



## ANÁLISE DO IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NO DESENVOLVIMENTO E MANUTENÇÃO DE ANOREXIA NERVOSA EM MULHERES ADULTAS

### ANALYSIS OF THE IMPACT OF SOCIAL NETWORKS ON THE DEVELOPMENT AND MAINTENANCE OF ANOREXIA NERVOSA IN ADULT WOMEN

Raissa Stefane Araújo de Oliveira <sup>1</sup>  
 Greyce Kelly Avelina Gonçalves Cruciol<sup>2</sup>  
 Águida Cássia Ribeiro de Souza<sup>3</sup>

---

**Resumo:** As redes sociais passaram a ter um papel importante no cotidiano dos indivíduos e na disseminação de informações, porém a busca pelos padrões de beleza difundidos por elas, principalmente em mulheres, pode gerar a percepção distorcida da autoimagem, práticas alimentares inadequadas e contribuir para o desencadeamento de transtornos alimentares como anorexia nervosa. O presente trabalho investiga a relação entre o uso de redes sociais e o desenvolvimento e manutenção da anorexia nervosa em mulheres adultas. O estudo foi conduzido por meio de uma revisão integrativa de literatura e foram pesquisados trabalhos científicos recentes sobre a temática nos bancos de dados: Scielo, Pubmed, BVS e Google Acadêmico. Foram selecionados 21 estudos, predominantemente internacionais, que analisaram tanto qualitativa quanto quantitativamente a influência das redes sociais e anorexia nervosa. Os resultados indicaram que o uso excessivo das redes, o consumo de conteúdos de corpos idealizados, informações sem base científica e a presença em comunidades online voltadas para temática de distúrbios alimentares podem aumentar a insatisfação corporal, o sentimento de inadequação e condutas alimentares nocivas ao corpo, aumentando assim o risco de desenvolvimento e prolongação da doença. Em contrapartida, a mudança na escolha da informação consumida pode gerar uma melhor percepção na autoimagem e no comportamento alimentar. Conclui-se que apesar das redes sociais poderem desempenhar um papel significativo na perpetuação de padrões de beleza prejudiciais, no desenvolvimento e agravamento dos sintomas relacionados à anorexia nervosa, uma abordagem crítica de consumo por parte do usuário e uma

<sup>1</sup> Graduanda do curso de Nutrição – *e-mail*: raissa.s.a.oliveira@unils.com.br

<sup>2</sup> Graduanda do curso de Nutrição – *e-mail*: greyce.cruciol59@unils.com.br

<sup>3</sup> Graduanda do curso de Nutrição – *e-mail*: aguida.souza35@unils.com.br

participação ativa e ética do profissional da nutrição podem maximizar os efeitos positivos do uso das mídias sociais.

**Palavras-chave:** anorexia nervosa; redes sociais; transtornos alimentares

***Abstract:** Social media has become an important part of individuals' daily lives and the dissemination of information. However, the pursuit of beauty standards promoted by these platforms, particularly among women, can lead to a distorted perception of body image, unhealthy eating practices, and contribute to the onset of eating disorders such as anorexia nervosa. This study investigates the relationship between social media use and the development and maintenance of anorexia nervosa in adult women. The research was conducted through an integrative literature review, and recent scientific studies on the topic were searched in the databases: Scielo, Pubmed, BVS, and Google Scholar. Twenty-one studies, predominantly international, were selected, analyzing both qualitatively and quantitatively the influence of social media and anorexia nervosa. The results indicated that excessive social media use, consumption of content featuring idealized bodies, unscientific information, and participation in online communities focused on eating disorders can increase body dissatisfaction, feelings of inadequacy, and harmful eating behaviors, thereby increasing the risk of developing and prolonging the disease. On the other hand, changing the choice of consumed information can have positive effects on body image perception and eating behavior. It is concluded that although social media can play a significant role in perpetuating harmful beauty standards, in the development and worsening of symptoms related to anorexia nervosa, a critical approach to consumption by the user and active, ethical participation by nutrition professionals can maximize the positive effects of social media use.*

**Key-words:** anorexia nervosa; social media; eating disorders

## 1 INTRODUÇÃO

Ao longo dos últimos anos, as redes sociais passaram a ocupar um importante papel na difusão rápida de informações e na construção de comunidades. Cada vez mais presentes no cotidiano, elas representaram uma mudança nas relações interpessoais e em 2020 totalizaram cerca de 3,6 bilhões de usuários (Alvarenga *et al.*, 2010; Costa, 2019; Zachlod *et al.*, 2021).

