

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA NOS TRANSTORNOS ALIMENTARES EM
ADOLESCENTES

Janaína Rodrigues da Rocha e Larissa Luciano da Silva
Orientadora: Maína Ribeiro Pereira Castro

Brasília, 2020

Data de apresentação: 15/12/2020

Local: Sala Google Meet

Membro da banca: Cristiane Dormundo Nerys e Paloma Popov Custódio
Garcia

INTRODUÇÃO

Os Transtornos Alimentares (TA) são quadros psicopatológicos caracterizados por graves distúrbios na conduta nutricional e encontram-se no eixo principal da atenção dos profissionais de saúde por apresentarem significativos danos pessoais e sociais, afetando principalmente mulheres jovens. Estes sintomas evidenciam-se pela alta periodicidade de morbidade e mortalidade, e são definidos por distúrbios graves no hábito alimentício (PINZON; NOGUEIRA, 2004).

TA's são disfunções psicológicas provocadas por várias razões que afetam a ingestão, padrões, práticas e atitudes alimentares devido à preocupação exorbitante com peso e aparência corporal (ALVARENGA *et al.*, 2011).

As condições de gravidade para gerar TA's são consideradas condutas alimentares de perigo à saúde. Como consequências pode-se citar a autoindução de vômitos, a utilização de laxativos/diuréticos, restrição alimentar por longos períodos, compulsão alimentar e uso de esteróides anabólicos são alguns exemplos desses comportamentos. São características comuns para um possível diagnóstico do aparecimento de TA's, por exemplo, anorexia e bulimia nervosa (ALMEIDA, 2012).

Entende-se anorexia como transtorno definido pela impugnação da comida pelo paciente, gerando grave e intenso emagrecimento, esgotamento e baixa taxa metabólica basal. É mais recorrente em meninas entre 12 e 13 anos, contudo, pode surgir em diversas faixas etárias. Em contrapartida, a bulimia é identificada por dietas restritivas, purgação e compulsão. A compulsão pode ser estimulada pela restrição de comida e por fatores emotivos, e a purgação é empregada pelos pacientes com o intuito de anular o exagero consumido, trazendo a sensação de consolação. O modelo alimentar é descontínuo, e a ingestão diária depende do estágio bulímico do paciente, restritivo ou compensatório (BENTO *et al.*, 2011).

Os TA's acometem adolescentes e jovens adultos, principalmente mulheres, Consta que os transtornos podem acarretar prejuízos tanto biológicos quanto psicológicos, com grandes riscos de morbidades e mortalidade. As principais características dos TA's englobam o medo extremo de engordar, a restrição voluntária do consumo alimentar, a ingestão excessiva de alimentos sequenciada de vômitos, e o uso de purgantes e/ou diuréticos (COSTA *et al.*, 2015).

As mídias sociais são veículos responsáveis por levar informações, tais como, internet, televisão, rádio, jornais e revistas (GOMES, 2001). À medida que as mídias expõem estruturas físicas, que são, na maior parte de vezes, impossíveis de se alcançar, pode aumentar o desagrado desses indivíduos com sua representação física. Com a evolução da internet e o surgimento das mídias sociais, a facilidade do acesso à informação favoreceu ainda mais o aumento dos estereótipos atuais de beleza que podem influenciar na concepção da aparência física (ALVARENGA *et al.*, 2010).

Com base no que foi exposto acima é de suma importância o estudo dos TA's e da sua relação com as mídias sociais, para descobrir se realmente existem ligações da estereotipação do corpo perfeito com doenças psicológicas e disfunções alimentares em adolescentes.

Assim, o objetivo deste trabalho foi analisar a influência da mídia sob os TA's em adolescentes.

METODOLOGIA

Desenho do estudo

O presente estudo trata-se de uma revisão literária sobre o tema “A influência da mídia nos TA’s em adolescentes”.

Metodologia

A coleta de informações foi feita por intermédio de consulta a base de dados PubMed, Portal de Periódicos CAPES, BIREME, EBSCO Host, SciELO e Google Acadêmico. Para as buscas das referências, foi feita uma pesquisa sistemática com inclusão de artigos publicados entre 2000 e 2020.

