

INFLUÊNCIAS MIDIÁTICAS NA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Raissa Paolini Neves Rodrigues¹
Lorena Morais Costa²
Mariana Martins Moreira³
Paulo Henrique Asfora⁴
Maria Irene de Castro Barbosa⁵

RESUMO

A rápida adesão às mídias sociais tem alcançado mais de 80% dos adolescentes. Entretanto, o intenso uso dessas mídias pode se mostrar prejudicial, visto que, estes meios de comunicação, frequentemente, promovem representações corporais irreais e estereotipadas. Nesse sentido, a internalização desse padrão de beleza pode resultar em dificuldades na aceitação da própria imagem corporal e no desenvolvimento de transtornos alimentares. Assim, o objetivo deste trabalho foi investigar como as influências midiáticas podem afetar a percepção da imagem corporal de adolescentes do sexo masculino, bem como elencar os impactos dessas influências no desenvolvimento de transtornos alimentares. Este é um estudo de revisão integrativa com 11 estudos primários, resultantes da busca realizada nas bases de dados PubMed, PsycINFO e Web of Science utilizando os seguintes descritores: "imagem corporal" e/ou "percepção da imagem corporal", "transtornos alimentares", "mídia" e/ou "influência da mídia" e/ou "efeitos da mídia", "adolescentes" e/ou "meninos". Os resultados mostram que a exposição constante a conteúdos de beleza nas redes sociais podem estar associadas à baixa autoestima e a comportamentos alimentares desordenados.

Palavras-Chave: mídias sociais; identidade corporal; transtorno alimentar; comportamento do adolescente.

MEDIA INFLUENCES ON BODY IMAGE PERCEPTION AND THE DEVELOPMENT OF EATING DISORDERS IN ADOLESCENTS: AN INTEGRATIVE REVIEW

ABSTRACT

The rapid adoption of social media has reached over 80% of adolescents. However, the intense use of these media can be harmful, since these media often promote unrealistic and stereotypical body representations. In this sense, the internalization of this beauty standard can result in difficulties in accepting one's own body image and in the development of eating disorders. Thus, the objective of this study was to investigate how media influences can affect the perception of body image of male adolescents, as well as to list the impacts of these influences on the development of eating disorders. This is an integrative review study carried out with 11 primary studies, resulting from the search carried out in the PubMed, PsycINFO and Web of Science databases using the following descriptors: "body image" and/or "body image perception", "eating disorders", "media" and/or "media influence" and/or "media effects", "adolescents" and/or "boys". The results show that constant exposure to beauty content on social media is associated with low self-esteem and disordered eating behaviors.

Keywords: social media; body identity; eating disorder; adolescent behavior.

¹ Centro Universitário Araguaia, e-mail: raissapaolininutri@gmail.com

² Centro Universitário Araguaia, e-mail: lorena.morais@uniaraguaia.edu.br

³ Centro Universitário Araguaia, e-mail: coordnutricao@uniaraguaia.edu.br

⁴ Centro Universitário Araguaia, e-mail: paulo.asfora@uniaraguaia.edu.br

⁵ Centro Universitário Araguaia, e-mail: maria.castro@uniaraguaia.edu.br

INTRODUÇÃO

A imagem corporal é a percepção subjetiva que um indivíduo tem do seu próprio corpo, incluindo a avaliação de sua aparência física, tamanho, forma e funcionalidade (Carvalho, 2016). Segundo Lopes e Junior (2022), essa percepção pode ser influenciada por uma variedade de fatores, como experiências pessoais, padrões culturais, sociais e idealizações veiculadas pela mídia.

Nos últimos anos, tem-se observado um aumento significativo na preocupação com a imagem corporal entre adolescentes (Bittar; Soares, 2020). A adolescência compreende indivíduos com idade entre 10 e 19 anos (Brasil, 2022) e durante este período, os indivíduos passam por mudanças significativas em várias áreas, incluindo mudanças físicas, psicológicas e sociais, no qual a construção da identidade e autoimagem desempenham um papel central (Srinath et al., 2019). Assim, os adolescentes estão particularmente suscetíveis a influências externas, incluindo mensagens transmitidas pela mídia, que podem moldar suas visões individuais sobre a imagem corporal e estimular a busca contínua por um padrão imposto como ideal de beleza (Lopes; Junior, 2022).

Estudos indicam que a exposição prolongada a representações corporais irreais e estereotipadas tem o potencial de influenciar a percepção que os adolescentes possuem de seus próprios corpos, levando-os a desenvolver uma visão distorcida de si mesmos, resultando em sentimentos de inadequação ou insatisfação com sua aparência física (Lopes; Junior, 2022; Valério et al., 2022). Essa insatisfação pode impulsionar uma busca contínua pela conformidade com os padrões de beleza promovidos pela mídia (Bittar; Soares, 2020). Tal fenômeno evidencia uma mudança na percepção de saúde e beleza que está se desviando para padrões diferentes dos considerados saudáveis, como por exemplo, o desejo por um peso corporal que pode ser abaixo do considerado adequado (Philippi; Alvarenga, 2004; Lopes; Junior, 2022).

De acordo com Souto e Ferro-Bucher (2006) há uma supervalorização do corpo magro como um padrão estético de beleza dominante na sociedade. Essa idealização promove a adesão a práticas alimentares restritivas ou a fórmulas consideradas rápidas e milagrosas, as quais frequentemente não estão alinhadas com uma alimentação equilibrada e saudável. A internalização desse padrão de beleza pode resultar em dificuldades na aceitação da própria imagem corporal e no desenvolvimento de transtornos alimentares (Alves et al., 2008, Philippi; Alvarenga, 2004).