Os padrões de beleza impostos, principalmente, por essas redes afetam altamente a população feminina. A busca por estes pode gerar insatisfação corporal e a percepção distorcida da autoimagem, sendo estas questões intimamente ligadas aos transtornos alimentares (Turner; Lefevre, 2017; Camargos; Lopes; Bernardino, 2020).

Esses transtornos caracterizam-se pela manifestação persistente de uma gama de comportamentos e sintomas que geram perturbação na alimentação e ocasionam prejuízo físico e psicossocial. (American Psychiatric Association, 2014). Seu nível de incidência apresenta-se maior em mulheres, podendo acometer até 17,9% no início da vida adulta em comparação a 2,4% em homens (Silén; Keski-Rahkonen, 2022).

Segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria, calcula-se que em torno de 70 milhões de pessoas sejam afetadas por esse transtorno no mundo (Brasil, 2022). Dados epidemiológicos brasileiros são escassos, contudo, em um estudo, incluindo o Brasil, com mais de 60 mil participantes, 22,3% apresentaram essa doença (López-Gil *et al.*, 2023).

Dentre os distúrbios que o termo abarca encontra-se a anorexia nervosa, com a maior taxa de mortalidade do espectro, aproximadamente 5% nos primeiros quatro anos desde o diagnóstico (Auger *et al.*, 2021). Seus sintomas são o peso corporal abaixo do normal resultante de restrição calórica, a percepção distorcida da imagem corporal e o medo exacerbado e evitação de ganho de peso (American Psychiatric Association, 2014)

Em muitos casos, nas mídias sociais, pessoas com e sem diagnóstico de anorexia nervosa estão expostas a conteúdos sobre corpo e comportamento alimentar sem embasamento científico disseminados em comunidades virtuais e por criadores de conteúdo. Por consequência, essas informações podem induzir práticas e visões nocivas ao corpo, como a comparações negativas, busca pela magreza através de dietas restritivas e utilização de medicamentos (Moraes; Santos; Leonidas, 2021; Turner; Lefevre, 2017)

Baseado nesse contexto, esse estudo busca analisar o impacto que as redes sociais podem ter no desenvolvimento e na manutenção de sintomas de anorexia nervosa em mulheres adultas.

## 2 METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de uma revisão integrativa de literatura sobre a relação das redes sociais no desenvolvimento e manutenção de anorexia nervosa em mulheres adultas. Para a construção da pergunta de pesquisa utilizou-se a estratégia PICO (população, intervenção, controle e desfecho), na qual a população foi mulheres adultas, a intervenção foi o uso das redes sociais, o grupo controle não se aplicou a essa situação e o desfecho foi o desenvolvimento e manutenção de anorexia nervosa.

Os estudos selecionados foram obtidos através das bases de dados Scielo Scientific Electronic Library Online (Scielo), Science Direct, Public Medline (Pubmed) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico. Para a sua seleção utilizou-se como palavras chaves os seguintes termos, suas variantes no plural e em inglês: rede social, Instagram, TikTok, transtorno alimentar, comportamento alimentar, anorexia e mulher, combinando-os através dos operadores booleanos AND e OR.

Aplicou-se como critérios de exclusão estudos centrados fora da faixa etária estabelecida, não relacionados com as redes sociais e com período de publicação anterior a 2019.

A pré-triagem dos artigos foi realizada através do título e resumo dos estudos e a etapa seguinte consistiu na leitura na íntegra com o intuito de avaliar se estavam em consonância com o tema proposto.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Para a realização desta revisão foram selecionados 21 estudos avaliando a relação entre redes sociais e a manutenção e o desenvolvimento de transtornos alimentares, como anorexia nervosa. A maior parte destes eram publicações internacionais (57,2%, n=12) e 9 foram publicados no Brasil.

