

COMPORTAMENTO ALIMENTAR E USO DAS REDES SOCIAIS: A INFLUÊNCIA SOBRE IMAGEM CORPORAL E HÁBITOS ALIMENTARES

EATING BEHAVIOR AND SOCIAL MEDIA USE: THE INFLUENCE ON BODY
IMAGE AND EATING HABITS

Ciências Humanas, Ciências da Saúde • 06/10/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/791126204](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/791126204)

Ana Cristina Pinheiro da Silva¹

Caroline Feitosa Lira²

Yollanda Kathellen de Lima³

Nayara Silva de Oliveira⁴

Ronildo Oliveira Figueiredo⁵

RESUMO

As redes sociais exercem influência sobre a alimentação e a percepção da imagem corporal. Este estudo teve como objetivo analisar a influência das redes sociais sobre a imagem corporal e os hábitos alimentares dos indivíduos. Foi realizada uma Revisão Integrativa da Literatura, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, com análise de 10 estudos publicados entre 2021 e 2025. Os resultados demonstraram que a exposição a padrões estéticos e conteúdos relacionados à alimentação pode favorecer comparações, insatisfação corporal e mudanças no comportamento alimentar. Observou-se que a exposição frequente a corpos idealizados pode aumentar a preocupação com a aparência e estimular a busca por padrões estéticos divulgados nas plataformas digitais. Os estudos também apontaram relações entre o uso das redes sociais, baixa autoestima e maior vulnerabilidade a comportamentos alimentares inadequados. Mulheres, adolescentes e jovens adultos destacaram-se entre os grupos mais suscetíveis às influências relacionadas à imagem corporal e à alimentação. Nesse contexto, a educação alimentar e nutricional pode contribuir para o desenvolvimento de uma percepção mais crítica sobre os conteúdos consumidos no ambiente digital. Dessa forma, destaca-se a importância do uso consciente das redes sociais e de ações de educação alimentar e nutricional.

Palavras-chave: Redes Sociais; Imagem Corporal; Comportamento Alimentar; Alimentação.

ABSTRACT

Social media influences eating habits and body image perception. This study aimed to analyze the influence of social media on individuals' body image and eating habits. An Integrative Literature Review was conducted using a descriptive and qualitative approach,

analyzing 10 studies published between 2021 and 2025. The results showed that exposure to aesthetic standards and food-related content may contribute to social comparisons, body dissatisfaction, and changes in eating behavior. Frequent exposure to idealized bodies may increase concerns about appearance and encourage the pursuit of aesthetic standards promoted on digital platforms. The studies also indicated associations between social media use, low self-esteem, and greater vulnerability to unhealthy eating behaviors. Women, adolescents, and young adults were among the groups most susceptible to influences related to body image and eating habits. In this context, food and nutrition education may contribute to the development of a more critical perception of the content consumed in the digital environment. Therefore, the importance of conscious social media use and food and nutrition education initiatives is emphasized.

Keywords: Social Media; Body Image; Eating Behavior; Food.

1. INTRODUÇÃO

As redes sociais passaram a ocupar um espaço significativo na vida cotidiana, especialmente entre adolescentes e adultos jovens, influenciando formas de comunicação, entretenimento e acesso à informação (Brito et al., 2025). Nesse ambiente, conteúdos relacionados à alimentação, estética, saúde e atividade física são compartilhados diariamente, tornando esses temas cada vez mais presentes na experiência digital (Pereira, 2020).

O comportamento alimentar não é determinado apenas pela fome ou pelas necessidades fisiológicas do organismo, aspectos emocionais, culturais, sociais e ambientais também participam da

construção das escolhas alimentares ao longo da vida (Silva; Portugal; Neves, 2022).

Nesse sentido, as redes sociais acrescentam um novo elemento a esse processo, pois permitem o contato frequente com diferentes padrões alimentares, recomendações nutricionais e estilos de vida que podem ser incorporados ou rejeitados pelos usuários (Lopes et al., 2024).

Entre os conteúdos mais visualizados estão aqueles que apresentam corpos considerados ideais, rotinas alimentares restritivas, dietas para emagrecimento e estratégias voltadas à transformação da aparência (Cruz; Campos; Costa, 2023).