Os transtornos alimentares, definidos como distúrbios fisiológicos e psicológicos relacionados ao apetite e à ingestão de alimentos, são classificados pela CID-10 (Saúde, 1997). Essas condições que incluem anorexia nervosa e bulimia nervosa, podem causar sérios danos à saúde física e mental dos indivíduos, como apontado por Latki et al. (2023). Estudos indicam que a exposição prolongada a padrões corporais irreais na mídia contribui para a insatisfação com a própria imagem e o desenvolvimento desses transtornos (Latki et al., 2023; Philippi; Alvarenga, 2004; Lopes; Junior, 2022).

A influência da mídia na percepção da imagem corporal e no desenvolvimento de transtornos alimentares é um tema de grande relevância e interesse na atualidade. Segundo Becker et al. (2002), há evidências que sustentam a ideia de que a mídia desempenha um papel significativo na promoção desses distúrbios que podem ter consequências graves para a saúde física e mental dos adolescentes.

Ao analisar criticamente os mecanismos pelos quais a mídia molda as atitudes e comportamentos dos jovens em relação ao corpo, torna-se possível desenvolver estratégias eficazes de prevenção e intervenção que promovam uma relação saudável e equilibrada com a alimentação e a imagem corporal. Na literatura, existem vários estudos que abordam distúrbios alimentares, concentrando-se em indivíduos do sexo feminino. No entanto, há poucos estudos que investigam como os adolescentes do sexo masculino também estão vulneráveis a esses

fatores, mesmo que a forma como esses distúrbios se manifestam possa ser distinta (Pérez et al., 2023; Quittkat et al., 2019; Wright, Halse, Levy, 2016).

Diante desse cenário, torna-se essencial compreender como a mídia influencia a percepção da imagem corporal dos adolescentes, e como essa influência contribui para o surgimento dos transtornos alimentares. Neste sentido, este trabalho buscou investigar as diferentes formas pelas quais a mídia influencia o desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes do sexo masculino, com o intuito de responder à seguinte questão de pesquisa: “Como a exposição à mídia influencia a percepção da autoimagem e o desenvolvimento de distúrbios alimentares em adolescentes do sexo masculino?”

METODOLOGIA

Este estudo configura-se como uma revisão integrativa, uma abordagem metodológica que, de acordo com Ganong (1987), é composta por seis fases:

- a) **1ª Fase - Elaboração da pergunta norteadora:** definir o problema a ser investigado por meio de uma pergunta norteadora, que irá orientar todo o processo, compreendendo a coleta de dados, a análise e a interpretação dos resultados;
- b) **2ª Fase - Busca na literatura:** identificar e coletar artigos científicos relevantes para o tema da pesquisa. A busca deve ser realizada de forma sistemática, orientada pelas palavras-chaves relacionadas à questão de pesquisa e utilizando bases de dados. Além disso os estudos obtidos devem ser selecionados com base em critérios previamente determinados em concordância com a pergunta norteadora, considerando os resultados de interesse;
- c) **3ª Fase - Extração de dados:** extrair dados dos artigos selecionados na etapa 4. As informações relevantes, como autor, título, objetivo, metodologia, resultados e amostras, devem ser transcritas e organizadas em um quadro para análise;
- d) **4ª Fase - Análise crítica dos estudos incluídos:** avaliar detalhadamente os estudos selecionados. Avalia-se sua qualidade, metodologia e relevância dos resultados para determinar se contribuem efetivamente para responder à pergunta norteadora;
- e) **5ª Fase - Discussão dos resultados:** identificar padrões, divergências e lacunas nos achados, além de contextualizar os resultados dentro do cenário mais amplo da literatura existente;
- f) **6ª Fase - Apresentação da revisão integrativa:** sintetizar os achados da pesquisa, destacando os principais resultados e conclusões.

Assim, com base na etapa 1 da revisão integrativa descrita, foi formulada a seguinte Questão de Pesquisa (QP: “Como a exposição à mídia influencia a percepção da autoimagem e o desenvolvimento de distúrbios alimentares em adolescentes do sexo masculino? Foram adotadas duas estratégias de busca: a busca automatizada por artigos e *snowballing*. Para a busca automatizada foram selecionadas três bases de dados científicas disponíveis na web: PubMed, PsycINFO e Web of Science. A escolha dessas bases, para além de serem reconhecidas pela relevância científica, fundamentou-se no fato de que: a PubMed fornece produções que apresentam perspectiva clínica e de saúde; a PsycINFO disponibiliza trabalhos que abordam aspectos psicológicos e comportamentais; e Web of Science integra uma visão multidisciplinar para uma análise completa e atualizada da literatura.

O refinamento da estratégia deu-se por meio da realização de buscas piloto. Assim, a estratégia de busca resultante foi: “((adolescente OR jovem) AND (“transtorno alimentar”) AND (“autoimagem” OR “imagem corporal”) AND (masculino OR menino OU homens) AND (“influência das redes sociais” OR mídia))”. A *string* resultante foi adaptada para os idiomas inglês, português e espanhol, sendo aplicada a mesma estratégia de busca nas três bases.

Outra abordagem utilizada nas buscas foi o *snowballing*. Esta técnica envolve a análise das referências e citações de estudos já conhecidos para identificar outras publicações relevantes para a pesquisa (Wohlin, 2014). Neste trabalho, foi empregada a abordagem do *snowballing backward*, que consiste em examinar as referências dos estudos primários para identificar novos artigos pertinentes (Wohlin, 2014).

Para a seleção dos estudos primários relevantes para esta revisão, foram empregados critérios de inclusão e exclusão sobre os artigos recuperados pelos mecanismos de busca. A partir dos estudos obtidos inicialmente, os critérios de exclusão foram aplicados por meio da análise dos títulos e resumos. Após a exclusão dos estudos considerados claramente irrelevantes para a pesquisa, os critérios de exclusão e inclusão foram aplicados com base na leitura dos resumos e do conteúdo completo do artigo, conforme necessário.

