

A influência da mídia na geração de transtornos alimentares em busca da auto satisfação corporal

The influence of the media on the generation of food disorders in search of body self-satisfaction

La influencia de los medios de comunicación en la generación de trastornos alimentarios en busca del cuerpo

DOI:10.34117/bjdv10n3-063

Originals received: 02/23/2024

Acceptance for publication: 03/15/2024

Ana Luísa Pereira Dantas

Graduanda em Medicina

Instituição: Centro Universitário de Maceió UNIMA

Endereço: Av. Comendador Gustavo Paiva, 5017, Cruz das Almas, Maceió - AL,
CEP: 57038-000

E-mail: ana_luisa_barreto@hotmail.com.br

Clara Barbosa Laranjeira

Graduanda em Medicina

Instituição: Centro Universitário de Maceió UNIMA

Endereço: Av. Comendador Gustavo Paiva, 5017, Cruz das Almas, Maceió - AL,
CEP: 57038-000

E-mail: clara.barbosa@souunit.com.br

Raíssa Rabêlo Ferreira

Graduanda em Medicina

Instituição: Centro Universitário de Maceió UNIMA

Endereço: Av. Comendador Gustavo Paiva, 5017, Cruz das Almas, Maceió - AL,
CEP: 57038-000

E-mail: rabeloraissa.f@gmail.com

Maria Eduarda França Melo

Graduanda em Medicina

Instituição: Centro Universitário de Maceió UNIMA

Endereço: Av. Comendador Gustavo Paiva, 5017, Cruz das Almas, Maceió - AL,
CEP: 57038-000

E-mail: maria.efmelo@souunit.com.br

Maria Luiza Mateus Borba Machado

Graduanda em Medicina

Instituição: Centro Universitário de Maceió UNIMA

Endereço: Av. Comendador Gustavo Paiva, 5017, Cruz das Almas, Maceió - AL,
CEP: 57038-000

E-mail: malumbm@hotmail.com

Maria Eduarda Mateus Borba Machado

Graduanda em Medicina

Instituição: Centro Universitário de Maceió UNIMA

Endereço: Av. Comendador Gustavo Paiva, 5017, Cruz das Almas, Maceió - AL,
CEP: 57038-000

E-mail: meduardaborbam@gmail.com

Gabriela Melo Rocha Pinto

Graduanda em Medicina

Instituição: Centro Universitário de Maceió UNIMA

Endereço: Av. Comendador Gustavo Paiva, 5017, Cruz das Almas, Maceió - AL,
CEP: 57038-000

E-mail: gabimrochap@gmail.com

Jaim Simões de Oliveira

Doutor em Biologia Molecular pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Instituição: Centro Universitário de Maceió UNIMA

Endereço: Av. Comendador Gustavo Paiva, 5017, Cruz das Almas, Maceió - AL,
CEP: 57038-000

E-mail: jaim.oliveira@unit.afya.com.br

RESUMO

A mídia possui uma elevada influência na geração de distúrbios alimentares nos indivíduos que buscam a auto satisfação corporal, devido a sua forte influência e capacidade de se moldar aos gostos dos indivíduos no contexto da sociedade atual e, logo, pelo seu poder de estabelecer padrões irreais a serem seguidos pelas pessoas. Com isso, o presente estudo debate sobre as consequências do domínio que as redes de comunicação estabelecem na sociedade, enfatizando os graves efeitos físicos e mentais causados e, também, a importância de intervenções específicas que possam alertar e tratar os indivíduos vítimas dos transtornos gerados.

Palavras-chave: mídia, mídia social, auto satisfação corporal, auto satisfação e transtornos alimentares.

ABSTRACT

The media has a high influence on the generation of eating disorders in individuals seeking self-satisfaction, due to their strong influence and ability to adapt to the tastes of individuals in the context of today's society and, therefore, by their power to establish unrealistic standards. to be followed by people. With this, the present study debates about the consequences of the domain that the communication networks establish in society, emphasizing the serious physical and mental effects caused and also the importance of specific interventions that can alert and treat the victims of the disorders generated.