Foram pesquisados artigos científicos, publicados em periódicos nacionais e internacionais, nos subseqüentes idiomas: português, espanhol e inglês. Para a busca, foram utilizados os descritores DeCS/MeSH ‘influência da mídia’ (*‘influence of the media’, ‘influencia de los medios’*), ‘transtorno alimentar’ (*‘eating disorder, desorden alimenticio’*). Para combiná-los, foi utilizado o operador lógico ‘OR’ dentro de cada bloco e o ‘and’ para combinar os blocos. A mesma estratégia foi utilizada em todas as bases de dados pesquisadas.

Análise de dados

As coletas de dados foram feitas da seguinte maneira: primeiro a leitura dos títulos; em seguida, a leitura dos resumos; e posteriormente a leitura dos artigos na íntegra, com a finalidade de conferir se o conteúdo relaciona-se com o tema em questão. Para a seleção das fontes, considerou-se o critério de inclusão: bibliografias das quais a origem do conteúdo estivesse relacionada ao tema “A influência da mídia nos TA’s em adolescentes”; artigos entre 2000 e 2020; livros, dissertações e teses na língua portuguesa, espanhola e inglesa. Foram excluídos artigos com acesso restrito, repetidos, estudos sobre outras patologias ou que não se encaixem nos critérios de inclusão. Após a leitura crítica, foi feita a triagem de, aproximadamente, 17 artigos para o avanço do tema.

REVISÃO DE LITERATURA

1. ADOLESCENTES E TRANSTORNOS ALIMENTARES

A adolescência é um momento de passagem entre a infância e a vida adulta, afirmado pelos estímulos do avanço cognitivo, emocional, físico, sexual e social, bem como pelo esforço do sujeito em alcançar os objetivos vinculados às expectativas culturais da comunidade em que vive (EISENSTEIN, 2005). Entende-se, assim, que esse público experiencia distintos ritos de passagem nessa etapa da vida, estabelecendo a subjetividade da pessoa (BRÊTAS *et al.*, 2008).

O descontentamento corporal é entendido então como um julgamento negativo da própria estrutura física (ADAMI *et al.*, 2008). Tal insatisfação sofre influências importantes dos fatores socioculturais como por exemplo mídia, pais, amigos e parentes nos estágios da vida (DAMASCENO *et al.*, 2006; TONI *et al.*, 2012).

As pessoas que desenvolvem distorções na assimilação da imagem corporal maximizam em maior grau a sua imagem do corpo, acarretando o aparecimento dos TA's, como anorexia, bulimia e à distorções musculares (RECH *et al.*, 2010; CAMARGO *et al.*, 2008; SILVA *et al.*, 2008; DAMASCENO *et al.*, 2006).

As percepções de um corpo ideal podem variar de acordo com a idade, mas desprazer com a imagem corporal entre adolescentes é um forte indicador de comportamentos alimentares disfuncionais, como fazer dieta, purgar e comer compulsivamente. Os TA's atingem consistentemente milhões de pessoas, mas principalmente mulheres entre 12 e 35 anos (OPARA & SANTOS, 2019).

Vários estudos têm mostrado que adolescentes com sobrepeso e obesidade têm chances maiores de se tornarem descontentes com sua imagem corporal, aumentando o risco de desenvolver TA's. A insatisfação com a imagem corporal é uma dificuldade evidente que vem atingindo adolescentes de diferentes regiões do mundo. Sendo assim, os TA's são descritos por alterações no comportamento alimentar e ocorrem mais frequentemente nas mulheres. Os TA's apresentam o terceiro transtorno mental crônico mais comum nas adolescentes do sexo feminino (FONTENELE *et al.*, 2019).