Critérios de exclusão:

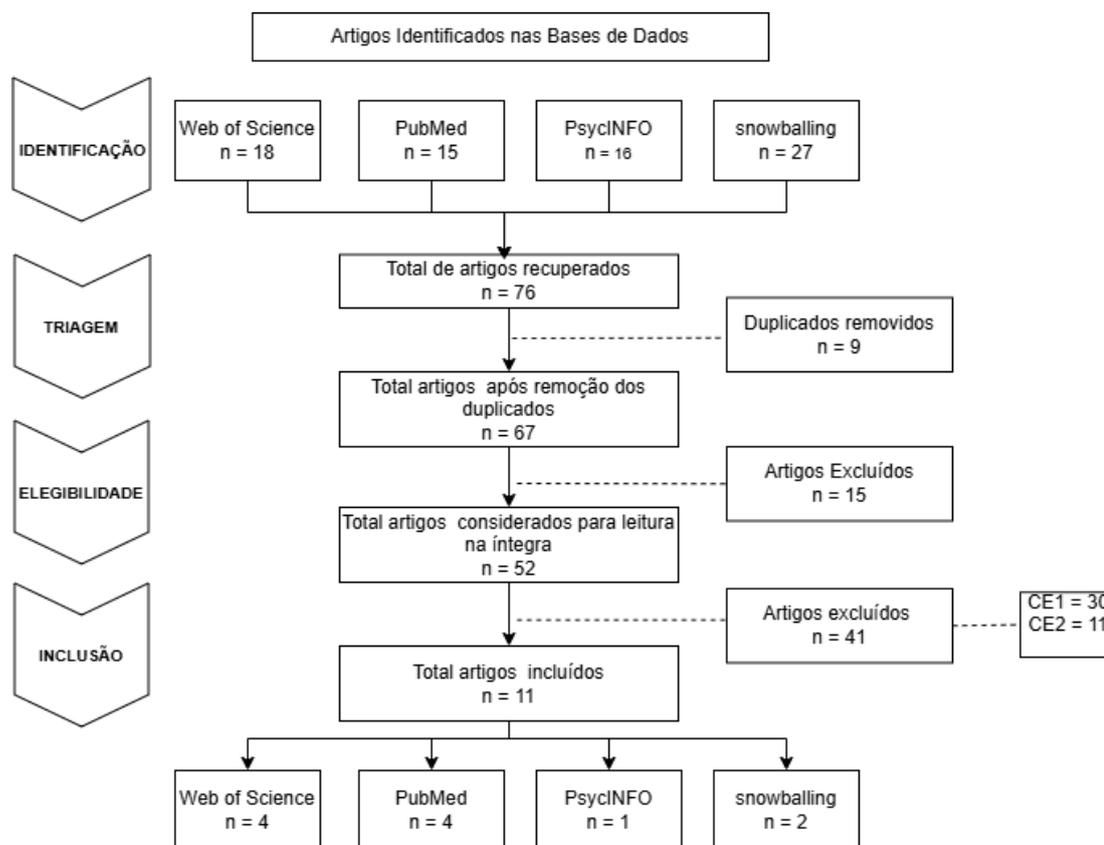
- a) CE1 – Estudos que investigam a relação entre mídia e percepção da imagem corporal e o desenvolvimento de transtornos alimentares em grupos mistos de adolescentes sem análise separada por sexo.
- b) CE2 - Estudos Secundários (revisões de literatura e meta-análises).

Para a inclusão de um trabalho na pesquisa, foram observados a sua relevância em relação às questões de pesquisa considerando os seguintes critérios de inclusão:

- a) CI1 - Estudos que investigam a relação entre mídia e percepção da imagem corporal em adolescentes do sexo masculino com idade entre 10 e 19 anos.
- b) CI2 - Pesquisas que examinam o impacto das influências da mídia no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes do sexo masculino com idade entre 10 e 19 anos.
- c) CI3 - Artigos originais completos disponíveis na íntegra, publicados em português, inglês ou espanhol.

Além disso, foi aplicado um recorte temporal, com filtro para os últimos 10 anos. A Figura 1 apresenta o resumo do processo de busca realizado.

Figura 1 - Fluxograma das Etapas de Seleção dos Estudos Primários



Fonte: Elaborado pelas Autoras (2024)

RESULTADOS

Foram analisados 11 estudos primários, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão estipulados. Os estudos primários incluídos distribuem-se quanto a recuperação nas bases de dados, da seguinte forma: quatro na Web os Science, quatro na PubMed, um na PsycINFO e dois pela abordagem de *snowballing*. Em relação ao ano de publicação, observa-se na Tabela 1 que 2023 é o ano com maior número de publicações recuperadas, totalizando 28% (n=3). Quanto ao país de origem, verifica-se publicações europeias, asiáticas, da oceania e américa do norte. É possível observar ainda, que 45% (n=5) dos estudos foram conduzidos pelas áreas de concentração em psicologia, enquanto psiquiatria e ciências sociais representam 27,5% (n=3) cada.

Tabela 1 - Estudos Primários selecionados para integrar a revisão integrativa, de acordo com ano/ país, título, autoria, base de dados, área de concentração da publicação, Goiânia, 2024.

Ano/País	Título	Autoria	Base de Dados	de	Área de Concentração
2017 Itália	Dysfunctional eating behaviors, anxiety, and depression in Italian boys and girls: the role of mass media	Barcaccia et al.	Web Science	of	Psiquiatria
2020 Estados Unidos	The Appearance-Related Social Media Consciousness Scale: Development and validation with adolescents.	Bradley et al.	Web Science	of	Psicologia
2020 China	Initial development and validation of the Online Appearance-Relevant Peer Conversations Scale	Cai et al	Web Science	of	Psicologia