Por ter sido verificada uma quantidade escassa de artigos relacionados a redes sociais e anorexia nervosa especificamente, optou-se pela inclusão de artigos que correlacionasse as mídias sociais com transtornos alimentares de uma forma mais geral, principalmente nos estudos que envolviam avaliação de postagens em redes sociais.

As metodologias empregadas nas análises foram tanto qualitativas quanto quantitativas e em cerca de 14 estudos (66,67%) foram realizados entrevistas e questionários, sendo a maior amostra com 778 participantes. Os demais focaram na análise temática de postagens redes sociais acerca de transtornos alimentares. As principais características dos estudos selecionados podem ser vistas na tabela 1 abaixo.

Tabela 1 - Principais características dos estudos

Autor e ano	Objetivo	Metodologia	Principais resultados
<b>MORAES, SANTOS; LEONIDAS, 2021</b>	Investigar a percepção da influência do acesso às redes sociais na manutenção dos sintomas de pessoas com transtornos alimentares	Entrevistas com 7 participantes, com diagnóstico de anorexia nervosa, em tratamento em um hospital universitário.	A análise em categorias temáticas demonstrou uma relação entre as redes sociais e a idealização do corpo perfeito, relacionando-a com o alcance da felicidade e da satisfação pessoal.
<b>AU; COSH, 2022</b>	Avaliar as motivações dos usuários para a participação em comunidades de recuperação de transtornos alimentares no Instagram	Questionário online realizado com 163 usuários, em sua maioria mulheres, com idade média de 26 anos com enfoque nas razões e percepções dos usuários de comunidades de recuperação de transtornos alimentares	Os resultados indicaram que a motivação para participação eram validação e apoio social, como alternativa para tratamento profissional e apoio externo.
<b>GOH et al., 2022</b>	Avaliar o papel das postagens no Instagram na recuperação de pessoas com transtornos alimentares	Análise qualitativa temática de 600 postagens do Instagram, com as hashtags #EDrecovery e #EatingDisorderRecovery	Na análise das postagens observou-se um predomínio de postagens sobre Alimentação (49,6%). Entre elas, encontrou-se a presença de sinais comportamentais (18%) e psicológicos (22,5%) sugestivos de transtornos alimentares. Além disso, cerca de 9,4% das postagens incentivavam a busca por ajuda profissional.
<b>HARKHOE et al., 2024</b>	Descrever o impacto das mídias sociais em jovens com anorexia nervosa grave.	Entrevistas com 11 participantes, com média de 21 anos, sobre suas experiências e opiniões sobre o impacto das redes sociais na anorexia nervosa.	As entrevistas demonstraram uma percepção de que as comunidades de recuperação em redes sociais eram um lugar para encontrar motivação e não se sentir isolado. Entretanto, as redes sociais também ajudavam na idealização de corpos não saudáveis, na competição em relação a anorexia e na facilidade de encontrar conteúdo “pró-ana”

<b>HERRICK; HALLWARD; DUNCAN, 2021</b>	Explorar o conteúdo relacionado à recuperação de transtorno alimentar criado e compartilhado na plataforma de mídia social TikTok.	Análise temática indutiva de 150 posts do TikTok catalogados sob hashtag EDrecovery	Após a interpretação dos dados em torno de cinco temas principais, verificou-se que, apesar das postagens serem relacionadas ao tratamento de transtornos alimentares, ainda existia muito conteúdo a favor desses tipos de transtornos.
<b>MARINI, 2020</b>	Avaliar a relação entre o uso do Instagram, o comportamento alimentar e imagem corporal de estudantes universitários do Rio de Janeiro.	Aplicação de questionários para 137 participantes com média de 23 anos para avaliar a frequência de uso do Instagram relacionadas, imagem corporal e comportamento alimentar	Pessoas com excesso de peso demonstraram ser o grupo mais propenso à alteração nos padrões de comportamento alimentar e pressão da mídia. Além disso, o maior uso da rede social associado à pressão da mídia e mudanças na alimentação foi apresentado pelas mulheres.
<b>MAURÍCIO, 2022</b>	Analisar o impacto das redes sociais quanto a insatisfação corporal e mudanças no comportamento alimentar em mulheres com sintomas de anorexia e bulimia nervosa	Entrevistas com 6 mulheres com média de 24 anos com sintomas de anorexia nervosa e bulimia nervosa.	Observou-se sentimentos de inadequação, distorção da autoimagem corporal e reconhecimento de que poderia ocorrer estímulo de manifestações dos sintomas de seus transtornos devido ao uso das redes sociais.
<b>ESTEVES; VERAS; SANTO, 2022</b>	Investigar o impacto do conteúdo dos influenciadores digitais no comportamento alimentar de mulheres.	Aplicação de um formulário online divulgado nas redes sociais para 88 mulheres que utilizavam e seguiam influenciadores brasileiros fitness	O estudo demonstrou que 44% relataram sentir culpa ao se alimentar, 74% julgaram seu corpo inferior em comparação com influenciadoras e 67% já modificaram seus hábitos alimentares em decorrência das dicas e dietas postadas.
<b>SILVA; PORTUGAL; NEVES, 2022</b>	Investigar o padrão de uso do Instagram, insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares entre mulheres	Coleta de dados de 217 mulheres e aplicação de questionários para avaliar padrão de uso do Instagram e a presença de comportamentos de risco alimentares (EAT-26) e a insatisfação com a imagem corporal (BSQ)	Constatou-se que o padrão de uso do Instagram está associado à insatisfação corporal e comportamentos de risco para TA.