2. ANOREXIA NERVOSA

A anorexia nervosa (AN) é descrita normalmente pela diminuição da ingestão calórica, com pavor demasiado de engordar ou comportamentos que interpõem no aumento de peso, e o desagrado com a concepção de sua aparência corporal e do seu peso. O indivíduo tende a conservar seu peso corporal inferior ao considerado normal (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

A anorexia nervosa exhibe significativa morbidade, estando a amenorreia prolongada sendo recorrente em grande parte das ocorrências. Por acometer adolescente, acomete em período crucial de formação do esqueleto e, portanto, uma das complicações mais agravantes é a diminuição da massa óssea. A incidência de osteopenia pode chegar a 90% entre as jovens, sendo que um terço delas tem osteoporose (SANTOS *et al.*, 2004).

Segundo Hoek (2006), entre 80 e 90% dos indivíduos que desenvolvem AN são as mulheres, levando em consideração que a precaução com a imagem e o peso corporal persiste de modo geral nas mulheres.

Segundo Appolinário e Claudino (2000) Anorexia Nervosa comumente, se inicia na infância ou na adolescência. O começo é marcado pela redução dietética, que aos poucos vai tirando os alimentos que são vistos como "engordativos", como os carboidratos. As anoréxicas começam a apresentar desagrado com seus corpos, começam a se sentir gordas. O pânico de ganhar peso é um aspecto essencial, e serve como um diferenciativo para as demais categorias de anorexia.

Pouco a pouco, as anoréxicas começam a viver unicamente por conta da comida, da dieta, da sua forma corporal e de seu peso. A trajetória da anorexia é caracterizada pela diminuição gradativa e contínua do peso. Segundo o sistema classificatório da última edição do *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-IV), existem dois aspectos clínicos da doença: o primeiro, as anoréxicas usam maneiras restritivas associados a dieta do tipo restritivo; no outro grupo é o "tipo purgativo" onde acontece caso de compulsão alimentar e/ou condutas mais graves, como a indução dos vômitos e a utilização excessivo de laxativos e diuréticos (CLAUDINO; BORGES, 2002).

As razões que são propícias ao surgimento da anorexia são divididas em três categorias: a) características individuais: demandas individuais, perfeccionismo, crises internas, problemas físicos e emocionais, insatisfação corporal, dietas restritivas, baixa autoestima; b) problemas familiares: dificuldades de interação e comunicação com a família, perdas, separações, mudanças, eventos familiares estressante e alta demanda familiar; c) socioculturais: problemas com o cônjuge, problema na escola e prática escolares (MORGAN *et al.*, 2002).

Segundo Alves, Vasconcelos e Calvo (2008), as observações de estudos sobre anorexia nervosa no Brasil são reduzidas, principalmente quando se busca um panorama populacional. Contudo, este mesmo autor menciona que a predominância de comportamentos alimentares anormais, os quais indicam perigo para o progresso da doença, oscilam de 4,9 a 25%, alternando conforme grupo étnico, idade, atividade ocupacional e grau de urbanização dos indivíduos investigados.

3. BULIMIA NERVOSA

A Bulimia Nervosa (BN) é representada por ocorrência de compulsão alimentar, meios de compensação inapropriadas para impedir o aumento de peso e julgamento de si mesmo relacionado com a formato e o peso corporal, levando em consideração que para comprovar o diagnóstico de BN esses sintomas devem ocorrer no mínimo uma vez por semana, durante três meses (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

A compulsão alimentar é o consumo de amplas quantidades de alimentos em um determinado período de tempo, comumente 2 horas, com sentimento de descontrole, sendo essa quantidade excessivamente maior quando igualado com outras pessoas em condições similares (MAHAN; ESCOTT-STUMP; RAYMOND, 2012; AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

A mais relevante característica da bulimia nervosa é a ingestão descontrolada de alimentos, com um “acesso” ou uma “crise bulímica”, sequenciada por algum tipo de purgação. Apresenta-se uma prática de ingestão alimentar muito além do necessário seguida de sensações de perda de controle, levando a bulímica a situações extremas como estímulo de vômitos, uso exagerado de laxantes, e/ou

diuréticos. As crises bulímicas podem durar horas a fio ou repetidas vezes ao dia (ABREU; FILHO, 2004).