2021 Inglaterra	Social media, body satisfaction and well-being among adolescents: A mediation model of appearance-ideal internalization and comparison	Jarman et al.	PubMed	Psicologia
2022 Coreia do Sul	Association of Smartphone Use With Body Image Distortion and Weight Loss Behaviors in Korean Adolescents	Kwon et al.	PubMed	Psiquiatria
2022 Estados Unidos	Social media use and body image issues among adolescents in a vulnerable Louisiana community	Sagrera et al.	PubMed	Psiquiatria
2023 Itália	Check Your Likes but Move Your Body! How the Use of Social Media Is Influencing Pre-Teens Body and the Role of Active Lifestyles	Digennaro ; Iannaccone.	Web of Science	Ciências sociais
2023 Austrália	Who's most at risk of poor body image? Identifying subgroups of adolescent social media users over the course of a year.	Jarman et al.	Snowballing	Psicologia
2023 Espanha	Adolescent Behaviours and Their Relationship to the Risk of Developing Eating Disorders	Pérez et al.	PubMed	Ciências sociais
2024 Espanha	Use of Social Media, Satisfaction with Body Image, and the Risk of Manifesting Eating Disorders	Arjona, Monserrat, Checa	Snowballing	Ciências sociais
2024 China	Longitudinal relationships among sociocultural pressure for body image, self-concept clarity, and emotional well-being in adolescents	Xiang et al.	PsycINFO	Psicologia

Fonte: Elaborado pela Autora (2024)

A tabela 2 sintetiza as evidências analisadas nos artigos que integram esta revisão, incluindo: título, objetivo do estudo, métodos e resultados sobre: influência da mídia na percepção da autoimagem; e a influência da mídia no desenvolvimento de distúrbios alimentares.

Tabela 2 – Estudos Primários que integram esta revisão integrativa, de acordo com, título, objetivo, método e resultados sobre a percepção da autoimagem e resultados relativos ao desenvolvimento de distúrbios alimentares, Goiânia, 2024.

Título	Objetivo	Método	Resultados sobre a influência da mídia na percepção da autoimagem	Resultado sobre a influência da mídia no desenvolvimento de distúrbios alimentares
Dysfunctional eating behaviors, anxiety, and depression in Italian boys and girls: the role of mass media	Explorar a possível influência causada pela televisão (TV) na imagem corporal, desconforto corporal, comportamento alimentar desordenado, desenvolvimento de depressão e ansiedade, em adolescentes.	Pesquisa Survey (sobre exposição à mídia, transtorno alimentar e insatisfação corporal) aplicado a 301 adolescentes com idade entre 14 e 19 anos (153 homens).	As opiniões dos amigos sobre a aparência ou características físicas de uma personagem da mídia influenciam a forma como os homens se veem ou tendem a se comportar, sendo classificado como único preditor significativo no desconforto corporal masculino.	Os homens podem ser menos suscetíveis às influências da mídia em relação aos transtornos alimentares
The Appearance-Related Social Media Consciousness Scale: Development and validation with adolescents.	Desenvolver e validar a Escala de Consciência da Imagem Relacionada às Redes Sociais (ASMC) para adolescentes, medindo até que ponto os pensamentos e comportamentos dos indivíduos refletem uma preocupação constante em parecer atraente ou bem-sucedido aos olhos do público digital.	Estudo de validação de escala (com 13 itens, abordando consciência de mídia social relacionada à aparência, vigilância e vergonha corporal, comparação entre corpos, transtornos alimentares e sintomas depressivos), com 226 adolescentes, sendo 39,8% meninos.	A pesquisa mostrou que os adolescentes estão constantemente preocupados com sua aparência e com como são vistos nas redes sociais.	Quanto mais os adolescentes se preocupam com a forma como são percebidos nas redes sociais, mais suscetíveis eles se tornam a problemas emocionais e psicológicos, como por exemplo os transtornos alimentares.
Initial development and validation of the Online Appearance-Relevant Peer Conversations Scale	Desenvolver e validar a Escala de Conversas Relevantes sobre Aparência Online (OARPCS), uma medida de 12 itens que avalia (1) “aparência física” e (2) eventos que provocam estresse, focando na comunicação online entre pares.	Uma abordagem de pesquisa transversal com análise psicométrica com 913 jovens, com idade média de 18 anos.	Os resultados indicam que a aparência física é mais frequentemente enfatizada em conversas on-line entre homens.	
Social media, body satisfaction and well-being among adolescents: A mediation model of appearance-ideal internalization and comparison	Testar um modelo sociocultural da imagem corporal no contexto das mídias sociais entre adolescentes, examinando se a internalização do ideal de aparência e as comparações de aparência mediavam as relações entre o engajamento nas mídias sociais e a satisfação	Uma abordagem quantitativa com pesquisa transversal com 1899 adolescentes com idade média de 13 anos (875 homens)	A intensidade de uso de mídias sociais, mas não o uso focado na aparência, estava positivamente associada à internalização da hipertrofia muscular e, portanto, um preditor único da internalização do ideal muscular.	