<b>SILVA; MOREIRA, 2022</b>	Investigar conteúdos de perfis que podem ser considerados estímulos para anorexia nervosa e bulimia nervosa.	Análise qualitativa do conteúdo de perfis de redes sociais que estimulam o culto a magreza através de comportamentos alimentares inalcançáveis e prejudiciais à saúde.	Por um lado, foi observado que o Instagram tem potencial para transformar o ideal de corpos padrões e incentivar o senso crítico das pessoas quanto aos conteúdos consumidos. Entretanto, ainda há conteúdos propagados de maneira incorreta, considerados gatilhos.
<b>FUNAYAMA, 2022</b>	Identificar a relação entre a utilização do Instagram e comportamentos de risco associado ao desenvolvimento de transtornos alimentares.	Coleta e análise de dados quanto aos níveis de satisfação corporal e influência da mídia, vício e engajamento nas redes sociais para 118 mulheres com média de idade de 22 anos.	Observou-se que mulheres com um maior nível de insatisfação corporal tendem a ter vício e maior engajamento em redes sociais, podendo ser potencial risco para desenvolvimento de transtornos.
<b>MINK, 2023</b>	Avaliar efeitos da insatisfação corporal e utilização da rede social TikTok	Aplicação de questionários em 778 universitárias com média de idade de 19 anos.	Os resultados mostraram que o uso do TikTok estava indiretamente relacionado à insatisfação corporal por meio da comparação e a preocupação corporal
<b>GREENE et al., 2023</b>	Analisar as comunidades relacionadas a recuperação de transtornos alimentares.	Análise temática de 241 vídeos do TikTok com hashtags relacionadas a recuperação de transtornos alimentares, sendo elas maiores de idade	Observou-se diferenças nos conteúdos de recuperação para diferentes transtornos alimentares e isso pode moldar os significados que o indivíduo atribui ao seu transtorno, tipo de ajuda a se buscar, estratégia e expectativas de recuperação.
<b>LADWIG et al., 2024</b>	Investigar os efeitos das tendências de redes sociais de fitspiration, positividade corporal e neutralidade corporal sobre a satisfação corporal em mulheres com e sem transtornos alimentares.	Apresentação de postagens relacionadas aos temas e posterior aplicação de questionários para 382 mulheres	Os resultados apresentaram um aumento da insatisfação corporal após visualização de postagens em texto de fitspiration e diminuição após postagens de positividade corporal e neutralidade corporal.