Keywords: media, social media, self-body satisfaction, self-satisfaction and eating disorders.

RESUMEN

Los medios de comunicación tienen una alta influencia en la generación de trastornos alimentarios en individuos que buscan la autosatisfacción, debido a su fuerte influencia y capacidad de adaptación a los gustos de los individuos en el contexto de la sociedad actual

y, por lo tanto, por su poder para establecer estándares poco realistas. Con esto, el presente estudio debate sobre las consecuencias del dominio que las redes de comunicación establecen en la sociedad, enfatizando los graves efectos físicos y mentales causados y también la importancia de intervenciones específicas que puedan alertar y tratar a las víctimas de los trastornos generados.

Palabras clave: medios de comunicación, redes sociales, satisfacción personal, autosatisfacción y trastornos alimentarios.

1 INTRODUÇÃO

Fatores socioculturais, biológicos e psicológicos contribuem para o surgimento de transtornos alimentares. Os fatores que levam as pessoas a terem esses transtornos normalmente são: sexo feminino, histórico familiar, baixa autoestima, histórico de abusos em atividades como balé, ginástica e modelagem. Pesquisas do EUA mostram que os transtornos costumam surgir em uma faixa etária de 18 e 21 anos, esses transtornos podem incluir a anorexia, bulimia e transtorno da compulsão alimentar, os quais persistem por uma longa duração na vida dos atingidos (DRUG THER BULL, 2016).

A divulgação de corpos esbeltos ou até desgastados na mídia também vem sendo fortemente associada a maior incidência de distúrbios alimentares; embora seja acompanhada por elevados números de pessoas obesas que têm mais que dobrado desde 1980 (LIPOWSKA; LIPOWSKI, 2015). O apelo à mídia como uma das causas dos distúrbios alimentares não é novo; na verdade, talvez seja uma das primeiras formas de explicar a disseminação de tais distúrbios. Em 2000, a British Medical Association publicou um livreto chamado distúrbios alimentares, imagem corporal e mídia, no qual mostra, novamente, a influência da mídia no caso dos distúrbios alimentares em indivíduos vulneráveis, levando a ideia de que ser magro significa ter “sucesso” (GIORDANO, 2015).

Os transtornos alimentares são fortemente ligados à insatisfação corporal, essa que está acompanhada da angústia, prediz o desenvolvimento da baixa autoestima e sintomas depressivos, além de uma série de comportamentos danosos, incluindo o início do tabagismo, uso de métodos extremos de perda de peso ou de ganho de massa muscular (MCLEAN; PAXTON, 2018). Assim, a insatisfação corporal é geralmente atribuída a fatores sociais, sendo a mídia considerada a causa mais influente e difusa. Imagens da forma “ideal” se infiltraram em fontes diversas de mídia de massa, como por exemplo, revistas de moda, televisão, dentre outras por muito tempo. Verificando que as imagens

e estereótipos padrões são ideais de beleza inalcançáveis (HOLLAND; TIGGEMANN, 2016).

A insatisfação corporal que é um dos maiores problemas vivenciados na geração atual pode estar presente em todos os sexos e durante toda a vida útil, associada a um sofrimento e comprometimento considerável na qualidade de vida. Construções de um ideal de beleza exposto principalmente pela mídia, incluindo supervalorização de peso e forma, o medo de ganho de peso e a preocupação exagerada, constituem a psicopatologia do transtorno alimentar, as doenças mais comuns são: anorexia nervosa, bulimia nervosa e compulsão alimentar. Abordar a insatisfação corporal é um elemento essencial do tratamento e de extrema importância para redução dos índices de recaída (MCLEAN; PAXTON, 2018).

Logo, esse artigo tem o intuito de mostrar a influência que a mídia possui na auto satisfação corporal e nos consequentes transtornos alimentares. O trabalho justifica-se pela importância de um estudo e conhecimento mais aprofundado sobre esse assunto, a fim de encontrar soluções que minimizem e evitem um possível agravamento futuro dos índices de indivíduos com distúrbios alimentares gerados por, entre outros fatores, a forte influência de padrões estabelecidos socialmente.