	corporal e o bem-estar subjetivo.			
Association of Smartphone Use With Body Image Distortion and Weight Loss Behaviors in Korean Adolescents	Examinar as associações da duração do uso de smartphones, e dos tipos de conteúdo mais frequentemente acessados, com a distorção da imagem corporal, e comportamentos associados a perda de peso em adolescentes.	Estudo transversal com 53133 adolescentes com idades entre 12 e 18 anos no período de 2017 a 2020 (26194 homens)	O uso prolongado de smartphones foi associado a distorções na imagem corporal, com uma tendência ao desenvolvimento de práticas de elevados níveis de fortalecimento muscular e atividades físicas aeróbicas em adolescentes do sexo masculino.	
Social media use and body image issues among adolescents in a vulnerable Louisiana community	Investigar o impacto do uso de mídias sociais na imagem corporal de adolescentes, em uma comunidade escolar de baixa renda, onde mais de 50% dos alunos vivem em condições de pobreza.	Pesquisa Survey aplicado a estudantes do ensino médio com idades entre 14 e 19 anos	A associação prejudicial entre o uso de mídias sociais e insatisfação com a imagem corporal vai além de aspectos culturais e socioeconômicos, impactando negativamente o bem-estar mental dos adolescentes.	
Check Your Likes but Move Your Body! How the Use of Social Media Is Influencing Pre-Teens Body and the Role of Active Lifestyles	Investigar a influência do dualismo entre identidades real e virtual e os níveis de atividade física, na satisfação corporal de pré-adolescentes do sexo masculino e feminino.	Estudo Transversal que envolveu uma amostra de 2378 adolescentes italianos, com idades entre 11 e 13 anos (1286 homens).	Pré-adolescentes que relatam uma maior propensão a manipular sua aparência física por meio de filtros e a ter interações ativas e passivas centradas na imagem nas mídias sociais correm maior risco de desenvolver problemas e preocupações com a imagem corporal. Além disso, apontam que um estilo de vida ativo pode atuar como um mediador positivo em relação aos efeitos prejudiciais dos padrões de beleza promovidos em plataformas de mídia social centradas na imagem.	
Who's most at risk of poor body image? Identifying subgroups of adolescent social media users over the course of a year.	Identificar subgrupos de usuários de mídia social relacionados à aparência e explorar a estabilidade dessa associação ao longo do tempo, bem como sua relação com resultados relacionados à imagem corporal.	Estudo Longitudinal com 775 adolescentes com idade entre 11 e 15 anos (381 homens). Divididos em dois subgrupos distintos em relação ao uso da mídia sociais focado na aparência: usuários com uso moderado (grupo1) e usuários com uso elevado (grupo2).	Os resultados apontam que os adolescentes (usuários com uso elevado – grupo2), tendem a usar mídias sociais focadas em vídeos e fotos que provem uma aparência física idealizada e apresentam maior insatisfação corporal, além de buscar hipertrofia muscular	Os resultados apontam que os adolescentes (usuários com uso elevado – grupo2), usavam mais as mídias sociais focadas em vídeos e fotos que provem uma aparência física idealizada, potencializavam comportamentos associados a restrição alimentar

			desde o início do estudo. O estudo revelou ainda, que adolescentes que aumentaram o uso das mídias sociais ao longo do ano relataram piora na percepção da imagem corporal, enquanto os que reduziram o uso apresentaram melhora na percepção de si mesmos	
Adolescent Behaviours and Their Relationship to the Risk of Developing Eating Disorders	Determinar as relações entre fatores predisponentes e precipitantes no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes e relacioná-los ao índice SCOFF - Sick Control One Stone Fat Food Questionnaire (questionário utilizado para descobrir possíveis transtornos alimentares).	Estudo transversal, com jovens 264 com idades entre 15 e 19 anos (134 homens)	As descobertas sugerem que embora uma grande porcentagem dos alunos não se aceite fisicamente, poucos utilizam colegas de classe ou da escola como referência para seus ideais de beleza. Isso indica que os padrões desejados geralmente não vêm do círculo de amigos, mas sim de figuras públicas ou de pessoas acessíveis por meio das redes sociais e tecnologias modernas.	O estudo sugere que não há uma relação significativa entre o consumo de conteúdo nas redes sociais relacionado à atividade física e o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares. Observou-se ainda fortes ligações em termos do conteúdo carregado nas redes sociais, especialmente fotos manipuladas com filtros para promover uma imagem idealizada de magreza, pode afetar a percepção do próprio corpo e aumentar o risco de transtornos alimentares, especialmente quando aspiram ter um físico magro como padrão de beleza.
Use of Social Media, Satisfaction with Body Image, and the Risk of Manifesting Eating Disorders	Determinar a influência da insatisfação corporal e do uso de redes sociais no risco de manifestar transtornos alimentares entre adolescentes.	Ensaio clínico randomizado, utilizando o questionário de SCOFF, como um instrumento para detectar sinais de risco de Transtornos alimentares (Anorexia Nervosa ou Bulimia Nervosa) com 605 adolescentes, com idade entre 12 e 17 anos (293 homens), no período de 2021 a 2022. Para observar se a insatisfação corporal estava relacionada ao uso de mídias sociais em termos de risco de apresentar um	O tempo gasto em redes sociais não teve impacto significativo. Contudo, o tipo de conteúdo exibido nas redes sociais teve uma influência significativa, tanto de forma independente quanto em conjunto com a insatisfação corporal. Além disso, o estudo indica que a mídia promove a imagem de corpos musculosos como o padrão socialmente aceito para os meninos.	As descobertas sugerem que uma alta autoestima e um alto uso de mídias sociais para transmitir a própria imagem também podem ser considerados prejudiciais, pois podem ser usados como um meio de obter aprovação de imagem, implicando atitudes alimentares anormais para alcançá-la. Por outro lado, a constatação de que os jovens, independentemente do seu nível de insatisfação corporal, correm maior risco de manifestar

		transtorno alimentar foi realizada uma ANOVA de dois fatores (com o nível de insatisfação corporal e a frequência de uso de mídias sociais como variáveis independentes)		transtornos alimentares quando consomem conteúdos relacionados a aparência física.
Longitudinal relationships among sociocultural pressure for body image, self-concept clarity, and emotional well-being in adolescents	Examinar as relações longitudinais entre pressão sociocultural pela imagem corporal e bem-estar emocional em jovens.	Pesquisa Survey aplicado em 2001 adolescentes entre 11 e 24 anos, (858 homens).	Os achados indicam que a pressão social proveniente da mídia de massa encoraja a comparação social e a pressão para ser magro, o que resulta em insatisfação corporal entre adolescentes.	

Fonte: Elaborado pelos autores (2024)

Nos resultados obtidos, os estudos primários evidenciam a exposição à mídia e redes sociais como um dos principais fatores de risco para a insatisfação corporal e distúrbios alimentares. Além disso, adolescentes com uso elevado de redes sociais apresentaram uma tendência a comportamentos disfuncionais, como restrição alimentar e o desejo de modificação física, incluindo o aumento de práticas de fortalecimento muscular, sobretudo entre meninos. Esses achados sugerem uma relação entre o consumo de conteúdo midiático e a forma como os adolescentes se percebem e lidam com suas imagens corporais.