A crescente no número de crises podem implicar em sérias consequências no organismo, tais como: dor na garganta e estômago, irregularidades menstruais, ocorrência de sudorese, debilidade e sonolência e, em alguns casos, pode acarretar também alterações dentárias (perda do esmalte do dente por efeito químico do ácido gástrico), hipotensão arterial e arritmias cardíacas (FERNANDES, 2006).

A maior dificuldade no diagnóstico da doença se dá pela sua falta de 'visibilidade', levando em consideração que diferentemente da anorexia, não ocorre uma perda significativa de peso na bulimia (FERNANDES, 2006).

Os bulímicos normalmente se mantêm próximos ao seu peso normal ou até mesmo com um leve sobrepeso, alternando crises de ingestão excessiva de alimentos com vômitos autoinduzidos. Normalmente, a distorção do tamanho do corpo é menor do que é vista na anorexia nervosa. O comportamento bulímico tem como principais complicações distúrbios eletrolíticos, irritação e sangramento gástrico e esofágico, anormalidades intestinais, desgaste do esmalte do dente e aumento das parótidas (VILELA, *et al.*, 2004).

A bulimia é predominantemente característica em mulheres jovens e adolescentes, com prevalência de 1,1% a 4,2% neste grupo. Esta doença é rara em homens. Sua ocorrência é de aproximadamente 1,1% daquela observada nas mulheres (BUSSE, 2004).

4. IMPACTOS E FATORES DE RISCO PARA GERAR TRANSTORNOS

Os hábitos alimentares são determinados a começar por influências socioculturais, das quais a mídia desempenha um papel estrutural na construção e desconstrução. Os recursos de emagrecimento são fortalecidos pelo mercado voltado a um padrão estético de magreza, como sendo o corpo perfeito, no qual as empresas apresentam produtos e serviços para fundamentar as práticas de emagrecimento e alcance do corpo ideal (SERRA; SANTOS, 2003).

A televisão, os desfiles de moda, as propagandas, e de forma geral, a mídia, estão evidenciando crescentemente um modelo de corpo padrão, nas mulheres com

corpos magros e definidos e nos homens com corpos fortes e musculosos como modelos almejados (AZEVEDO, 2007; COELHO, *et al.*, 2016).

Dessa forma, a mesma mídia apresenta papel determinante nos ideais de imagem corporal com o domínio de formar conceitos, opiniões e comportamentos, tornando-se o exemplo do que a sociedade declara como verdade (MEDINA, 2005).

É possível notar essa influência em ambos os sexos, onde sentem-se forçados a conseguir alcançar o padrão exposto (BATISTA, *et al.*, 2015).

Foucault (1999) nomeou de disciplina uma técnica especializada em poder, onde a norma é imposta aos indivíduos gerando essa adaptação aos TA's. Quando ter um corpo estreito se torna uma regra entre a sociedade, a imposição de um modelo a ser seguido gera o afastamento de qualquer outra probabilidade. No momento que isso acontece, a base da assimilação é amparada através de regularidades, generalizações e medições de aspectos individuais e/ou familiares resultando, por exemplo, em um diagnóstico de anorexia e bulimia. Fundamentado na ideia de indivíduo, pois, segundo essa lógica, quem tem o problema é o sujeito e não a sociedade.

5. INFLUÊNCIA DA MÍDIA NOS TRANSTORNOS ALIMENTARES

A influência da mídia pode levar os adolescentes a adotar padrões de beleza, que vem resultando em insatisfação com seus próprios corpos, quando não conseguem corresponder a esses padrões. Em constante busca pelo “corpo ideal”, os adolescentes começam a desenvolver hábitos arriscados para a progressão de TA's. A internalização de ideais de beleza leva os indivíduos a estimarem a diferença entre seu próprio corpo e o corpo ideal, fazendo com que a insatisfação corporal seja desencadeada quando esse ideal não é alcançado (UCHÔA *et al.*, 2019).

