

# TRANSTORNO ALIMENTAR E A INFLUÊNCIA DA MÍDIA: REVISÃO SISTEMÁTICA INTEGRATIVA

## *EATING DISORDER AND THE INFLUENCE OF THE MEDIA: SYSTEMATIC INTEGRATIVE REVIEW*

Larissa Pontes Roque Lima<sup>1</sup>  
Cynthia Cassoni<sup>2</sup>

**Resumo:** No presente artigo, propõe-se debater a influência da mídia social no comportamento alimentar e como tal prática afeta e influencia nos desenvolvimentos dos transtornos alimentares, mencionando anorexia nervosa (NA) e bulimia nervosa (BN). Para isso, se faz necessário analisar como o corpo era visto na antiguidade e de que modo a história foi evoluindo e transformando as diversas visões e concepções de corpo. O artigo apresenta uma revisão sistemática da literatura, com o intuito de realizar buscas nos periódicos e revistas sobre o tema de 2013 a 2021, com a preferência de artigos escritos no Brasil e na Língua Portuguesa, que apresentasse a temática da pergunta de pesquisa “Transtorno Alimentar e a influência da mídia”. Os critérios de exclusão foram estabelecidos para trabalhos estrangeiros e trabalhos incluindo a pandemia, registros duplicados e registros não inclusos em conjunto com o artigo a procura. A busca realizada contou com os descritores “Mídia social” e “Transtornos Alimentar”. Com as pesquisas foram encontrados 56 registros, quatro artigos foram excluídos em razão do idioma, trinta não correspondiam a pergunta de pesquisa, e doze artigos não dispunham da data proposta. Após sobra de dez artigos para avaliação da elegibilidade, foram incluídos na revisão quatro artigos. Foi possível analisar que o maior público afetado com os transtornos alimentares é de fato o público feminino e observa-se que o ideal de magreza atual é um dos principais fatores culturais, que colaboram para o aumento dos transtornos alimentares durante a pós-modernidade.

**Palavras-chave:** Transtornos Alimentares. Influência da Mídia. Revisão Sistemática.

**Abstract:** In the present article, we propose to discuss the influence of social media on eating behavior and how this practice affects and influences the development of eating disorders, mentioning anorexia nervosa (NA) and bulimia nervosa (BN). For this, it is necessary to analyze how the body was seen in antiquity and how history evolved and transformed the different views and conceptions of the body. The article presents a systematic review of the literature, in order to carry out searches in periodicals and magazines on the subject from 2013 to 2021, with a preference for articles written in Brazil and in the Portuguese language, which presented the theme of the research question “Destone Food and the influence of the media”. Exclusion criteria were established for foreign works and works including the pandemic, duplicate records and records not included in conjunction with the article in demand. The search carried out used the descriptors “Social Media” and “Food Disorders”. With the searches, 56 records were found, four articles were excluded due to language, thirty did not correspond to the research question, and twelve articles did not have the proposed date. After ten articles were left for eligibility assessment, four articles were included in the review. It was possible to analyze that the largest public affected by eating disorders is in fact the female public and it is observed that the current thinness ideal is one of the main cultural factors, which contribute to the increase of eating disorders during postmodernity.

**Keywords:** Eating Disorders. Media Influence. Systematic review.

---

<sup>1</sup> Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário São Camilo (São Paulo-SP).

<sup>2</sup> Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário São Camilo (São Paulo-SP).

## **Introdução**

No presente artigo, propõe-se debater a influência da mídia social no comportamento alimentar e como tal prática influencia negativamente nos desenvolvimentos dos transtornos alimentares, mencionando anorexia nervosa (AN) e bulimia nervosa (BN).

Segundo Oliveira e Hutz (2010), desde os primórdios a população segue um padrão de beleza impostos pela sociedade e cultura da época, a fim de sentir-se aceito e inserido de certa forma. Porém, antigamente a população se espelhava em padrões de estética através da arte, pintura e esculturas, diferente do século XXI, com acesso à internet, fazendo com que tudo gire em volta de informações e tecnologias.