A seguir, segue a apresentação da análise detalhada dos resultados, estruturada em dois aspectos principais em que a mídia influencia os adolescentes do sexo masculino: a percepção da autoimagem masculina e os transtornos alimentares.

Impacto das mídias sociais na percepção da autoimagem de adolescentes do sexo masculino.

Os diferentes tipos de mídia consumidos pelos adolescentes têm impactos distintos na formação da autoimagem. Os resultados de um estudo transversal realizado por Kwon et al. (2022), apontam que o uso de smartphones para acessar conteúdo de entretenimento, como vídeos, filmes e jogos, tem se mostrado relevante na discussão sobre distorção da autoimagem, visto que o consumo constante de imagens idealizadas e representações de corpos "perfeitos" em plataformas de streaming cria padrões de comparação que podem impactar negativamente a percepção do próprio corpo. Além disso, o estudo sugere que o uso de smartphones para interação, incluindo bate-papo, mensagens, redes sociais e fóruns, está fortemente relacionado a realização de atividades intensas com elevados níveis de fortalecimento muscular e exercícios aeróbicos.

Por outra perspectiva o estudo de Digennaro; Iannaccone (2023) aponta que o uso de plataformas de mídia social focadas em imagens, como *Instagram* e *Snapchat*, impacta a percepção que os pré-adolescentes têm sobre suas próprias aparências, levando-os a selecionar cuidadosamente as imagens e vídeos que compartilham, frequentemente utilizando filtros que seguem padrões de beleza socioculturais desejáveis na busca por uma boa reputação social. Já Jarman et al. (2023), sugerem que os videogames e filmes também contribuem para a formação dessa imagem corporal idealizada, especialmente com a representação de personagens masculinos fortemente musculosos, retratando a força física como um elemento central para o sucesso e o poder masculino.

O estudo de Jarman et al. (2021) indicou que a intensidade do uso das redes sociais está mais relacionada à internalização do ideal corporal de hipertrofia do que ao tipo específico de conteúdo midiático consumido. Posteriormente, em 2023, Jarman et al. observaram que adolescentes com uso elevado de mídias sociais, que permitem a aplicação de efeitos visuais, ajustes de cores e outras modificações para melhorar ou alterar o estilo da foto, tendem a apresentar maior insatisfação corporal e demonstram um desejo crescente de construir músculos. Corroborando com esses achados Bradley et al. (2020) mostraram que os adolescentes, particularmente os meninos, estão constantemente preocupados com sua aparência nas redes sociais, refletindo um alto nível de vigilância da imagem corporal. Segundo Digennaro e Iannaccone (2023), essa preocupação aumenta a propensão dos adolescentes a manipular sua aparência física por meio de filtros e a se envolver em interações ativas e passivas centradas na imagem nas mídias sociais, o que eleva o risco de desenvolver distúrbios alimentares. De acordo com Kwon et al. (2022), esse uso intenso das mídias sociais desencadeia uma crescente insatisfação com a aparência que se traduzem não apenas em comportamentos de modificação da imagem corporal, mas também em práticas mais intensas de fortalecimento muscular.

Por outro lado, Cai et al. (2020) identificaram que, entre os homens, a preocupação com a aparência física é frequentemente mais enfatizada nas conversas online do que no consumo de conteúdos em redes sociais. Nesse contexto, o estudo de Barcaccia et al. (2017) destacou que as opiniões dos amigos sobre a aparência ou características físicas de uma personagem da mídia influenciam a forma como os homens se veem ou tendem a se comportar, sendo um preditor significativo do desconforto corporal masculino.

Impacto das mídias sociais no desenvolvimento de transtornos alimentares

Os transtornos alimentares também foram frequentemente associados ao uso de mídias sociais, especialmente entre os adolescentes que consomem conteúdo focado em aparência física, como fotos e vídeos de figuras públicas ou influenciadores digitais. Nesses conteúdos, efeitos visuais são utilizados para melhorar ou modificar a aparência das pessoas. O estudo de Bradley et al. (2020), mostrou que a constante preocupação com a aparência nas redes sociais torna os adolescentes mais suscetíveis a transtornos alimentares.

De maneira semelhante, o estudo de Pétez et al. (2023) sugeriu que o consumo de conteúdo nas redes sociais relacionado à atividade física não teve uma relação significativa com o risco de transtornos alimentares, mas os padrões de beleza idealizados nas redes sociais, como fotos manipuladas e o desejo de um físico magro, estavam fortemente associados à insatisfação corporal e ao aumento do risco de desenvolvimento de transtornos alimentares.

O estudo de Arjona, Monserrat e Checa (2024) revelou que, além da insatisfação corporal, o tipo de conteúdo consumido nas redes sociais, como imagens focadas na aparência física, pode ser um fator relevante para o desenvolvimento de transtornos alimentares. As conclusões sugerem que a combinação de alta autoestima e o uso excessivo de mídias sociais para buscar aprovação sobre a própria imagem pode ser prejudicial, levando a atitudes alimentares anormais em busca de manter esse padrão ideal.

Por outro lado, Tarifa Pérez et al. (2023) relacionam comportamentos de adolescentes, como dietas restritivas e exercícios compulsivos, ao risco de desenvolver transtornos alimentares, especialmente em populações altamente expostas à mídia digital.

DISCUSSÃO

Os resultados obtidos indicam uma predominância de estudos realizados por profissionais da área de psicologia (45%, n=5), em comparação com apenas 27,5% (n=3) de

profissionais de psiquiatria e de ciências sociais, cada uma. Isso aponta para um espaço a ser explorado, especialmente por profissionais da área de nutrição.

Os achados revelam que os adolescentes do sexo masculino estão cada vez mais afetado por padrões corporais irreais e pressões sociais para alcançar certos ideais físicos. Embora tenha sido encontrado na literatura um maior número de pesquisa sobre distúrbios alimentares concentrando-se nas mulheres, estudos recentes destacam que os meninos também estão vulneráveis a esses fatores, ainda que a forma como eles se manifestam possa ser distinta (Quittkat et al., 2019; Wright, Halse, Levy, 2016).