A insatisfação corporal afeta os adolescentes de diversas maneiras: os meninos tendem a sofrer pressão que os incentiva a ter corpos mais musculosos, enquanto as meninas estão sob pressão para ter um corpo magro. A pressão pode vir dos familiares, amigos, namorados ou da mídia, que exerce grande influência sobre os adolescentes. A pressão social gerada pelos meios de comunicação em

massa propaga a ideia de que é indispensável ter um “ideal de beleza” dando ênfase na magreza para as mulheres e corpos musculosos para os homens. A atuação da mídia pode levar os adolescentes a internalizar os ideais impostos pela sociedade como desejáveis para si mesmos, aumentando a probabilidade de sofrerem TA's e apresentarem comportamentos alimentares desordenados (UCHÔA *et al.*, 2019).

A influência ou o efeito da mídia é o modo pelo qual os meios de comunicação em massa afetam o comportamento e o pensamento do seu público. A mídia tem um papel importante na formação e reflexão da opinião pública, reproduzindo a autoimagem da sociedade. Houve uma investigação, onde, 45,3% dos adolescentes foram influenciados de forma moderada ou fortemente, onde 25,7% eram meninas e 19,6% meninos (ALVARENGA, *et al.*, 2010).

O padrão de beleza estabelecido pelas mídias sociais nos últimas décadas, tem pressionado, influenciado e tirado vidas de adolescentes e jovens adultos, que frequentemente são acometidos por TA's (FONTENELE *et al.*, 2019).

Por meio de noticiários, comerciais e publicidades, a mídia coordena concomitantemente a invocação por rotinas saudáveis, a devoção à magreza e campanhas que estimulam o consumo de alimentos altamente calóricos (SERRA; SANTOS, 2003; BRAGA; MOLINA; CADE, 2007; GONÇALVES, *et al.*, 2013).

Assim sendo, a mídia se transforma em um veículo que incentiva o surgimento de TA's e descontentamento com a imagem corporal (ANDRADE; BOSI, 2003; SOUZA; ALVARENGA, 2016).

O 'corpo perfeito' reflete a imagem de poder, beleza, adequação social e felicidade, no entanto simultaneamente a insatisfação das pessoas com a própria imagem vem se expandindo de forma considerável (BOSI, *et al.*, 2006). A devoção exacerbada ao corpo aliada a pressão sociocultural e a não conquista de um corpo afilado e bem delineado fortalece o sentimento de inadequação (BRAGA; MOLINA; CADE, 2007) que conduz a práticas imprudentes de eliminação de peso, e estão diretamente relacionadas ao desenvolvimento de TA's (AINETT; COSTA; BANDEIRA DE SÁ, 2010).

Foi realizada na cidade de Brasília uma coleta de dados operacionalizada com base na aplicação de entrevista, via internet, cujo o público era do sexo feminino, com faixa etária de 17 a 24 anos que já tiveram ou tem anorexia e bulimia nervosas. O resultado foi que dentre as analisadas, 60% apresentaram sintomas anoréxicos devido a dificuldades de autoaceitação e 20% em função do julgamento

de terceiros. Foi possível observar ainda que, 70% das pesquisadas confirmaram que a mídia teve alguma interferência sobre o surgimento e o avanço dos TA's (VASCONCELOS 2006).

6. TIPOS DE MÍDIAS UTILIZADOS QUE MAIS INFLUENCIAM

Inúmeras pesquisas nacionais e internacionais confirmam que a mídia favorece a insatisfação corpórea e o modelo alimentar do público (BOSI, *et al.*, 2008; FERGUSON, *et al.*, 2014).

Falar sobre influência da mídia no surgimento de TA's é falar sobre valores sociais contemporâneos que estão além da busca da saúde, mas de uma devoção ao corpo e ao mercado por trás desses quadros, a indústria da beleza. Assim, as mídias como o cinema, a televisão, as revistas e a internet têm contribuído para que os indivíduos, em sua maioria as mulheres e jovens, se dediquem a ter um corpo extremamente magro, corpo que é tido como perfeito para se enquadrar no padrão de beleza atual. As revistas que são especialistas em corpo tentam, a cada exemplar, ensinar técnicas e maneiras diferentes de alcançar o corpo desejado, fazendo que isso se torne o objetivo final para a felicidade das pessoas (SHMITT, 2013).

