



# INFLUÊNCIA DAS INFORMAÇÕES DISSEMINADAS PELA MÍDIA E REDES SOCIAIS NOS PADRÕES DE BELEZA E DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES

*Mariane Berno Martinez<sup>1</sup>, Isabelle Salmaso Jannis<sup>1</sup>, Danieli Pinto<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Medicina, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. mariane.b.@hotmail.com

<sup>2</sup>Docente do Programa de Pós-graduação em Gestão do Conhecimento nas Organizações, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR. Pesquisadora do ICETI. danieli.pinto@unicesumar.edu.br

## RESUMO

A mídia é uma importante aliada na imposição de padrões de beleza na atualidade. Isso tem se tornado um problema, pois com o fácil acesso às redes sociais, a comparação é presente na sociedade, gerando uma sensação de inutilidade e baixa autoestima, o que pode levar a medidas extremas e até mesmo desencadear um transtorno alimentar. Quando se trata de padrões de beleza, as mulheres vivenciam isso com mais frequência e, muitas vezes, negligenciam esses incômodos e os reprimem, podendo desencadear doenças emocionais. Este estudo tem como objetivo geral analisar como as informações disseminadas pela mídia e redes sociais influenciam a construção de padrões de beleza e contribuem para o aumento do risco de transtornos alimentares. Trata-se de uma revisão sistemática de literatura, a qual permitirá buscas que abordam o tema “beauty standards” and “eating disorders” and “media and social networks”. A busca será realizada nas seguintes bases de dados: Portal de Periódicos da CAPES, *Science Direct*, *Scopus* e *PubMed*. Não será definido um período. Espera-se com a realização desse estudo a elaboração de uma síntese mostrando como a mídia e as redes sociais influenciam na construção de padrões de beleza e no desencadeamento de transtornos alimentares, revelando os principais impactos emocionais dessa exposição. Além disso, destaca-se que os resultados poderão subsidiar ações preventivas e educativas voltadas à saúde mental e autoestima.

**PALAVRAS-CHAVE:** Consumo midiático; Influência digital; Imagem corporal; Pressão estética; Saúde mental.

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo o Ministério da Saúde (2022), mais de 70 milhões de pessoas possuem algum tipo de transtorno alimentar. Esses transtornos estão comumente associados à insatisfação com a imagem corporal (Silva, 2012). Desde os primórdios o corpo é considerado um objeto cultural. A busca pelo belo fez com que a sociedade, ao longo dos anos, modificasse suas referências de beleza, sendo esse elemento, produto da cultura vigente (Assis, 2020).

O culto à magreza é fruto de uma sociedade doente e insaciável que, para atingir tal finalidade, utiliza-se dos mais diversos recursos, e, conseqüentemente, ignora os impactos na saúde física e psíquica que podem causar severos transtornos alimentares. Esses recursos, incluem uso excessivo de remédios emagrecedores, práticas alimentares abusivas e comportamentos anoréxicos e bulímicos. Aproximadamente 25% da população jovem mundial utilizam desses comportamentos de risco para os transtornos alimentares com o propósito de atenuar o peso corporal (Assis, 2020).

Alguns dos principais fatores que podem contribuir para o desenvolvimento de problemas de saúde mental são os padrões de beleza divulgados, principalmente por meio da mídia digital (Silva, 2019). A disseminação das redes sociais e outras plataformas midiáticas têm contribuído para uma exposição excessiva do corpo ideal (Correia, 2021). Dessa forma, a exposição intensa as redes sociais, os filtros e edições, gera um fenômeno de comparação, tornando as pessoas cada vez mais tristes e insatisfeitas com o seu próprio corpo e buscando um padrão, que muitas vezes não existe. Isso tem como consequência sérios problemas de autoestima e autoconfiança, gerando uma obsessão pelo corpo ideal,



que acarreta transtornos alimentares. Além disso, a pressão social para manter uma imagem positiva nas redes sociais pode gerar estresse e ansiedade nos usuários (Cunha et al., 2022).

O modelo teórico biopsicossocial (Rodgers, 2020) propõe que o uso da mídia social é determinante na internalização de ideais de corpo propagados socialmente, que, por sua vez, pode gerar dois desfechos: a insatisfação corporal e a restrição alimentar. Cabe destacar que estes últimos são considerados fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares, sendo considerados ainda preditores dos comportamentos alimentares disfuncionais (Amaral, 2020). Portanto, entender a internalização desses ideais é fundamental. A internalização é um processo cognitivo complexo e diz respeito às crenças e aos comportamentos adotados pelos sujeitos. Uma crença comum sugere que a aquisição de um corpo "magro" por parte das mulheres traria um sentimento de felicidade e elevado status social (Karazsia, 2013).

Diante dessa questão, surge o seguinte problema de pesquisa: como as informações disseminadas pela mídia e pelas redes sociais influenciam a construção de padrões de beleza e contribuem para o aumento do risco de transtornos alimentares? Essa problemática envolve questões psicológicas e sociais presentes no cotidiano, sobretudo entre jovens. A pressão social para alcançar padrões estéticos cada vez mais normatizados, muitas vezes, amplificada pela mídia e pelas redes sociais, tem sido apontada como um fator relevante para a saúde física e mental, o que aumenta as chances do desenvolvimento de transtornos alimentares. Além disso, há poucos estudos na literatura, reforçando a necessidade de estudos que aprofundem essa relação e contribuam para estratégias de prevenção e promoção da saúde (Rodrigues; Carvalho, 2024).