2 METODOLOGIA

Este trabalho se trata de uma revisão sistemática integrativa de cunho qualitativo realizada nas bases de dados PUBMED e BVS, observando os artigos disponíveis nas línguas inglesa, portuguesa e espanhola de 2015 a 2020. Nas bases de dados PUBMED e BVS foram utilizados os descritores: “social media”, “personal satisfaction”, “body image” e “feeding and eating disorders”, para eficácia dos resultados, foi utilizado o “and”.

Após a aplicação do filtro de revisão e de 5 anos na data de publicação, obteve-se um total de 30 artigos na base de dados do PUBMED e um total de 25 artigos na base de dados BVS. Os fatores de inclusão foram artigos que tratam de estudos e casos relacionados a influência da mídia na geração de transtornos alimentares em busca da auto satisfação corporal. Dentre os 55 encontrados após os filtros, os fatores de exclusão foram divididos em artigos que não relatam diretamente a relação da mídia e seu papel na busca da auto satisfação corporal, os quais foram totalizados em 10 artigos da PUBMED e 7 da BVS, logo após excluímos 6 artigos da PUBMED e 3 da BVS que restringem a região, como algum país ou continente específico, 5 artigos da PUBMED e 6 da BVS que

se limitaram a um grupo populacional muito específico, como artigos que se restringem a mulheres acima de 50 anos ou portadores de alguma doença específica, e 1 artigo da PUBMED e 7 da BVS que não possuíam nenhuma relação com a área da saúde, o que resultou em um total de 10 artigos selecionados, sendo 8 da base de dados do PUBMED e 2 da base de dados da BVS

3 RESULTADOS

Tabela 1 – Tabela Comparativa Entre as Referencias Bibliograficas Citadas no Artigo

Referência	Metodologia	Principais Informações
DUMAS, DESROCHES, 2019. Uso das mídias sociais pelas mulheres: qual é a evidência sobre seu impacto no controle de peso e na imagem corporal?	Revisão sistemática	Os resultados comprovam a alta influência da mídia na imagem corporal e no peso. Apresentando a mídia como prejudicial e enfatizando que os reflexos podem variar dependendo do contexto em que elas estão inseridas.
MARTZ, ROGERNS, 2016. Compreendendo e tratando a imagem corporal das mulheres e os distúrbios alimentares.	Revisão sistemática com metanálise	É comprovado na pesquisa que há uma elevada incidência de transtornos alimentares, principalmente no sexo feminino. Esse fator pode gerar vários prejuízos na saúde, deixando evidente a necessidade de uma atuação médica que analise e compreenda todo o contexto em que a paciente está inserida e quais as influências sofridas.
MC LEAN, PAXTON, 2018. Imagem corporal no contexto de transtornos alimentares.	Revisão sistemática	4
SAUL, RODGERS, 2018. Risco de transtorno alimentar de adolescente e o mundo on-line.	Revisão sistemática com metanálise	O estudo evidencia os efeitos da internet e da mídia em relação aos transtornos alimentares, mostrando que o mundo online pode tanto levar ao aumento dessas patologias, como também ser uma rede de informação que previna as mesmas. Enfatizando também que há necessidade do monitoramento dos pais nas atividades online dos seus filhos.
OLIVEIRA et al, 2019. Corpo, saúde e sociedade de consumo: a construção social do corpo saudável.	Revisão sistemática	O estudo mostra a relação que se estabelece nas mídias sociais da saúde com a sociedade de consumo, e a influência que a massificação do consumo exerce sobre o desejo de se atingir um corpo idealizado.

BARCELLOS, FREITAS, CARVALHO, 2016. Alimentação saudável e qualidade de vida: fenômeno midiático na cidade	Revisão sistemática	O estudo mostra a relação direta entre a alimentação saudável e a qualidade de vida. Em contrapartida evidencia e comprova que um estilo de vida é moldado nas mídias sociais, o que pode comprometer os indivíduos, fazendo com que muitos negligenciem a própria saúde para estar inserido no padrão do momento.
--	---------------------	--

Fonte: tabela de autoria própria.