Outra questão que deve ser levada em consideração é a forma com que as mídias sociais incentivam e inspiram a busca pelo corpo perfeito, seguir dietas, desafios e modismos que colocam em risco a saúde emocional, física e a condição nutricional de leigos que querem alcançar o corpo ideal. A influência desse tipo de imagem/perfil, que são chamados de *'fitspiration'*, acaba levando as mulheres expostas a esse tipo de conteúdo a ter um humor negativo, bem como uma diminuição da satisfação corporal, fator considerado de grande importância no desenvolvimento dos TA's (PRICHARD, 2018).

Percebe-se que a comunicação tem causas incrustadas em que propiciam as influência dos seus públicos-alvo, exercendo, de uma certa forma, na representação que aponta quais são os padrões de beleza do momento, fazendo com que seja bem querido pelas pessoas um determinado tipo físico ou comportamento. Destaca-se que o público mais influenciável são os jovens, devido a nessa etapa da vida estarem em formação de personalidade, sendo demasiadamente vulneráveis às

opiniões alheias. Deste modo, na população adulta que possuem percepções de mundo já bem fortalecidas, esses comportamentos influenciáveis são pouco recorrentes, exatamente pelo fato de seus pontos de vista já estarem estabelecidos (MOWEN; MINOR, 2003).

O que se observa entre as adolescentes pesquisadas é que de fato, conforme o apresentado na literatura, as jovens ligam a beleza, o sucesso e a felicidade a um corpo esguio, fazendo-se cada vez maior a quantidade de pessoas que realizam dietas extremistas e outras formas não saudáveis de manter o emagrecimento (VASCONCELOS, 2006).

O uso das mídias sociais vem aumentando progressivamente entre jovens adultos e já foi mostrado que tem efeitos negativos sobre a imagem corporal, depressão, comparação social e alimentação desordenada. O Instagram e as mídias sociais, de forma mais ampla, têm sido associados a problemas de saúde mental. Por exemplo, o uso das mídias sociais tem sido associado a níveis mais altos de depressão em jovens adultos, bem como TA's e comportamentos relacionados. Adolescentes que veem conteúdo relacionado à bem-estar e vitalidade nas redes sociais são mais propícios a desenvolver um distúrbio alimentar. O uso intensivo do Facebook está associado a maiores níveis de sintomas da Anorexia Nervosa (TURNER; LEFEVRE, 2017).

7. TIPO DE CONTEÚDO CONSUMIDO NAS MÍDIAS

São anunciados via mídia estímulos, dicas, pistas, sugestões, perguntas ou respostas que comprovam o olhar leviano pelo coletivo massificado. O aparecimento de corpos quase sem gordura demonstra a banalização da 'boa forma', via mídia contemporânea, procurando acabar com a distância entre o produto publicitário e o corpo como suporte de mensagens (GARCIA,2005).

A ligação entre a comunicação publicitária e a percepção do retrato corporal pode parecer clara, visto que, em vários casos, a propaganda mostra imagens próximas a um ideal de magreza que chama atenção de qualquer jovem (FRITH; SHAW; CHENG, 2005).

A pesquisa sobre a influência da mídia nos TA's têm focado, em grande parcela das situações, na exposição direta à publicidade de cultos corporais em diferentes formatos e na mídia, como a televisão. Nesses estudos, certos anúncios ou imagens relacionados à imagem corporal são isolados e colocados fora do contexto real. Geralmente, esses estudos concluem que a exposição direta a estímulos associados à beleza ou ao emagrecimento causa aumentos da culpa por ter um corpo imperfeito (AGÚNDEZ; DURÁN, 2020).

É notável que a mídia tem crescente presença na população, tendo efeitos positivos e negativos. Entretanto, vale enfatizar que não se deve injuriar e culpar a mídia e o marketing, visto que estes instruem a população em diversas ocorrências. Portanto deve-se educar a sociedade para um aproveitamento consciente dessas informações (SANTOS; SCHERER, 2014).