Os 11 estudos que compõem a revisão, apontaram em seus resultados que o uso da mídia social pode ser um preditor significativo na distorção da autoimagem em adolescentes do sexo masculino, tendo em vista que a forma como os adolescentes percebem e se relacionam com a mídia social em relação à aparência tem um impacto significativo na percepção da autoimagem. Essa influência pode se dar de diversas formas, como, por exemplo, pela exposição constante a corpos musculosos idealizados como padrão de beleza, que, aliada à pressão para atender a esses padrões, amplifica a comparação social.

A exposição a padrões corporais pode se dar por meio de postagem de pessoas públicas ou acessíveis em redes sociais, ou por personagem de jogos. Os estudos incluídos nesta revisão convergem em seus resultados, indicando uma influência da mídia na percepção da autoimagem, entretanto, não há um consenso sobre se essa influência é decorrente do tempo de uso ou do conteúdo consumido (Assis; Guedine; Carvalho, 2020). Entretanto, sob uma outra perspectiva as opiniões dos amigos sobre a aparência ou características físicas de uma personagem da mídia influenciam a forma como os homens se veem ou tendem a se comportar, tornando-se um preditor significativo do desconforto corporal masculino.

Em relação ao desenvolvimento de transtornos alimentares, os resultados de 5 entre os 11 artigos que integram esta revisão, sugerem uma relação de causa e efeito com a distorção da imagem corporal, haja vista que a exposição excessiva a determinados conteúdos de mídia pode gerar insatisfação com o corpo, e essa insatisfação pode implicar em atitudes alimentares inadequadas (Rodgers; Melioli, 2016).

Os adolescentes podem se tornar mais suscetíveis ao desenvolvimento de distúrbios alimentares à medida que aumenta a preocupação com a forma em que são percebidos nas redes sociais. Nesse sentido, os estudos convergem para a conclusão de que o tipo de conteúdo consumido nas mídias sociais pode aumentar o risco de transtornos alimentares, especialmente quando o padrão de beleza dominante é um físico magro ou musculoso. Apesar disso, não foi possível inferir sobre quais tipos de transtornos alimentares abordados nos artigos incluídos na revisão.

Por outro lado, as descobertas sugerem que uma autoestima elevada, quando associada ao uso excessivo de redes sociais para transmitir a própria imagem, também pode ser prejudicial. Isso ocorre porque, embora uma boa autoestima seja geralmente considerada positiva, quando a aprovação da imagem física se torna o principal objetivo nas redes sociais, isso pode desencadear transtornos alimentares. A busca constante por validação, ao focar na aparência, pode levar a comportamentos prejudiciais, como dietas extremas ou outros transtornos alimentares. Esse ponto de vista destaca a complexidade do problema, onde tanto a insatisfação com o corpo quanto uma busca excessiva por aprovação podem ser fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares.

Além disso, segundo artigos que compõem a revisão, é fundamental considerar a diversidade de experiências dos adolescentes em relação à mídia social, reconhecendo que fatores como gênero, pode influenciar a forma como eles percebem e reagem aos padrões de beleza apresentados. Corroborando os achados, Marques et al.(2016), desenvolveu um estudo transversal analítico, com amostra de conveniência de adolescentes entre 12 e 19 anos, de três escolas, verificou que enquanto alguns meninos podem se sentir pressionados a se conformar a

ideais de corpo atlético, outros podem enfrentar diferentes expectativas baseadas em sua cultura ou grupo social.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os artigos revisados evidenciam uma forte correlação entre a exposição à mídia e a percepção da autoimagem - uma vez que amplia a pressão para manter um corpo musculoso-, e o desenvolvimento de distúrbios alimentares em adolescentes do sexo masculino. Nesse sentido, a mídia social desempenha um papel central na promoção de padrões corporais idealizados e a internalização desses padrões tem consequências significativas para a saúde física e mental dos jovens.

Assim, a relevância deste trabalho reside na sua capacidade de fornecer achados significativos para profissionais da saúde, educadores, pais e responsáveis, bem como para a sociedade. Ao aprofundar a compreensão dos mecanismos pelos quais a mídia influencia a percepção da imagem corporal e o desenvolvimento de transtornos alimentares, espera-se que este trabalho contribua para a ampliação do conhecimento sobre o impacto da mídia na percepção da imagem corporal e no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. Desta maneira, fornecendo subsídios para a elaboração de políticas públicas e programas de intervenção mais eficazes, bem como alertando a sociedade e os profissionais de saúde acerca da importância de promover uma cultura de mídia mais saudável e inclusiva. Neste sentido, é importante promover uma diversidade de corpos e a desconstrução de padrões estéticos irreais respeite e que estimule hábitos alimentares e comportamentos saudáveis entre os adolescentes

REFERÊNCIAS

ARJONA, Á.; MONSERRAT, M.; CHECA, J. C. Use of Social Media, Satisfaction with Body Image, and the Risk of Manifesting Eating Disorders. **Social Sciences**, Almería.v. 13, n. 2, p.105, 2024.

ASSIS, L. C.; GUEDINE, C. R. C.; CARVALHO, P. H. B. Uso da mídia social e sua associação com comportamentos alimentares disfuncionais em estudantes de Nutrição. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Governador Valadares. v. 69, p. 220-227, 2020.

BARCACCIA, B.; BALESTRINI, V.; SALIANI, A. M.; BAIOTTO, R.; MANCINI, F.; SCHNEIDER, B. H. Dysfunctional eating behaviors, anxiety, and depression in Italian boys and girls: the role of mass media. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, Roma. v. 40, n. 1, p. 72-77, 2017.

BRADLEY, S. C.; NESI, J.; WIDMAN, L.; GALLA, B. M. The appearance-related social media consciousness scale: Development and validation with adolescents. **Body Image**, Pittsburgh. v. 33, p. 164-174, 2020.