4 DISCUSSÃO

Primeiramente, é válido citar que 4 dos 6 estudos, sendo eles Saul e Rodgers (2017), Martz e Rogers (2017), MCLean e Paxton (2018) e Dumas e Desroches (2019), mostram que existe uma forte influência da mídia na auto satisfação no contexto da sociedade atual que está em uma constante busca da felicidade e bem estar. Essa mídia é responsável por criar padrões irreais a serem seguidos e, conseqüentemente, acaba gerando efeitos graves e variados na vida dos indivíduos influenciados por ela, que acabam comprometendo a saúde em busca dessa imagem que se é estabelecida.

Assim, de acordo com os resultados apresentados de Saul e Rodgers (2017) ficou notório que o uso da internet aumentou exponencialmente nos últimos tempos, na atualidade, o uso da internet é algo que está presente na vida de grande parte dos indivíduos, os quais tem esse contato desde muito cedo, onde os valores ganharam novos significados, e as informações estão a um “click”. Assim, em associação ao que foi dito, Dumas e Desroches (2019) relatam que a influência da mídia acabou criando um padrão irreal a ser seguido, modelando comportamentos e práticas prejudiciais, o que eleva a pressão nos indivíduos em busca de alcançar esse ideal estabelecido. Visto também que a sociedade atual tem um dos maiores índices de insatisfação, problemas psicológicos, dentre muitos outros.

Segundo os autores Saul e Rodgers (2017) existe uma relação entre influências socioculturais, como a mídia tradicional e os transtornos alimentares, incluindo a teoria sociocultural, teoria de aprendizado social, teoria de autoobjetificação, teoria de identidade social e teoria de usos e gratificações. Dentre elas, destaca-se a teoria da identidade social, a qual mostra a importância da aparência ou dos comportamentos relacionados à alimentação como uma condição para estar incluída na sociedade ou no grupo alvo, podendo promover os distúrbios alimentares.

Essa mídia, de acordo com os autores Saul e Rodgers (2017), Martz e Rogers (2017), McLean e Paxton (2018) e Dumas e Desroches (2019), possui mecanismos que se tornam relevantes no aparecimento dos casos de distúrbios alimentares, como a sua natureza altamente visual, a capacidade de se adaptar e se moldar aos interesses dos indivíduos, a natureza interativa do mundo online e sua capacidade de atingir muito mais indivíduos do que o mundo off-line, os quais, em conjunto, atingem uma elevada manipulação dos seus espectadores. Desse modo, os autores Saul e Rodgers (2017) falam que devido à essa alta capacidade de se moldar de acordo com aquilo que mais é visto, e tudo aquilo que é pesquisado através do algoritmo, as pessoas encontram-se cada vez mais inseridas e até mesmo aprisionadas no mundo online, onde se é vendido uma felicidade, seja por meio de rostos, corpos ou vidas perfeitas, segundo ao que se foi estabelecido na era do consumismo, esses padrões que são expostos, em sua grande parte, é apenas uma ilusão, são irreais.

Logo, segundo as conclusões de McLean e Paxton (2018), em mulheres e meninas essa insatisfação é gerada pela preocupação com o peso e forma, buscando um corpo magro e semelhante ao exposto nas mídias, já em homens essa insatisfação ocorre por eles terem corpos insuficientemente magros ou muito musculosos. Os efeitos da insatisfação incluem o sofrimento, a diminuição da qualidade de vida física e psicossocial, o desenvolvimento de baixa autoestima e sintomas depressivos e uma série de comportamentos prejudiciais, incluindo o início do tabagismo e comportamentos sexuais inseguros, além disso essa insatisfação corporal, como dito por Saul e Rodgers (2017), Martz e Rogers (2017), McLean e Paxton (2018) e Dumas e Desroches (2019), é um fator devido a influência da mídia que ocasiona a insatisfação corporal em homens e mulheres, que pode gerar, assim, a bulimia nervosa e a anorexia nervosa, distúrbios que são altamente prejudiciais à saúde e necessitam de uma intervenção.

