alimentares/bulimia-nervosa> Acesso em: 11 junho 2023.

BARBOSA, Maria Raquel; MENA MATOS, Paula; COSTA, Maria Emília. **Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje**. Psicologia & Sociedade, v. 23, n. 1, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/psoc/v23n1/a04v23n1>>. Acesso em: 11 junho 2023.

BARLOW, David H. **Manual clínico dos transtornos psicológicos: tratamento passo a passo**. 5 ed. Porto Alegre: Artmed Editora, 2016.

BELL, B. T., Lawton, R. & Dittmar, H. (2007). The impact of thin models in music videos on adolescent girls' body dissatisfaction. *Body Image*, 4, 137-145.

BITTENCOURT, L.J., & Almeida, R.A. . **Transtornos Alimentares: patologia ou estilo de vida?**. Psicologia & Sociedade, 25(1), 220-229.(2013) Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-71822013000100024> Acesso em: 14 junho. 2023.

BRASIL. **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Lei 8069/90. São Paulo, Atlas,1991.

BRASIL.MINISTÉRIO DA SAÚDE.Mais de **70 milhões de pessoas no mundo possuem algum distúrbio alimentar** [Brasília]: Ministério da Saúde, 19 set. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/mais-de-70-milhoes-de-pes>

s oas-no-mundo-possuem-algum-disturbio-alimentar. Acesso em: 04 mai. 2023.

CALAZANS, J; LIMA, C. **Sociabilidades virtuais: do nascimento da Internet à popularização dos sites de redes sociais online**. Encontro nacional de mídias, Minas Gerais, p1-4. julho, 2013. Disponível em:
<http://www.ufrgs.br/alcar/encontros-nacionais1/9oencontro-2013/artigos/gt-historia-da-midia-digital/sociabilidades-virtuais-donascimento-da-internet-a-popularizacao-dos-sites-de-redes-sociais-online>.

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

CRIPPA, José Alexandre de Souza (coord.). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM -5 -TR. 5**, texto revisado. Porto Alegre: Artmed Editora LTDA, 2023.

FERREIRA, Francisco Romão. **A produção de sentidos sobre a imagem do corpo**. Interface (Botucatu) [online]. 2008, vol.12, n.26, pp.471-483. ISSN 1414- 3283. Disponível em:<<http://dx.doi.org/10.1590/S1414-32832008000300002>.> Acesso em: 11 junho 2023.

FERREIRA, Gerson Luiz Scheidweiler. **O paradoxo do controle nas redes sociais online**. 2013. 117 f. Dissertação (mestrado)—Universidade de Brasília, Brasília, 2013.

FREITAS, Maria Teresa. **Letramento digital e formação de professores**. Educ. Rev., Belo Horizonte , v. 26, n. 03, p. 335-352, dez. 2010 . Disponível em <http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-46982010000300017&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 14 jun. 2023.

GIL, Antonio Carlos *et al.* **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002. v. 18, n. 2 [Acessado 15 Novembro 2022] , pp. 81-88. Disponível em: . Epub 08 Jan 2007. ISSN 1807-0310.<https://doi.org/10.1590/S0102-71822006000200011>.

GONÇALVES, B. G., & Nuernberg, D. **A dependência dos adolescentes ao mundo virtual**. Revista de Ciências Humanas, Florianópolis,(2012). 46 (1), 165-182.
 Recuperado de
<https://pdfs.semanticscholar.org/d3ca/51763e05916446bd1142d968bc79f573fdf9.pdf>

GONÇALVES, V.O., & Martínez, J.P.. **Imagem corporal de adolescentes: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia**. Comunicação e Informação,(2014) 17(2), 139-154. doi: <https://doi.org/10.5216/31792>

KELLY, A. M., Wall, M., Eisenberg, M. E., Story, M. & NeumarkSztainer, D. (2005). **Adolescent girls with high body satisfaction: Who are they and what can they teach us?** Journal of Adolescent Health, 37, 391-396.

KIM, J. W.; CHOCK, T. M. **Body image 2.0: Associations between social grooming on Facebook and body image concerns**. Comput. Human Behav., v. 48, p. 331-339,2015.

KUNZLER, R. J., Manenti, M., Boff, E. T. D. O., Busnello, M. B., & Bento, L. F. B. . **PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL ENTRE ESTUDANTES ADOLESCENTES**

DA EDUCAÇÃO BÁSICA. *Salão Do Conhecimento*, (2014) 2(01). Recuperado de <https://www.publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/salaoconhecimento/article/view/3920>

LAKATOS, E. Maria; MARCONI, M. de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica: Técnicas de pesquisa**. 7 ed. – São Paulo: Atlas, 2010.

LIMA LN, Rosa BOC, Rosa VFJ. **Identificação de fatores de predisposição dos transtornos Alimentares: Anorexia e Bulimia em adolescentes de Belo Horizonte**, Minas Gerais. *Estudo de Pesquisa de Psicologia*. 2012;12(2):360- 378.

LUDEWIG, A. M., Rech, R. R., Halpern, R., Zanol, F., & Frata, B. (2017). **Prevalência de sintomas para transtornos alimentares em escolares de 11 a 15 anos da rede municipal de ensino da cidade de Nova Petrópolis**, RS. *Revista da AMRIGS*, 61(1), 35-39.

OLIVEIRA, Leticia Langlois; HUTZ, Cláudio Simon. **Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo**. *Psicologia em estudo*, v. 15, p. 575-582, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/MGVrVGGGrjn8VPDYyCqdmNLj/abstract/?lang=pt> . Acesso em: 13 junho 2023.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth D. **Desenvolvimento humano**. Artmed Editora, 2013.

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.

RAMOS J de S, PEREIRA NETO A de F, BAGRICHEVSKY M. **Cultura Identitária pró-anorexia: características de um estilo de vida em uma comunidade virtual**. *Interface (Botucatu) [Internet]*. 2011 Apr;15(37):447–60. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-32832011005000018>. Acesso em: 13 junho 2023

RECUERO, R. **Redes sociais na Internet**. São Paulo: Sulina, 2009

RESENDE, M. C., Bones, V. M, Souza, I. S., & Guimarães, N. K. **Rede de relações sociais e satisfação com a vida de adultos e idosos**. *Psicologia para a América Latina*, (2006). visitado em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2006000100015

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.

SALOMÃO, J et al. **Indícios de transtornos alimentares em adolescentes**. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v.4, n.2, p. 5665-5678 ,2021.

SANTAELLA, L.; LEMOS, R. **Redes sociais digitais: a cognição conectiva do Twitter**. 1. ed. São Paulo: Paulus, 2010.

SILVA, Edna Lúcia da.; MENEZES, Estera Muszkat. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**. Florianópolis: UFSC/PPGEP/LED, 2000, 118 p

VARTANIAN, L. R., et al. **"Social Influences on Body Image and Body Change Strategies Among Adolescents."** *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, vol. 21, no. 4, 2016, pp. 579-587

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