Para isso, é necessário analisar como o corpo era visto na antiguidade. Na Grécia Antiga, o ideal do corpo estético era associado à altura, e reconhecido pela beleza, saúde, estética e o intelecto era valorizado.

Assim, a imagem idealizada corresponderia ao conceito de cidadão, que deveria tentar realizá-la, modelando e produzindo o seu corpo a partir de exercícios e meditações. O corpo era visto como elemento de glorificação e de interesse do Estado (BARBOSA *et al*, 2011, p. 2).

Para Foucault (1994), nos primeiros séculos, os filósofos salientavam a importância do cuidado pessoal, o processo era constituído pelo cuidado do corpo e da alma, aconselhando meditações, leituras e dietas restritivas acompanhada de atividades físicas pois, a partir deste cuidado, seria possível alcançar uma vida digna.

De acordo com Oliveira e Hutz (2010), a partir dos anos 60, a mudança da imagem feminina se alterou delineando e valorizando a magreza, globalizando-a e alterando a concepção da beleza e fazendo se adequar em padrões.

A observação da evolução dos padrões estéticos demonstra, a partir dos anos 60 (com auge na atualidade), a construção de uma imagem feminina esquelética, materializada nas manequins e modelos, que vêm assumindo antropometrias cada vez menores. No começo dos anos 80, o incremento da busca pela magreza já podia ser percebido com clareza (OLIVEIRA; HUTZ, 2010, p.10).

Conforme Oliveira (2018), o corpo na atualidade se tornou de extrema importância para o contexto social, a indústria da estética vem crescendo cada vez mais,

com a colaboração das mídias sociais é possível adentrar nas relações corporais e influenciar a população pelas redes sociais como *Facebook*, e outras mídias digitais.

Principalmente no *Instagram* por meio de *blogueiras* que mostram, além do seu dia a dia, a realização de procedimentos estéticos com alto valor, mas que muitas vezes, elas mesmas não pagaram, e não acompanharam uma profissional para a realização adequada de dietas, influenciando o público que acompanha a usarem suas mesmas dietas para querer, de certa forma, “enquadrar-se” na imagem destas influenciadoras para ser como elas, resultando no crescente desenvolvimento da insatisfação corporal.

Os transtornos alimentares (TA) são abordados no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais. De acordo com o (DSM-IV, 2014), os transtornos alimentares (TA) são relacionados a uma alteração na alimentação em conjunto com a mudança de comportamento.

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. São descritos critérios diagnósticos para pica, transtorno de ruminação, transtorno alimentar restritivo/evitativo, anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar (DSM-IV, 2014, p.329).

Entre elas, estão presentes nos transtornos alimentares (TA) a Bulimia nervosa (BN), e a anorexia nervosa (AN), assunto que serão abordados durante o presente artigo, pois a mídia, por diversas vezes, pode estar envolvida no desenvolvimento destes transtornos (OLIVEIRA, 2018).

A Bulimia nervosa (BN) é caracterizada pelo distúrbio de episódios recorrente da grande ingestão de alimentos e logo após reagir com métodos para evitar o ganho de peso, em seguida experienciam o sentimento de culpa. Outros procedimentos utilizados pelas bulímicas para controle do peso, está o uso de medicamentos do tipo laxativo, de diuréticos, de hormônios tireoidianos, de agentes anorexígenos e de enemas, após uma ingestão exagerada de alimentos.

O vômito ocorre em cerca de 90% dos casos, o efeito seria o alívio do desconforto da possibilidade de ganhar peso. Segundo o (DSM-IV, 2014), é considerado o principal método compensatório utilizado, ocasionando desconforto físico secundário à hiperalimentação, há a classificação de duas categorias de pacientes com bulimia que são:

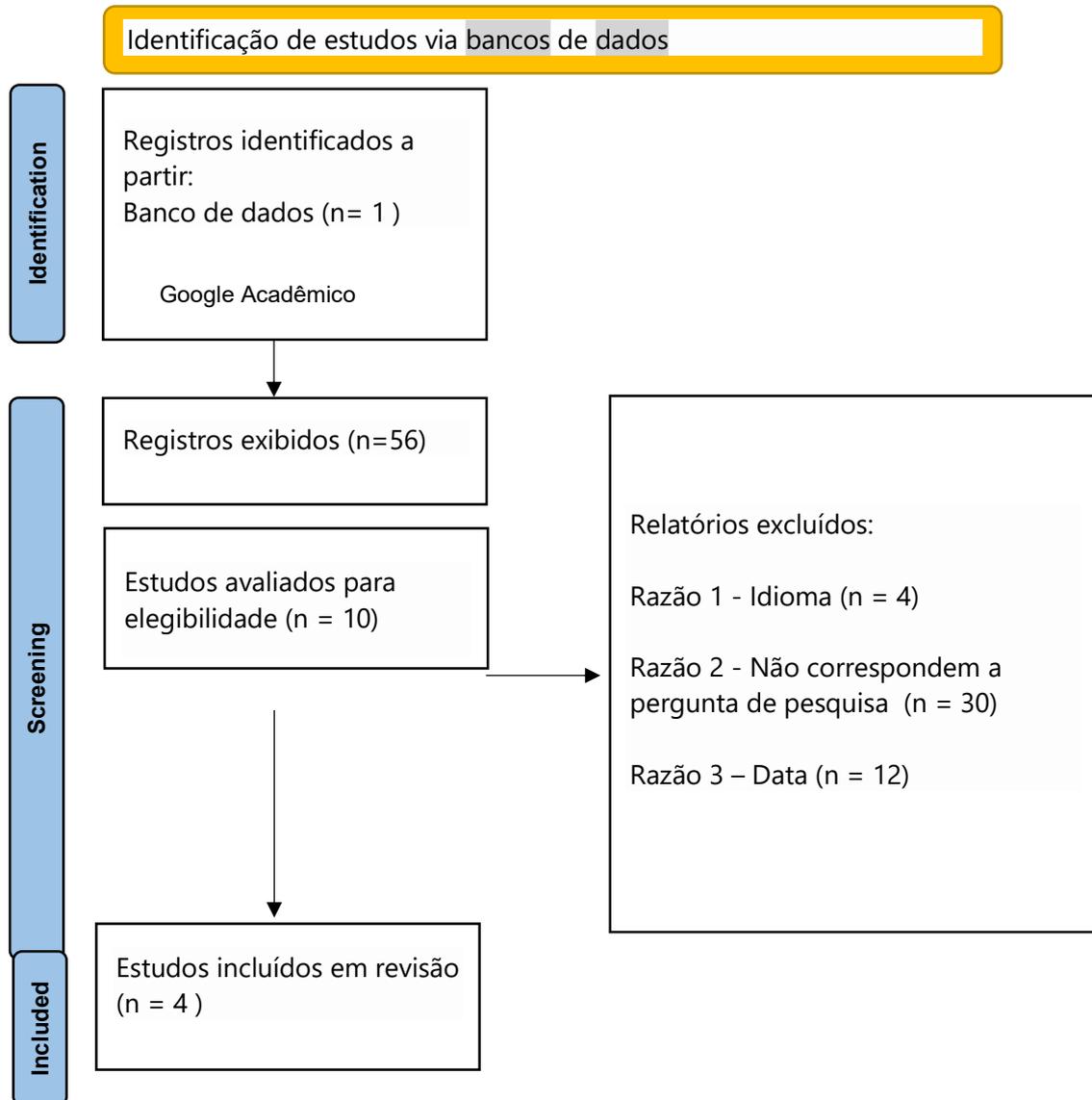
“tipo purgativo”, métodos compensatórios mais invasivos como vômitos, laxantes e diuréticos e o tipo não-purgativo que são exercícios, jejuns e dietas rigorosas.

A anorexia nervosa (AN) é compreendida pelo distúrbio da preocupação intensa com o peso corporal, distorcendo a imagem ao se olhar no espelho e almejando estar com o peso corporal abaixo, trazendo a abstinência total do apetite com o excesso de privações. Os dados epidemiológicos demonstram que o Transtorno Alimentar (TA) atinge 13% das adolescentes e mulheres adultas (Oliveira *et al*, 2020), o indivíduo que mantém um peso corporal abaixo daquele minimamente normal para idade, gênero, trajetória do desenvolvimento e saúde física (DSM-IV, 2014) são marcadas pela cronicidade, ou seja, implicam no estado funcional do corpo, desenvolvendo diversos sentimentos ruins, como a angústia.