Essa intervenção para a insatisfação corporal, especificada pelos autores Martz e Rogers (2017) e McLean e Paxton (2018), pode assumir a forma de prevenção, mostrando que não usar a imagem exposta pela mídia como um parâmetro a ser seguido é prejudicial, de intervenção precoce, que visa perceber indícios de sintomas dos distúrbios alimentares em indivíduos, e tratamento da insatisfação corporal clinicamente grave. A seleção de um tipo específico de intervenção depende da constelação específica e da gravidade dos sintomas e a partir disso é necessária a criação de estratégias para abordar os fatores de risco e de manutenção da insatisfação corporal, objetivando aumentar a aceitação corporal e, logo, promover uma melhor qualidade de vida. Esses

sintomas podem ser evidenciados na baixa autoestima, ansiedade, depressão, comportamentos agressivos, distorção da imagem, entre outros.

Complementando o que foi dito anteriormente os autores Martz e Rogers (2017) falam que essas patologias causadas pela insatisfação corporal em busca de um ideal causam um perigo ao paciente tão grande quanto o de outras doenças, como diabetes e hipertensão e, principalmente, pela omissão e aceitação dos sintomas pelos pacientes quantos aos seus distúrbios alimentares, sendo o tratamento específico, o qual também foi citado previamente por Martz e Rogers (2017) e McLean e Paxton (2018), fundamental para reduzir os riscos dessas doenças, de forma que esse seja eficaz e trate de forma individual o paciente e seu caso, buscando sua origem, os efeitos e sua interferência na vida pessoal, para que assim, consiga-se um diagnóstico e tratamento adequado para que o quadro não se agrave. Ressalta-se também que muitos dos que sofrem com essas doenças, não sabem ou não aceitam, sendo imprescindível o olhar observador daqueles que convivem com o indivíduo, seja família ou amigos, em seguida o olhar profissional e a necessidade de diálogo com o paciente, para que esse entenda o que está acontecendo e seja capaz de perceber a totalidade da situação.

Assim, de acordo com os resultados dos autores Dumas e Desroches (2019), uma imagem corporal positiva, composta pela auto satisfação, protege a saúde física e o bem-estar psicológico dos indivíduos, reduzindo os sinais de depressão e melhora os hábitos saudáveis das pessoas. Para os autores Carvalho et al. (2016), Saul e Rodgers (2017), Martz e Rogers (2017), McLean e Paxton (2018) e Dumas e Desroches (2019) e Oliveira et al. (2018) a influência da mídia normalmente apresenta-se como um fator negativo, porém, segundo Dumas e Desroches (2019), o impacto dela se difere de acordo com o contexto das publicações, do feedback dos amigos, da tendência de comparação de aparência dos indivíduos com os outros e da alfabetização das mídias, visto que ela é um canal muito amplo que pode variar suas informações e a forma como elas são interpretadas.

Essa elevada influência da mídia, mediante das explicações de Carvalho et al (2016) e Oliveira et al. (2019) é fruto da influência que o mercado de consumo exerce no mundo contemporâneo, o qual junto com a mídia estabelece padrões a serem seguidos pela sociedade de uma determinada região, esse mercado de consumo cada vez mais entrega e vende a sociedade aquilo que se é buscado. Logo, de acordo com Oliveira et al. (2019) a sociedade de consumo estabelece que o corpo perfeito é aquele que é moldado através de produtos e suplementos de dietas rígidas, com sessões exaustivas de exercícios

físicos, modelados com o uso de anabolizantes, corrigidos por diversas cirurgias plásticas e procedimentos estéticos. Esse mercado de consumo é o grande gerador do consumo de massa, o qual é responsável por influenciar as escolhas dos indivíduos e fazer transparecer que o padrão estabelecido por o mercado de consumo é o ideal a ser seguidos por toda a sociedade, sendo o corpo encaixado dentro dessa massificação, entrando no mercado simbólico e se tornando coletivizado, artificial e que se inclui nos fluxos de produtos que passam a fazer parte da sua composição, como cremes de beleza , suplementos, próteses de silicone e entre outros.