<b>MEAN 2023</b>	<b>LARA,</b> Analisar a influência do uso de redes sociais em transtornos alimentares e a percepção do conceito de beleza.	Entrevista com 8 universitárias com diagnóstico prévio de transtorno alimentar	Mulheres que apresentaram sintomas de transtornos alimentares tiveram mais propensão a encontrar grupos ou comunidades que promovam o transtorno esse sentem influenciada a seguir esse padrão idealizado
<b>DIGEMANS; VELDHUIS; LÄHDE, 2023</b>	Investigar a relação entre mudanças comportamentais e uso de redes sociais em pessoas que apresentam ou apresentaram sintomas de os motivos de transtornos alimentares.	Aplicação de questionários para 163 participantes com média de idade de 26 anos	Os resultados obtidos demonstraram que quanto maior o sentimento de capacidade de mudar os seus comportamentos disfuncionais sobre corpo e alimentação, menor é a probabilidade do uso das redes sociais como forma de validação, mas não houve correlação significativa associada a gravidade dos sintomas.
<b>MINCEY; HOLLENBAUGH, 2022</b>	Explorar as experiências de adultos em comunidades que incitam transtornos alimentares em redes sociais	Entrevista com 12 participantes com média de idade de 23 anos quanto às suas percepções sobre a comunidade	O uso das comunidades é endossado pela identificação com ideias semelhantes, compartilhamento de experiências e menor sensação de julgamento. Entretanto, tendem a ter um alto nível de alimentação disfuncional, que é enaltecido nesse ambiente. Ademais, o sentimento de incompreensão por parte dos profissionais de saúde pode levar os indivíduos buscarem apoio nas comunidades
<b>DONDZILO; MAHALINGHAM; CLARKE, 2024</b>	Investigar o papel das redes sociais em casos de transtornos alimentares	Aplicação de questionários e sessões de teste em um grupo de 75 participantes.	O grupo de participantes que foi designado para suspender o uso de redes sociais por um período apresentou redução nos sintomas de transtorno alimentar quando comparado ao grupo que manteve o uso.
<b>RIBEIRO, 2023</b>	Entender a influência das redes sociais, sua relação com o desenvolvimento de	Análise de artigos de 2001 a 2023 sobre a temática	Foi observado o impacto significativo e negativo das redes sociais na insatisfação corporal, que pode ocasionar comportamentos alimentares prejudiciais.

---

	transtornos alimentares e o papel da nutrição		
<b>LOOKINGBIL; MOHAMMADI; CAI, 2023</b>	Determinar a abordagem e o envolvimento do usuário em vídeos no TikTok sobre transtornos alimentares. compartilhamento de vídeos curtos	Análise através de temas e engajamento dos usuários de 200 vídeos do TikTok relacionados a transtornos alimentares	A partir do conteúdo analisado, constatou que 62% tinham conteúdo predominante favorável a recuperação, 29,5% incluíam incitação ao transtorno alimentar e 8,5% retratavam conteúdo contrário aos transtornos alimentares.
<b>VIANA <i>et al.</i>, 2022</b>	Entender a relação entre as mídias sociais e a ocorrência de transtornos alimentares.	Análise qualitativa e exploratória de artigos que abordavam o tema.	Além do descontentamento com o próprio corpo que pode ser gerado pelo alto consumo de redes sociais, os autores ainda ressaltam que dietas “milagrosas”, com alta privação calórica não se sustentam a longo prazo e podem resultar em consequências clínicas e psicológicas como o desenvolvimento de transtornos alimentares.

---

A partir dos estudos selecionados, foi possível identificar fatores relevantes para a compreensão da relação da anorexia nervosa e as redes sociais, considerando tanto pessoas diagnosticadas quanto não diagnosticadas. Alguns dos fatores incluem o conteúdo consumido, tempo dedicado às mídias sociais e a participação em comunidades online (MORAES; Santos; Leonidas, 2021; Harkhoe *et al.*, 2024; Digemans; Veldhuis; Lähde, 2023)

O estudo de Marini (2020) revelou que indivíduos sem diagnóstico de transtorno alimentar que usavam as redes sociais de forma excessiva apresentaram um aumento no descontrole alimentar. Em paralelo, Funayama (2022) demonstrou que esse padrão propicia um maior engajamento nas redes sociais, além de elevar os níveis de insatisfação corporal.

O mesmo comportamento também foi observado em pessoas com diagnóstico de anorexia nervosa, Moraes, Santos e Leonidas (2021) identificaram que 75% dos participantes apresentaram um aumento significativo na insatisfação e comparação corporal após o uso de redes sociais.