## **Método**

Para a realização do presente estudo, foram realizadas buscas nas bases de dados *Google acadêmico*, com o intuito de realizar buscas nos periódicos e revistas sobre o tema de 2013 a 2021, com a preferência de artigos escritos no Brasil e na Língua Portuguesa, que apresentasse a temática da pergunta de pesquisa “Transtorno Alimentar e a influência da mídia”. Os critérios de exclusão foram estabelecidos para trabalhos estrangeiros e trabalhos incluindo a pandemia, registros duplicados e registros não inclusos em conjunto com o artigo a procura.

A busca realizada contou com os descritores “Mídia social” e “Transtorno Alimentar”, sendo encontrados 56 registros, quatro artigos foram excluídos em razão do idioma, trinta não correspondiam com a pergunta de pesquisa, e doze artigos não dispunham da data proposta. Após sobra rem dez artigos para avaliação da elegibilidade, foram incluídos na revisão quatro artigos:



From: Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ* 2021;372:n71. doi: 10.1136/bmj.n71

A seguir será feita a identificação breve dos artigos recuperados para a presente análise, destacando o título, a revista de publicação, os autores e o ano. (Tabela 1).

**Tabela 1.** Identificação de artigos recuperados para análise

<b>Nº</b>	<b>Título</b>	<b>Revista</b>	<b>Autores</b>	<b>Ano</b>
1	TRANSTORNOS ALIMENTARES, IMAGEM CORPORAL E INFLUÊNCIA DA MÍDIA EM UNIVERSITÁRIAS	REV. ENFERM UFPE	OLIVEIRA, A. ET AL.	2020
2	A INFLUÊNCIA DA MÍDIA NO ESTABELECIMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES COMO BULIMIA, ANOREXIA E VIGOREXIA	CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO JUAZEIRO DO NORTE (TCC)	OLIVEIRA, K.L	2018
3	A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NO DESENCADEAMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES E DISMÓRFICOS	ATENA EDITORA	COSTA, D. S.; REBOUÇAS, R. M.	2020
4	MÍDIA SOCIAL E INTERNET PREDISPÕEM A ANSIEDADE, DEPRESSÃO, BULIMIA E ANOREXIA EM ADOLESCENTES E ADULTOS JOVENS: UMA REVISÃO DE LITERATURA	PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE DE CATÓLICA DE GOIÁS(PUC) (TCC)	POLESSO, S.C.; APARECIDA, P.	2020

## **Resultado**

No primeiro artigo (FONSECA, 2020), é analisado em universidades da área de saúde, os transtornos alimentares, insatisfação com a imagem corporal e o impacto da mídia. Realizado com 61 acadêmicos, mas, apenas 45 universitárias (30 que correspondiam a (67%) matriculadas no curso de Nutrição, nove (20%) ao curso de Estética e seis (13%) matriculadas no curso de Educação Física) foram avaliadas através de questionários para a realização da pesquisa, sendo *Eating Atitudes Test, Body Shape Questionnaire*, questionário de teste de imagem corporal, atividades socioculturais em relação a aparência, escala de compulsão alimentar.

Conforme Oliveira *et al* (2020), foi constatado que os transtornos do comportamento alimentar dobraram nos últimos 20 anos. Durante o artigo é mencionado que as estudantes dos cursos mencionados acima estão mais propensas a desenvolver preocupações com a imagem corporal, pois ocorre maior prevalência por trabalharem diretamente com a aparência física.

De acordo com Oliveira *et al* (2020), é citado a prevalência dos riscos de TAs em bailarinos, modelos, e profissionais da área da saúde incluindo nutricionistas, pois muitas vezes se sentem na obrigação de possuir um corpo magro e relacionarem isso ao sucesso profissional. Diante dos resultados, foi possível concluir que as mulheres incorporaram os padrões de beleza, pois, sofrem de certa forma com a pressão da mídia digital causando impacto na idealização sociocultural, associando o corpo magro à saúde e buscando constantemente o padrão físico exposto nas redes sociais. Ano de publicação: 2020. Tipo de estudo: teórico.

