# REDES SOCIAIS E TRANSTORNOS ALIMENTARES: IMPACTOS NA VIDA DOS JOVENS

**Autor(res)**

Dayse De Souza Lourenço Simões
Karina Arissa Zama
Ana Júlia Mamani

**Categoria do Trabalho**

Iniciação Científica

**Instituição**

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

**Introdução**

Para este trabalho, analisou-se como conteúdos acessados por adolescentes nas redes sociais podem trazer impactos negativos, como o desenvolvimento de transtornos alimentares. Identifica-se que uma das causas desses transtornos são os conteúdos de influenciadores que exibem padrões corporais e de vida muitas vezes inalcançáveis, o que leva os jovens a comparações físicas, à idealização de um corpo perfeito, entre outros problemas relacionados à falta de compreensão de sua própria realidade. Assim, torna-se fundamental que os jovens sejam ensinados a desenvolver uma análise crítica dos vídeos e imagens consumidos diariamente.

**Objetivo**

O presente trabalho tem como objetivo compreender como as redes sociais contribuem para o desenvolvimento de transtornos alimentares em jovens e evidenciar a importância de se debater amplamente esse fenômeno.

**Material e Métodos**

As discussões desta pesquisa estão vinculadas a um levantamento bibliográfico de caráter qualitativo, orientado pela questão norteadora: “De que modo as redes sociais contribuem para o desenvolvimento de transtornos alimentares na vida dos jovens?” Para a realização desse levantamento, utilizou-se a base de dados Google Acadêmico. A busca foi realizada com os seguintes descritores: transtorno alimentar; marketing; “redes sociais”; adolescentes. A pesquisa resultou em 50 trabalhos distribuídos em 5 páginas, dos quais foram selecionados 17 artigos. Destes, apenas 6 se enquadram no objetivo proposto.

**Resultados e Discussão**

A análise dos artigos selecionados evidenciou a influência significativa das redes sociais na saúde mental e corporal dos jovens, principalmente por meio de influenciadores que promovem um padrão corporal idealizado. Esse tipo de conteúdo estimula o adolescente a enfrentar problemas de autoestima e insatisfação corporal, desencadeados pela comparação com corpos irreais. Consequentemente, há contribuição para o surgimento de transtornos alimentares como anorexia, bulimia e compulsão alimentar.
Os estudos também apontam o marketing digital como um intensificador da pressão estética, utilizando a

padronização corporal como ferramenta de consumo (Lopes & Trajano, 2021; Gomes et al., 2021).
Constata-se, ainda, a necessidade de maior atenção quanto aos conteúdos acessados pelos jovens e a relevância do diagnóstico precoce, que pode evitar casos de obesidade, mortalidade e outras complicações clínicas (Campos et al., 2025). Dessa forma, espera-se que este tema seja levado a sério e que sua discussão seja ampliada na cultura digital contemporânea.
Assim, torna-se necessário estimular a educação midiática, promovendo o pensamento crítico dos adolescentes para prevenir problemas de saúde decorrentes do consumo inconsciente de conteúdos digitais (Rojo, 2012).

## Conclusão

Conclui-se que o uso inadequado das redes sociais impacta a saúde mental e alimentar dos jovens, afetando também sua condição corporal devido à disseminação de padrões corporais por influenciadores digitais e pelo marketing, que incentivam métodos radicais de emagrecimento.Nesse sentido, é essencial conscientizar os jovens sobre esses riscos e promover estratégias educativas para o pensamento crítico e consumo consciente. Além disso, são necessárias mais pesquisas sobre o tema, sobretudo acerca de conteúdos que funcionam como gatilhos para indivíduos em recuperação de transtornos alimentares.

## Referências

CAMPOS, Israel Marques et al. Terrorismo nutricional nas mídias sociais e sua relação com transtornos alimentares em mulheres: uma revisão narrativa. BIUS-Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia, v. 52, n. 46, p. 1-20, 2025.

CRUZ, R. M. da F.; SOUSA, J. P. de; SKRIVAN, A. G. Reflexos da mídia na formação de hábitos alimentares de crianças e adolescentes a nível global – uma revisão bibliográfica. Research, Society and Development, v. 10, n. 14, p. e224101421797, 2021. DOI: https://doi.org/10.33448/rsd-v10i14.21797

GOMES, E. L. V. da S.; SILVA, J. E. A. da; SILVA, R. R. da; OLIVEIRA, T. C. de; LANDIM, L. A. dos S. R. O impacto do desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes: uma revisão. Research, Society and Development, v. 10, n. 14, p. e92101421648, 2021. DOI: https://doi.org/10.33448/rsd-v10i14.21648

LOPES, P. A.; TRAJANO, L. A. da S. N. Influence of media on eating disorders in adolescents: literature review. Research, Society and Development, v. 10, n. 1, p. e20910111649, 2021. DOI: https://doi.org/10.33448/rsd-v10i1.11649

ROJO, Roxane. Pedagogia dos multiletramentos: diversidade cultural e de linguagens na escola. In: ROJO, Roxane; MOURA, Eduardo (orgs.). Multiletramentos na escola. São Paulo: Parábola, 2012.

SILVA, M. C. de M.; TORRES, B. V. dos S.; ALMEIDA, L. A. de; SILVA, R. C. de M. Os influenciadores digitais e a alimentação saudável nas mídias sociais: uma revisão integrativa. Gep News, v. 8, n. 2, p. 452–457, 2024. Disponível em: https://www.seer.ufal.br/index.php/gepnews/article/view/18632

ANDRADE-PASSOS, Jasilaine; VASCONCELLOS-SILVA, Paulo Roberto; SILVA SANTOS, Ligia Amparo; PEREIRA, Marcos. Usos e apropriações do Facebook no campo da alimentação e nutrição: uma revisão integrativa. RECIIS, v. 16, n. 3, p. 719–741, 2022. DOI: https://doi.org/10.29397/reciis.v16i3.2352

.