É visto com frequência nas redes sociais, pessoas que possuem alto poder de influência, devido ao enorme número de seguidores que o acompanha, fazendo publicações de corpos sarados ou muito magros, em sua maior parte por publicidade, e nem sempre divulgam ou defendem a forma de se alcançar o corpo dito como perfeito. A mídia, assim como as redes sociais, tem um grande poder de influenciar a maneira que as pessoas se alimentam e na aceitação de sua forma física (CASTRO, 2014).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após chegar ao término deste estudo pode-se constatar que os TA's são patologias graves, complexas e multifatoriais. As mídias exercem um poder de agravamento e possuem influência significativa no surgimento dos TA's em adolescentes e jovens, visto que o uso das mídias sociais vem crescendo consideravelmente, fazendo com que os usuários se dediquem paulatinamente a ter um corpo dito como perfeito pela mídia.

Posto que o objetivo desta revisão bibliográfica foi avaliar a influência da mídia sob os TA's e foi possível ver que as mídias tem sim um grande poder de influenciar, nesse caso, negativamente principalmente as mulheres a terem um corpo magro e curvilíneo, o que é vendido como única fórmula do sucesso e felicidade. Porém se feito de maneira errônea e desenfreada pode trazer riscos à saúde, sendo a anorexia e bulimia nervosa as principais comorbidades.

Neste sentido cabe refletir a respeito do papel do nutricionista que participa de forma efetiva nesse processo com o planejamento das refeições, colaborando para que o paciente possa ter uma dieta adequada e analisando o balanço energético, para que o paciente possa normatizar o esquema alimentar e auxiliar na retomada do contato com os alimentos. É imprescindível uma abordagem nutricional inclusiva, humanizada e individualizada, com metas alcançáveis para aquele indivíduo. Deve-se existir também uma equipe multidisciplinar com outros membros da área da saúde e o apoio e acompanhamento da família desses pacientes.

Diante de tudo que foi lido, sugere-se novos estudos mais atuais e aprofundados em relação às mídias atuais para compilar esses questionamentos e trazer respostas mais claras. Contribuindo assim no conhecimento da área da nutrição juntamente com a saúde mental, a fim de refletir acerca das repercussões que a busca do “corpo ideal” podem gerar.

REFERÊNCIAS

- ABREU, C. N.; FILHO, R. C. Anorexia nervosa e bulimia nervosa — abordagem cognitivo-construtivista de psicoterapia. **Rev. psiquiatr. clín.**, São Paulo, v.30, n.4, p. 177-183, 2004
- ADAMI, F. et al. Insatisfação corporal e atividade física em adolescentes da região continental de Florianópolis. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 24, n. 2, p. 143-149, 2008.
- AGUNDEZ, Alejandro; DURAN, Maria Victoria. Body-cult television advertisement recall among young women suffering from anorexia nervosa or bulimia nervosa. **Saúde Soc.** v.29, n.1, e170418, Mar. 2020.
- AINETT, W. S. O.; COSTA, V. V. L.; BANDEIRA DE SÁ, N. N. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de Nutrição. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, [s.l.], v. 11, n. 62, p. 75-85, 2017.
- ALVES, E.; VASCONCELOS, F.A.G.; CALVO, M.C.M. **Prevalência de sintomas de anorexia nervosa e insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino do Município de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.** Cad. Saúde Pública, v. 24, p. 503-12, 2008.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtorno.** DSM-5. Porto Alegre: Artmed, 2014, 948 p.
- ANDRADE, A.; BOSI, M. L. M. Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 16, n. 1, p. 117-125, 2003.
- APPOLINÁRIO, José Carlos; Claudino, Angélica. Transtornos Alimentares, **Rev Bras Psiquiatr**, São Paulo, v. 22, n. 2 p. 28-31, dez. 2000.
- AZEVEDO, S. N. **Em busca do corpo perfeito: um estudo do narcisismo.** 2007. Curitiba: Centro Reichiano, 2007. Disponível em:

<https://centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/AZEVEDO,%20Shirlaine%20-%20Em%20busca%20do%20corpo%20perfeito.pdf> Acesso em: 24 nov. 2020.