No segundo estudo (OLIVEIRA, 2018), um trabalho de conclusão de curso (TCC), enfoca na influência da mídia no estabelecimento dos transtornos alimentares como bulimia, anorexia e vigorexia, analisando a influência da mídia nos transtornos alimentares mencionando os avanços da mídia e os impactos, apresentando a definição de corpo e as funções a partir da história, contextualizando como se deu a visão do corpo e como a imagem foi se modificando com o passar do tempo. Na Grécia antiga, como mencionado no trabalho, o corpo era visto como adoração e almejado através de imagens, mas sempre vinculado à cultura e à sociedade, incluindo fala de *blogueiras* que influenciam a repercussão de vender uma ideia ao público. Ano de publicação: 2018. Tipo de estudo teórico.

No terceiro artigo é abordado a temática que se propõe uma reflexão, cada dia os índices são mais crescentes e atuais de pessoas acometidas com algum distúrbio, seja alimentar, seja de imagem corporal. Segundo Costa e Rebouças (2020), a idealização de beleza centralizada num corpo perfeito é parte integrante das psicopatologias dos transtornos alimentares e dimórficos, diante de uma cultura de que ser magro é sinônimo de competência, sucesso, autocontrole e ser sexualmente atraente. Tipo de estudo teórico. Ano de publicação 2020.

No último artigo, o objetivo do estudo foi analisar a ansiedade, depressão, e bulimia causada pelas mídias digitais em adolescentes e adultos jovens, pontuando a colaboração para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Para Costa e Rebouças (2020), os adolescentes do sexo feminino diagnosticados com (TA) estão mais propensas a ter depressão e ansiedade.

Quanto à mídia, conforme Polesso e Aparecida (2020), sobre um estudo qualitativo exploratório diante da influência da mídia nos adultos jovens de idade entre (20 e 24 anos), concordaram que usar os aplicativos que regulam e acompanham as atividades físicas pode auxiliar ao acompanhar os resultados, como de ver fotos do antes e depois sendo encorajador para a melhora de comportamentos alimentares e saúde física.

Com efeito, é assegurado que pessoas que não se sentem enquadradas em determinados padrões de beleza, reagem com baixa autoestima e conseqüentemente podendo desenvolver transtornos alimentares (TA).

Diante desse cenário, verifica-se uma busca imediata por corpos esculpados e artificiais, sinais de status e perfeição, mesmo que para isso hábitos prejudiciais à saúde tenham que ser adotados. Observa-se que as pessoas, que não se adequam a estes padrões, são frustradas, com baixa autoestima e discriminadas, e estas condições são relevantes para o aparecimento de TA. A distorção da imagem corporal é a principal motivação para todo os transtornos mencionados (POLESSO; APARECIDA, 2020, p.11).

Este trecho do artigo acima corresponde ao estudo teórico, cujo ano de publicação 2020.

### **Considerações finais**

Foi possível analisar que o maior público afetado com os transtornos alimentares é, de fato, o público feminino, observa-se que o ideal de magreza atual é um dos principais fatores culturais que colaboram para o aumento dos transtornos durante a pós-

modernidade. O campo de análise sobre a maneira pela qual o mundo globalizado, a sociedade e a mídia veiculam padrões estéticos e, por resultado, dietas e hábitos alimentares inapropriados. Considera-se fundamental a pesquisa sobre a influência da mídia no desenvolvimento dessas patologias, em relação ao constante crescimento da mídia e conseqüentemente dos transtornos alimentares (TAs).

Em relação aos artigos selecionados para a revisão, e dados apontados durante as pesquisas, remetem a um alto número de insatisfação corporal. Sendo essencial priorizar o cuidado com as mídias sociais, tendo em vista que as mesmas influenciam de maneira excessiva, e utilizar deste poder e influência que os meios digitais possuem para fazer campanhas positivas, didáticas e fundamentais. Além do acompanhamento nutricional para a realização adequada de dietas, e o acompanhamento psicológico ao identificar alterações no comportamento.