Uma estratégia para avaliar esse fenômeno foi conduzida por Dondzilo, Mahalingham e Clarke (2024) que demonstraram que a redução em cerca de 76% do uso das redes sociais resultou na diminuição significativa dos sintomas do transtorno alimentar, em comparação ao grupo sem restrições de acesso. Entretanto Digemans, Veldhuis e Lähde (2023) sustentam que o uso exacerbado não seria necessariamente prejudicial para o tratamento e que a principal influência negativa está relacionada ao conteúdo consumido.

Quanto ao tipo de conteúdo, a excessiva exposição a corpos magros idealizados, frequentemente promovidos por influenciadores e celebridades, têm um impacto significativo, gerando comparações negativas e inadequação com o próprio corpo (Mink, 2023).

Maurício (2022) ainda ressalta que, embora as participantes compreendam que o conteúdo compartilhado muitas vezes pode ser falso ou modificado, esses sentimentos permanecem devido ao consumo intenso. Corroborando com essa situação, Ladwig *et al.* (2024) encontraram evidências de que a visualização de imagens e vídeos de conteúdo fitness ("fitspiration"), que muitas vezes idealizam corpos, gerou uma elevação no nível de insatisfação corporal, enquanto postagens de positividade corporal estiveram associadas a uma redução do descontentamento.

Outro aspecto a ser considerado no conteúdo é a disseminação de informações alimentares sem comprovação científica, como dicas e dietas restritivas da moda, por influenciadores digitais (Silva; Portugal; Neves, 2022; Silva; Moreira, 2022). A pesquisa realizada por Esteves, Veras e Santos (2022) revelou que uma determinada dica sem fundamento científico alcançou 69% das participantes, das quais mais da metade implementou

a recomendação. Além disso, 44% delas relataram que sentiam culpa ao comer por receio de engordar.

Além do consumo de forma passiva, os usuários de redes sociais também interagem ativamente, como por exemplo por meio de comunidades online (Mean Lara, 2022). Nesses grupos, as pessoas em recuperação de anorexia nervosa se reúnem para compartilhar experiências, buscar validação, receber apoio social e encontrar motivação para o tratamento (Au; Cosh, 2022; Harkhoe *et al.*, 2024).

Contudo, devido à ausência de moderação adequada, ocorre uma mescla de informações que pode prejudicar o processo de recuperação do indivíduo (Goh *et al.*, 2022). Entre elas, destacam-se as postagens “pró-ana”, que fomentam a idealização de corpos não saudáveis e incentivam a competição de práticas alimentares disfuncionais (Herrick; Hallward; Duncan, 2021).

Ademais, Greene *et al.* (2023) discorre que a presença nas comunidades pode moldar e influenciar as expectativas e a maneira como a pessoa encara o tratamento. Considerando ainda que muitos de seus participantes as utilizam até como uma alternativa para o tratamento profissional, especialmente após experiências negativas com profissionais de saúde (Harkhoe *et al.*, 2024; Mincey; Hollenbaugh, 2022).

Nesse contexto, Lookingbil, Mohammadi e Cai (2023) reconhecem a necessidade de adequação da abordagem profissional quanto à comunicação online sobre transtornos como anorexia nervosa, uma vez que redes podem ser um meio de propagação de desinformação.

A presença ativa do nutricionista nas redes sociais pode ajudar na prevenção do desenvolvimento do transtorno e no suporte educacional. Através da identificação e conscientização dos usuários acerca do risco de hábitos alimentares prejudiciais à saúde, combate a informações falsas e promoção de uma visão crítica em relação ao consumo nas redes (Ribeiro, 2023)

Por fim, é essencial que seja enfatizado a importância do acompanhamento nutricional individualizado e do tratamento de anorexia nervosa feito de forma multiprofissional, que tem entre outros como objetivo mitigar comportamentos alimentares inadequados do paciente e melhorar a relação com alimentação e corpo. Ressalta-se que as informações compartilhadas por profissionais nas redes sociais devem ser vistas como um apoio complementar, e não como um substituto ao tratamento adequado. (Viana *et al.*, 2022; Ribeiro, 2023)

Deve conter o objeto de estudo, isto é, a apresentação da pesquisa realizada. Se for um Estudo de Caso, por exemplo, deve-se discorrer sobre o caso, a empresa investigada, o que se verificou para se chegar nos resultados.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo buscou investigar a relação entre as redes sociais e a anorexia nervosa em mulheres adultas. Os resultados permitiram compreender a influência que as redes sociais podem ter no comportamento alimentar e na autoimagem corporal de mulheres com e sem diagnóstico de anorexia nervosa.