BRAGA, P. D.; MOLINA, M. C. B.; CADE, N. V. Expectativas de adolescentes em relação a mudanças do perfil nutricional. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 5, p. 1221- 1228, 2007.

BRÊTAS, et al. Os rituais de passagem segundo adolescentes. **Acta paul. enferm**, São Paulo, v. 21, n. 3, 2008

BOSI, M. L. M. et al. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 55, n. 2, p. 108-113, 2006.

DAMASCENO, V. O. et al. Imagem corporal e corpo ideal. **Revista brasileira de ciência e movimento**, Brasília, v. 14, n. 2, p. 81-94, 2006.

EISENSTEIN, E. Adolescência: definições, conceitos e critérios. **Adolescência e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 2, p. 6-7, 2005.

FERNANDES, M. H. **Transtornos alimentares: anorexia e bulimia**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.

Foucault, M. (1999). **Vigiar e punir: Nascimento da prisão** (21a ed.). Petrópolis, RJ: Vozes. Disponível em:https://biblioteca.isced.ac.mz/bitstream/123456789/1348/1/Foucault_Vigiar_e_punir_I_e_II.pdf . Acesso em: 15 nov.2020.

FONTENELE et al,. Impacto dos transtornos alimentares na adolescência: uma revisão integrativa sobre a anorexia nervosa, **Revista Enfermagem Atual**, Maranhão, v. 87 n. 25, p. 1-9, mar. 2019.

GARCIA, Wilton. **Corpo, mídia e representação: estudos contemporâneos**. São Paulo: Pioneira, 2005.

HOEK, H.W. **Incidence, prevalence and mortality of anorexia nervosa and other eating disorders**. *Curr Opin Psychiatry*, v. 19, p. 389-94, 2006.

- LEFEVRE, Carmen E; TURNER, Pixie G. Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa, **Eating and Weight Disorders**, Reino Unido v. 22, n. 2, p. 277-284, mar. 2017.
- MAHAN, L. K.; ESCOTT-STUMP, S.; RAYMOND, L. J. L. **Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. 13 ed. Rio de Janeiro. Elsevier, 2012, 1227 p.
- MEDINA, C. B. **Mídia e imagem corporal: discurso telejornalístico e ideal contemporâneo de beleza feminina**. 2005, 51 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)- Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 2005.
- MOUWEN, John C; MINOR, Michael S. **Comportamento do consumidor**. Tradução de Vera Jordan. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2003.
- PRICHARD, Ivanka et al. **The impact of different forms of# fitspiration imagery on body image, mood, and self-objectification among young women**. Sex Roles, v. 78, n. 11-12, p. 789-798, 2018.
- RECH, C. R; ARAÚJO, E. D. S; VANAT, J. R. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 285-292, 2010.
- RUSSO, R. Imagem corporal: construção através da cultura do belo. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo de Pinhal, v.5, n.6, p.80-90, 2005.
- SANTOS, A. M.; SCHERER, P. T. Mídia e obesidade infantil: uma discussão sobre o peso das propagandas. **Revista FAMECOS**. Porto Alegre. v. 21, n. 1, p. 208-223, 2014.
- SERRA, G. M. A.; SANTOS, E. M. **Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito**. Ciência & saúde coletiva, São Paulo, v. 8, n. 3, p. 691-701, 2003.
- SHMITT, Sabine. **A mídia e a ilusão do tão desejado “CORPO PERFEITO”**. 2013. ISSN 1646 6947. Disponível em:
<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0693.pdf>. Acesso em: 24 nov. 2020.

UCHÔA et al.,. Influence of the Mass Media and Body Dissatisfaction on the Risk in Adolescents of Developing Eating Disorders. **Int J Environ Res Public Health**, Chile, 2019.

VASCONCELOS, S. A. T. (2006). **Influência da mídia na incidência dos transtornos alimentares**. Monografia de Graduação, Centro Universitário de Brasília, Brasília, DF.

VILELA, João E. M., et al. Transtornos alimentares em escolares, **Jornal de Pediatria**, Porto Alegre, v. 80, n. 1, p. 49-54, fev. 2004.