Ademais, estimular os meios de comunicação a propagarem informações seguras e divulgarem campanhas que despertem o cuidado com a imposição de corpos “perfeitos”, ressaltando a valorização de todos os tipos de corpos e belezas, e não apenas um padrão estético determinado. Por último, é imprescindível diálogos a respeito dos riscos nos transtornos alimentares e a necessidade desse assunto ser debatido assiduamente.

O acompanhamento psicológico se torna essencial aos casos, além de proporcionar intervenções para a evolução do caso do paciente. Vale ressaltar que cada caso terá especificidades diferentes e será acompanhado diante dos recursos propostos pelo profissional, que sustentará atitudes empáticas ao olhar para o indivíduo, e irá colaborar em diversos fatores necessários, principalmente na confiança e autoestima, que, por muitas vezes, é perdida em face do transtorno alimentar. Fortalecerá ainda a participação e o trabalho em conjunto. Isso implica que o tratamento pode ser realizado de forma multidisciplinar, a fim de aumentar a rede de apoio, juntamente com a inserção do trabalho em conjunto com os familiares, uma vez que eles enfrentam dificuldades e precisam de amparo e orientação. Nesse sentido, com o tratamento, é possível estabelecer melhora aos padrões estabelecidos e proporcionar um espaço para a elaboração de mudanças necessárias.

## **Referências**

COSTA, D. S.; REBOUÇAS, R. R. M. **A influência das mídias sociais no desencadeamento de transtornos alimentares e dismórficos.** In: RUI MAIA DIAMANTINO (Ed.). *A Psicologia com Foco nas Múltiplas Práticas em Saúde Mental.*

1. ed. [s.l.] Atena Editora, 2020. p. 45–53. Disponível em:  
<<https://www.atenaeditora.com.br/post-artigo/29372>> Acesso em: 20 out. 2021

BARBOSA, Maria Raquel, MATOS, Paula Mena e Costa, Maria Emília. **Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje**. Psicologia & Sociedade [online]. 2011, v. 23, n. 1 [Acessado 10 outubro 2021] , pp. 24-34. Disponível em:  
<<https://doi.org/10.1590/S0102-71822011000100004>>. Epub 02 Jun 2011. ISSN 1807-0310. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822011000100004>.

FONSECA, Isadora Ramos et al. Transtornos alimentares, imagem corporal e influência da mídia em universitárias. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, [S.l.], v. 14, jun. 2020. ISSN 1981-8963. Disponível em:  
<<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/245234/35657>>. Acesso em: 20 out. 2021.

FOUCAULT, Michel. **História da Sexualidade: Uso dos prazeres**. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque. 15. ed. Rio de Janeiro: Edições Graal Ltda., 1994.

OLIVEIRA, Leticia Langlois e HUTZ, Cláudio Simon **Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo**. Psicologia em Estudo. 2010, v. 15, n. 3, pp. 575-582. Epub 06 Jan 2011. ISSN 1807-0329. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pe/a/MGVrVGGrjn8VPDYyCqdmNLj/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 20.out 2021.

OLIVEIRA, Larissa Kelly Leite de. **a influência da mídia no estabelecimento dos transtornos alimentares como bulimia, anorexia e vigorexia**. 2018. 24 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Centro Universitário Doutor Leão Sampaio Juazeiro do Norte, Juazeiro do Norte - CE, 2018. Disponível em:  
<[unileao.edu.br/repositoriobibli/tcc/larissa%20kelly%201035.pdf](http://unileao.edu.br/repositoriobibli/tcc/larissa%20kelly%201035.pdf)> Acesso em: 20 out. 2021

POLESSO, Scherzer Cabral Dias; APARECIDA, Piettra. **Mídia social e internet predispõe a ansiedade, depressão, bulimia e anorexia em adolescentes e adultos jovens: uma revisão de literatura**. 2020. 15 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Pontifícia Universidade Católica de Goiás (Puc, Goiás, 2020) Disponível em:<<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/641>> Acesso em: 20.out. 2021.

**MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS: DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

*Recebido em: 19/08/2022*  
*Aprovado em: 31/10/2022*