CAI, L.; LAM, K. H.; LEONG, H. H.; JACKSON, T. Initial development and validation of the online appearance-relevant peer conversations scale. **Body Image**, Chongqing. v. 33, p.115-128, 2020.

CARVALHO, P. H. B. d. **Adaptação e avaliação do modelo teórico de influência dos três fatores de imagem corporal para jovens brasileiros**. 2016. 196 f. Tese (Doutorado em

Psicologia) - Instituto de Ciências Humanas, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ufjf.br/jspui/handle/ufjf/1821>.

COHRDES, C.; HÖVENER, C. S.; KAJIKHINA, K.; HÖLLING, H. The role of weight-and appearance-related discrimination on eating disorder symptoms among adolescents and emerging adults. **BMC Public Health**, Berlin. v. 21, p. 1-14, 2021.

DIGENNARO, S.; IANNACCONE, A. Check your likes but move your body! How the use of social media is influencing pre-teens body and the role of active lifestyles. **Sustainability**, Cassino. v.15, n.4, p. 3046, 2023.

GANONG, L. H. Integrative reviews of nursing research. **Research in nursing & health**, Missouri. v. 10, n. 1, p. 1-11, 1987.

GONÇALVES, S.; PALAZZO, L. Preocupação com a imagem corporal e fatores associados em adolescentes do ensino público em um município da Amazônia. **Adolesc. Saude**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 94-103, 2017.

JARMAN, H. K.; MARQUES, M. D.; MCLEAN, S. A.; SLATER, A.; PAXTON, S. J. Social media, body satisfaction and well-being among adolescents: A mediation model of appearance-ideal internalization and comparison. **Body Image**. Melbourne. v. 36, p. 139-148, 2021.

JARMAN, H. K.; TYSZKIEWICZ, M. F.; MCLEAN, S. A.; RODGERS, R. F.; SLATER, A.; GORDON, C. S.; PAXTON, S. J. Who's most at risk of poor body image? Identifying subgroups of adolescent social media users over the course of a year. **Computers in Human Behavior**. Melbourne. v. 147, p. 107823, 2023.

MACHADO, J.; MISKOLCI, R. From the june demonstrations to the moral crusade: the role of social media networks in political polarization. **Sociologia & Antropologia**, São Paulo. v. 9, p. 945-970, 2019.

MARQUES, M. I.; PIMENTA, J.; REIS, S.; FERREIRA, L. M.; PERALTA, L.; SANTOS, M. I.; SANTOS, S.; SANTOS, E. (in) satisfação com a imagem corporal na adolescência. **Revista Nascer e Crescer**, Centro Hospitalar do Porto, v. 25, n. 1, p. 217–221, 2016.

KWON, S.; KIM, R.; LEE, J. T.; KIM, J.; SONG, S.; KIM, S.; OH, H. Association of smartphone use with body image distortion and weight loss behaviors in Korean adolescents. **JAMA network open**, Seul. v. 5, n. 5, p. e2213237-e2213237, 2022.

PÉREZ, J.T.; HERNÁNDEZ, M. M.; GARRIDO, Á. A; GARCÍA, D. S.; OLMOS, J. C. Adolescent Behaviours and Their Relationship to the Risk of Developing Eating Disorders. In **Healthcare**, Granada. v. 11, n. 4, p. 624, 2023.

QUITTKAT, H. L.; HARTMANN, A. S.; DÜSING, R.; BUHLMANN, U.; VOCKS, S. Body dissatisfaction, importance of appearance, and body appreciation in men and women over the lifespan. **Frontiers in psychiatry**, Munster. v. 10, p. 864, 2019.

RAMSPOTT, S. A.; KORRES, O. K.; ELEXPURU, I. A.; MORO, Á. I.; BERGILLOS, I G. Young users of social media: an analysis from a gender perspective. **Frontiers in Psychology**, Barcelona. v. 15, p.1375983, 2024.

RODGERS, Rachel F.; MELIOLI, Tiffany. The relationship between body image concerns, eating disorders and internet use, part I: A review of empirical support. **Adolescent Research Review**, Boston. v. 1, p. 95-119, 2016.

SAGRERA, C. E.; MAGNER, J.; TEMPLE, J.; LAWRENCE, R.; MAGNER, T. J.; QUINTERO, V. J.A.; MURNANE, K. S. Social media use and body image issues among adolescents in a vulnerable Louisiana community. **Frontiers in Psychiatry**, Los Angeles. v.13, p.1001336, 2022.

SILVA, L. C. d. **Avaliação do impacto das mídias sociais na insatisfação com a imagem corporal em adolescentes**. 2022. 30 f. TCC (Trabalho de Conclusão de Curso em Educação Física) – Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco, Vitória de Santo Antão, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/49106>.

SOUZA, G. de; FREITAS, T. G. de; BIAGI, C. R.; SOUZA, G. d.; FREITAS, T. d.; BIAGI, C. A relação das mídias sociais na construção da autoimagem na contemporaneidade. **Akrópolis-Revista de Ciências Humanas da UNIPAR**, Umuarama. v. 25, n. 2, p. 117-128, 2018.

VRIES, D. A. D.; PETER, J.; GRAAF, H. D.; NIKKEN, P. Adolescents' social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: Testing a mediation model. **Journal of youth and adolescence**, Amsterdam. v. 45, n. 1, p. 211–224, 2016.

WOHLIN, Claes. Guidelines for snowballing in systematic literature studies and a replication in software engineering. In: **Proceedings of the 18th international conference on evaluation and assessment in software engineering**, Karlskrona. p. 1-10, 2014.

XIANG, G.; TENG, Z.; YANG, L.; HE, Y. Longitudinal relationships among sociocultural pressure for body image, self-concept clarity, and emotional well-being in adolescents. **Journal of Adolescence**. Yichang. v. 96, n. 1, p. 98-111, 2014.