Seguindo a ideia de que a sociedade está inserida na era do consumismo, Carvalho et al. (2016), relatam que nesse meio de consumo é vendido um padrão de vida, o que se refere segundo as mídias a qualidade de vida, em contrapartida é visto que na prática não é bem assim. A mídia tratada pelos estudos de Carvalho et al. (2016) Saul e Rodgers (2017), Martz e Rogers (2017), MCLean e Paxton (2018) Dumas e Desroches (2019) e Oliveira et al. (2019), constrói tendências que circulam no corpo social, evidenciando beleza, longevidade e saúde, essas representações que foram “compradas” pela sociedade refere-se a uma necessidade imaginável, gerando confusões e conflitos. Sendo assim, os autores Carvalho et al. (2016) e Oliveira et al. (2019) discutem sobre a sociedade que vive em um interminável jogo de aparências, representações e poder, afinal a multiplicidade de impressões inspira o indivíduo a uma vida que segue as últimas tendências de modo oscilante e competitivo, cercado de tensões e pressões psicológicas. É vivenciado nos dias de hoje, principalmente através das redes sociais a competição entre os indivíduos, onde esses buscam mostrar uma vida perfeita, check in nos melhores restaurantes, viagens, exercícios físicos, acompanhamento dos mais renomados médicos, pele perfeita, corpo perfeito, procedimentos estéticos, roupas de luxo, entre outros. Padrões de vida que a sociedade coloca como uma meta, gerando diversas frustrações e problemas, como dito anteriormente por MCLean e Paxton (2018), atingido a ambos os sexos e todas as idades.

Dessa forma, Carvalho et al. (2016) relatam que no século XXI a comunicação social ajuda na produção de bens e serviços, construindo uma variedade de discursos de consumos centrados na expansão de necessidades, o que é vendido pela mídia na questão de qualidade de vida e uma alimentação saudável ganha múltiplos sentidos e significados, o que é especificado nos estudos de Dumas e Desroches (2019) ,a depender do código que são conectado a cada indivíduo, assumindo valores específicos de acordo com contextos sociais e culturais diferentes, incorporando esses códigos que falam sobre a saúde perfeita e o bem estar em seu cotidiano.

Esses contextos sociais e culturais, segundo Martz e Rogers (2016), têm elevada importância, visto que o relacionamento com outros indivíduos pode ser um grande causador de patologias alimentares, através da influência direta, a qual ocorre quando a pessoa é intimidada a ser de uma determinada forma ajustada pelo grupo, ou indiretamente, quando os indivíduos acham que para pertencer a um determinado contexto social precisam estar dentro dos padrões estabelecidos por a sociedade, os quais para serem atingidos envolvem muitos fatores prejudiciais. A necessidade de estar inserido em um grupo, é algo que está enraizado na sociedade contemporânea.

Desse modo, Carvalho et al. (2016), relatam que, no ambiente contemporâneo, os olhares se deslocam para os que se referem ao modelo baseado no controle corporal, na busca da tríade juventude-saúde-beleza. Uma tendência construída no imaginário, como citado também pelos autores Saul e Rodgers (2017), Martz e Rogers (2017), McLean e Paxton (2018) e Dumas e Desroches (2019) e Oliveira et al. (2019), que remodela a sociedade, anula singularidades e omite a realidade, numa clara demonstração de aprisionamento das pessoas em padrões que escondem a violência simbólica que emana, ressaltando que a busca para alcançar um modelo de corpo saudável ditado por uma tendência contemporânea, requer atenção, pois pode envolver uma ordem corporal patológica.