A redução do uso das redes sociais pode atenuar os sintomas da anorexia nervosa bem como a insatisfação corporal em pessoas não diagnosticadas. Embora o tipo de conteúdo consumido tenha sido apresentado também como um fator de suma importância, desencadeando sentimentos negativos quando focados em desinformação alimentar e propagação de corpos idealizados e positivos quando eram a acerca de positividade ou neutralidade corporal.

Além disso, a participação em comunidades online de voltadas para recuperação de pessoas com anorexia nervosa por muitas vezes carecerem de moderação adequada podem agravar o quadro clínico e dificultar o processo de recuperação.

Diante disso, a atuação de nutricionistas nas redes sociais é crucial, no sentido de conscientizar, informar e disseminar uma reflexão acerca dos tipos de postagens consumidas, sendo essa uma estratégia que pode ser aplicada para a prevenção da anorexia nervosa. Isso também pode ser utilizado como forma de apoio ao tratamento individualizado e multiprofissional de anorexia nervosa, que é indispensável.

Portanto, observa-se que a relação entre as redes sociais e a anorexia nervosa é multifacetada. Essas plataformas podem oferecer oportunidades para apoio, educação e compartilhamento de experiências, mas também têm o potencial de propagar padrões de beleza irrealistas e informações falsas. O impacto das redes pode ser negativo, dependendo do uso e da natureza do conteúdo acessado, ou positivo, quando usadas de forma crítica e estratégica, possibilitando o apoio ao manejo da anorexia nervosa e promoção da saúde mental e física de forma eficaz

#### REFERÊNCIAS

ALVARENGA, Marle dos Santos *et al.* Influência da mídia em universitárias brasileiras de diferentes regiões. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro, v. 59, n. 2, p. 111-118, 2010.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 31-86.

AUGER, Nathalie *et al.* Anorexia nervosa and the long-term risk of mortality in women. *World Psychiatry : Official Journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, Outubro, 2021.

AU, Emily S.; COSH, Suzanne M. Social media and eating disorder recovery: An exploration of Instagram recovery community users and their reasons for engagement. *Eating Behaviors*, v. 46, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Mais de 70 milhões de pessoas no mundo possuem algum distúrbio alimentar**. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/mais-de-70-milhoes-de-pessoas-no-mundo-possuem-algum-disturbio-alimentar>.

CAMARGOS, Samara Pereira da Silva; LOPES, Renata Ferrarez Fernandes; BERNARDINO, Leonardo Gomes. Terapia cognitivo-comportamental multicomponente para adolescentes com transtorno alimentar: um estudo de caso. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, Ribeirão Preto, v. 16, n. 2, p. 114-121, 2020.

COSTA, Muana Lucena da. **Associação entre o uso de mídias sociais e comportamento alimentar, percepção e checagem corporal**. 2018. 51 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Santa Cruz, 2018.

DINGEMANS, Alexandra E.; VELDHUIS, Jolanda; LÄHDE, Irene. Motives for using social networking sites: a uses & gratifications perspective amongst people with eating disorder symptoms. *J Eat Disord*, dezembro 2023.

DONDZILO, Laura; MAHALINGHAM, Tamsin; CLARKE, Patrick J. F. A preliminary investigation of the causal role of social media use in eating disorder symptoms. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 2024.

ESTEVES, Nathalia Oliveira; VERAS, Rebeca de Souza; SANTOS, Ana Cristina de Castro Pereira. Redes Sociais: O impacto de influenciadores brasileiros no comportamento alimentar de mulheres. *Research, Society and Development*, 2022.

FUNAYAMA, Stephanie Popoff Scheidemantel Britto. **A relação do uso do Instagram como comportamento de risco associado aos transtornos alimentares em mulheres adultas**. Relatório Final de Pesquisa de Iniciação Científica Apresentado à Assessoria de Pós-Graduação e Pesquisa. 2022.