A presente pesquisa tem como objetivo analisar como as informações disseminadas pela mídia e redes sociais influenciam a construção de padrões de beleza e contribuem para o aumento do risco de transtorno alimentares. A pesquisa é relevante sob as perspectivas teórica, social e prática. No âmbito teórico, a pesquisa busca compreender como as mídias sociais afetam o comportamento alimentar e a construção da autoimagem, influenciando diretamente o surgimento de transtornos alimentares, principalmente entre jovens (Souza; Lima, 2023; Pires et al., 2023). No contexto social, os padrões estéticos disseminados pela mídia e internalizados desde a infância reforçam valores que impactam negativamente a autoestima e a saúde mental, principalmente entre o público feminino, tornando-se uma preocupação de saúde pública (Pires et al., 2023; Nascimento et al., 2024). Na perspectiva prática, o estudo oferece subsídios para a adoção de estratégias preventivas no campo da saúde e da educação midiática, possibilitando a atuação de profissionais de saúde na orientação sobre o consumo crítico de informações e na redução de danos causados pelo excesso de exposição às redes sociais (Souza; Lima, 2023; Nascimento et al., 2024).

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa se configurará como uma Revisão Sistemática da Literatura e será estruturado em três etapas. Na primeira etapa será realizado o levantamento dos trabalhos relacionados ao tema investigado nas seguintes bases de dados: Portal de Periódicos da CAPES, Science Direct, Scopus e PubMed. Para isso serão utilizadas as seguintes combinações de palavras-chave na língua inglesa: "beauty standards" and "eating disorders" and "media and social networks". Na segunda etapa será feita a pré-seleção dos trabalhos encontrados. Serão lidos o título, resumo e palavras-chave para verificar a compatibilidade com o assunto pesquisado. Os artigos selecionados serão avaliados de acordo com os critérios de inclusão: artigos científicos de acesso aberto, revisados por pares, publicados nos últimos 25 anos em revistas nacionais e/ou internacionais. Os artigos



selecionados serão ordenados cronologicamente e, na sequência, na terceira etapa serão lidos na íntegra para a elaboração dos resultados.

### 3 RESULTADOS ESPERADOS

A análise temática dos artigos selecionados, pretende construir uma sistematização de temas, de modo a construir um panorama de como a mídia e as redes sociais influenciam nos padrões de beleza atual e de que forma isso se relaciona com transtornos alimentares. Espera-se obter uma revisão dos estudos publicados sobre o papel da mídia nos padrões de beleza e sua relação com os transtornos alimentares, incluindo uma análise dos métodos e abordagens utilizadas em cada pesquisa. Ainda, espera-se que com a análise dos artigos selecionados seja identificado os transtornos mais prevalentes entre as mulheres, com a identificação de fatores associados a essas condições.

### REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, A. F. de; M GUIMARÃES, C. M.; Ditadura da beleza: conflitos do próprio eu. **Revista E-RAC**, v.9, n.1, 2020.

ALMEIDA, J. A. A.; COSTA, M. A. L. Consultoria de estilo e imagem corporal aplicabilidade dos métodos de consultoria de imagem e estilo no tratamento de pacientes com transtorno Dismórfico corporal. **Revista Arte 21**, v. 12, n. 1, p. 66- 83, 2019.

ASSIS, L. C.; GUEDINE, C. R. de C.; CARVALHO, P. H. B. de. Uso da mídia social e sua associação com comportamentos alimentares disfuncionais em estudantes de nutrição. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 69, n.4, p.220-227, 2020.

CORREIA, L. M. **Transtorno dismórfico corporal**. Centro Universitário de João Pessoa. 2021.

KARAZSIA, B.T.; VAN DULMEN, M.H.; WONG, K. CROWTHER, J.H. Thinking meta-theoretically about the role of internalization in the development of body dissatisfaction and body change behaviors. **Body Image**, v. 10, n. 4, p. 433-441, 2013.

MARTINS, F. **Mais de 70 milhões de pessoas no mundo possuem algum distúrbio alimentar**. Ministério Da Saúde, 2022.

NASCIMENTO, B. S.; HAERTEL, M. C. O. da S.; PIRES, M. E.; MATOS, L. A.; PRETTO, A. D. B. do et al. A influência das mídias sociais no comportamento alimentar e no risco de transtornos alimentares em universitários de uma universidade em Pelotas-RS. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 18, n. 117, p. 1155-1165, 2024.

PIRES, A. S.; BISPO, D. M. F.; BONORINO, E. Bo. Transtornos alimentares: influência da mídia social e a juventude. **Revista Esfera da Saúde**, v. 4, n. 1, p. 26-32, 2023.

RODGERS, R.F.; SLATER, A.; GORDON, C.S.; MCLEAN, S.A. A biopsychosocial model of social media use and body image concerns disordered eating, and muscle-building behaviors among adolescent girls and boys. **Journal Youth Adolescent**, p 339-409, 2020.



SILVA, R.E.S, O impacto causado pela influência da mídia na construção da imagem corporal. **Revista Científica do Centro Universitário de Jales**, v 10, p. 196, 2019.

SILVA, T. A. B.; XIMENES, R. C. C.; HOLANDA, M. de A.; MELO, M. G. de; SOUGEY, E. B.; COUTO, G. B. L. Frequência de comportamentos alimentares inadequados e sua relação com insatisfação corporal em adolescentes. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 61, n. 3, p. 154-158, 2012.

SOUZA, I. D.; LIMA, L. T. de. Como as mídias sociais influenciam nos casos de distúrbios alimentares em jovens e adolescentes na atualidade no Brasil. **Revista Foco**, Curitiba, v. 16, n. 10, p. 1-11, 2023.