5 CONCLUSÃO

A influência da mídia na sociedade atual cresce de uma forma desenfreada, devido a sua alta capacidade de atingir inúmeras pessoas de todas as faixas de idade, cultura e contextos sociais. Assim, ela consegue estabelecer padrões irreais de corpos, moldados de acordo com os interesses da sociedade de consumo da época, os quais fazem com que as pessoas realizem uma série de tratamentos estéticos, dietas extremas, exercícios muito cansativos e entre outros processos, o que é explicado na teoria da identidade social que comprova a importância dada pelos seres humanos à aparência e aos comportamentos relacionados à alimentação e estética como uma condição desses indivíduos se incluírem em um grupo alvo.

Com isso, os espectadores dessas mídias criam uma insatisfação corporal ao observarem tais padrões e sentem-se pressionados a atingir esses modelos, colocando suas saúdes em risco, e desenvolvendo distúrbios alimentares, como a anorexia e a bulimia, que podem aparecer de uma forma omissa para o resto da sociedade, e caso não forem

tratados trazem complicações tão graves quanto as de outras patologias, como a diabetes e a hipertensão.

Logo, ficou claro que é necessário intervir de forma específica em cada caso, seja nas formas de prevenção, ou no próprio tratamento, visto que a sociedade contemporânea tende cada vez mais a se basear em modelos pré-estabelecidos pelo mundo online e pelas grandes redes de comunicação, o que compromete drasticamente a qualidade de vida e o bem-estar físico e psicológico dessas pessoas.

REFERÊNCIAS

- MCLEAN, Sian A.; PAXTON, Susan J. Imagem corporal no contexto de transtornos alimentares. **Psychiatric clinics**, 2018. <[https://www.psych.theclinics.com/article/S0193-953X\(18\)31153-5/fulltext](https://www.psych.theclinics.com/article/S0193-953X(18)31153-5/fulltext)>. Acesso em: 03 de abril de 2020.
- GIODANO, Simona. Distúrbios alimentares e mídia. **Current opinion in psychiatry**, 2015. <<https://journals.lww.com/co-psychiatry>>. Acesso em: 03 de abril de 2020.
- HOLLAND, Grace; TIGGEMANN, Marika. Uma revisão sistemática do impacto do uso de sites de redes sociais na imagem corporal e nos resultados desordenados da alimentação. **Elsevier Ltd. All rights reserved**, 2016. <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1740144516300912>> Acesso: 03 de abril de 2020.
- LIPOWSKA, Małgorzata; LIPOWSKI, Mariusz. Narcisismo como moderador de satisfação com a imagem corporal em mulheres jovens com extremo baixo peso e obesidade. **Public Library of Science**, 2015. <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4427461/>>. Acesso em: 02 de abril de 2020.
- Intervenções psicológicas para transtornos alimentares; **Drug Ther Bull**, 2016. Disponível em <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27979882/>> . Acesso em: 02 de abril de 2020.
- DUMAS, Audrée-Anne; DESROCHES, Sophie. Uso das mídias sociais pelas mulheres: qual é a evidência sobre seu impacto no controle de peso e na imagem corporal? **Springer science+business media**, 2019. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30666619/>> . Acesso em: 24 de abril de 2020.
- MARTZ, Denise M.; ROGERS, Courtney B. Compreendendo e tratando a imagem corporal das mulheres e os distúrbios alimentares. ***Nc medical Journal***, 2016. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27864496/>> . Acesso em: 15 de abril de 2020
- SAUL, Jennifer S.; RODGERS, Rachel F. Risco de transtorno alimentar de adolescente e o mundo on-line. **Child & adolescent psychiatric clinics**, 2018. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29502748>>. Acesso em: 15 de abril de 2020.
- OLIVEIRA, Victor Hugo et al. Corpo, saúde e sociedade de consumo: a construção social do corpo saudável. **SciELO**, 2019. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/brasil/resource/pt/biblio-1043373>>. Acesso em: 16 de abril de 2020.
- BARCELLOS, Daniela Menezes Neiva; FREITAS, Ricardo Ferreira; CARVALHO, Maria Claudia da Veiga Soares. Alimentação saudável e qualidade de vida: fenômeno midiático na cidade. **Reciis**, 2016. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/brasil/resource/pt/biblio-835236>>. Acesso em; 16 de abril de 2020.