GOH, Aaron Qi Yang *et al.* #EatingDisorderRecovery: a qualitative content analysis of eating disorder recovery-related posts on Instagram. *Eat Weight Disord.*, v. 27, n. 4, p. 1535-1545, maio 2022.

GREENE, Amanda. K. *et al.*. Visions of recovery: a cross-diagnostic examination of eating disorder pro-recovery communities on TikTok. *J Eat Disord.*, v. 11, n. 1, p. 109, jul. 2023.

HARKHOE, Michael. A. *et al.* **De impact van sociale media op anorexia nervosa** [The impact of social media on youths with anorexia nervosa]. *Ned Tijdschr Geneesk.*, 2024.

HERRICK, Shannon S C.; HALLWARD, Laura; DUNCAN, Lindsay R. "This is just how I cope": An inductive thematic analysis of eating disorder recovery content created and shared on TikTok using #EDrecovery. *Int J Eat Disord.*, 2021.

LADWIG, Gritt *et al.* Risks and benefits of social media trends: The influence of "fitspiration", "body positivity", and text-based "body neutrality" on body dissatisfaction and affect in women with and without eating disorders. **Body Image**, set. 2024.

LOOKINGBILL, Valerie; MOHAMMADI, Ehsan; CAI, Yizhou. **Assessment of Accuracy, User Engagement, and Themes of Eating Disorder Content in Social Media Short Videos.** JAMA Netw Open, 2023.

LÓPEZ-GIL, José Francisco *et al.* Global proportion of disordered eating in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. **JAMA pediatrics**, 2023.

MARINI, Mariana Alves. **O uso do Instagram relacionado com comportamento alimentar e imagem corporal de universitários.** Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em nutrição) - Universidade Federal do Rio de Janeiro, Macaé, 2020.

MEAN LARA, Jonathan Fernando. **Influencia de las redes sociales en estudiantes diagnosticados con anorexia y bulimia nerviosa de una universidad privada de Quito, 2021-2022.** Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em psicologia) - Universidade Politécnica Salesiana, Equador. 2023

MINCEY, Kimberlee A.; HOLLENBAUGH, K Michelle Hunnicutt. Exploring the Experiences of People who Engage with Pro-eating Disorder Online Media: A Qualitative Inquiry. **Int J Adv Couns.**, 2022.

MINK, Danielle Leigh. **TikTok Use and Body Dissatisfaction: Examining Direct, Indirect, and Moderated Relations.** PhD diss., University of Tennessee, 2023.

MORAES, Raquel Borges; SANTOS, Manoel Antônio; LEONIDAS, Carolina. Repercussões do acesso às redes sociais em pessoas com diagnóstico de anorexia nervosa. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 21, n. 3, p. 1178-1199, 2021.

RIBEIRO, Tatiana Beich Coelho. **Relação entre nutrição, transtornos alimentares e a influência das redes sociais.** Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Centro Universitário Presidente Antônio Carlos – UNIPAC, Juiz de Fora, 2023.

SILÉN, Yasmina; KESKI-RAHKONEN, Anna. Worldwide prevalence of DSM-5 eating disorders among young people. **Curr Opin Psychiatry**. 2022.

SILVA, Diovana Conte Da; MOREIRA, Luciene Correa De Miranda. A influência do Instagram na anorexia e na bulimia nervosa. **Cadernos de Psicologia**, Juiz de Fora, v. 4, n. 8, p. 46-71, jul./dez. 2022.

SILVA, Sarah Emanuelle Almeida Fontes da; PORTUGAL, Mariana Ribeiro Costa; NEVES, Alden dos Santos. **A influência do Instagram entre mulheres no comportamento alimentar e insatisfação corporal: resultados finais.** Congresso Brasileiro de Ciências e Saberes Multidisciplinares, 2022.

TURNER, Pixie G.; LEFEVRE, Carmen. E. Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa. **Eating and Weight Disorders: Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 22, n. 2, p. 277-284, 2017.

VIANA, Bárbara Scoralick *et al.* Redes sociais e os transtornos alimentares: o papel do nutricionista. **Revista De Trabalhos Acadêmicos** – Centro Universo Juiz De Fora, nº 16,

2022.

ZACHLOD, Cécile *et al.* Analytics of social media data—State of characteristics and application. **Journal of Business Research**, v. 144, p. 1064-1076, 2022.