A repetição dessas imagens pode favorecer comparações entre o corpo real e padrões estéticos divulgados no ambiente virtual, para algumas pessoas, essa comparação pode gerar insatisfação corporal e aumentar a preocupação com peso, aparência e alimentação (Rosa; Pereira; Souza, 2024).

A imagem corporal está relacionada à forma como cada indivíduo percebe, interpreta e avalia o próprio corpo, quando essa percepção é influenciada por padrões estéticos pouco realistas ou pela comparação frequente com outras pessoas, podem surgir sentimentos de inadequação e insatisfação (Nobre et al., 2025).

As redes sociais podem intensificar esse processo devido à facilidade de edição de imagens, seleção de conteúdos e exposição de versões idealizadas da aparência e do cotidiano (Siqueira; Monteiro, 2025).

Da mesma forma, a influência digital pode alcançar diretamente os hábitos alimentares, vídeos, publicações e recomendações de

influenciadores podem estimular tanto escolhas consideradas saudáveis quanto comportamentos alimentares inadequados, dependendo da qualidade das informações apresentadas (Manfrin; Santos, 2025).

Dietas da moda, restrições alimentares sem orientação profissional e promessas de resultados rápidos podem modificar a relação do indivíduo com a comida e favorecer práticas que nem sempre correspondem às suas necessidades nutricionais (Brito et al., 2025).

Por outro lado, as redes sociais também podem desempenhar um papel positivo na promoção da saúde quando utilizadas para disseminar informações confiáveis e acessíveis (Silva; Portugal; Neves, 2022).

Conteúdos produzidos por profissionais qualificados podem estimular uma alimentação equilibrada, combater informações falsas e ampliar o conhecimento da população sobre nutrição (Cruz; Campos; Costa, 2023). Dessa forma, o impacto das plataformas digitais não será necessariamente negativo, estando relacionado também ao tipo de conteúdo consumido e à forma como ele é interpretado (Pereira, 2020).

A relação entre comportamento alimentar, imagem corporal e redes sociais, portanto, apresenta diferentes dimensões e não pode ser compreendida apenas pela quantidade de tempo que uma pessoa permanece conectada (Lopes et al., 2024).

O tipo de conteúdo acompanhado, a frequência da exposição, a identificação com determinados padrões estéticos e a capacidade de avaliar criticamente as informações recebidas podem influenciar a maneira como os usuários se relacionam com o próprio corpo e

com a alimentação (Silva; Portugal; Neves, 2022). Compreender essa dinâmica torna-se relevante diante da crescente presença das plataformas digitais na rotina da população (Lopes et al., 2024).

Diante desse contexto, torna-se importante analisar como o ambiente das redes sociais pode participar da construção de percepções corporais e comportamentos alimentares, considerando tanto os possíveis riscos quanto as oportunidades de promoção da saúde. Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar a influência do uso das redes sociais sobre o comportamento alimentar e a imagem corporal, considerando suas possíveis repercussões na formação e na manutenção dos hábitos alimentares.

2. METODOLOGIA

O presente estudo foi desenvolvido por meio de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL), de caráter descritivo e abordagem qualitativa, com o objetivo de reunir informações científicas sobre a relação entre alimentação, imagem corporal e redes sociais. A escolha desse método permitiu conhecer diferentes estudos sobre a influência dos conteúdos publicados nas plataformas digitais sobre a percepção corporal e os hábitos alimentares. A revisão foi organizada em etapas, incluindo a definição do tema, a busca dos estudos, a seleção das publicações, a análise das informações e a apresentação dos resultados.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e MEDLINE/PubMed. Para localizar os estudos, foram utilizadas as

palavras-chave “alimentação”; “imagem corporal” e “redes sociais”; juntamente com seus correspondentes em inglês; Os termos foram combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR; buscando identificar publicações relacionadas ao tema proposto.

Como questão norteadora, foi utilizada a seguinte pergunta: “Como o uso das redes sociais influencia a imagem corporal e os hábitos alimentares dos indivíduos?”. A partir dessa questão, foram selecionados estudos que discutiram a relação entre o consumo de conteúdos nas redes sociais, a percepção do próprio corpo e possíveis mudanças no comportamento alimentar.

Foram incluídos artigos científicos publicados entre 2021 e 2025, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês ou espanhol e que apresentaram relação direta com o tema. Foram priorizados estudos que abordaram a influência das redes sociais sobre a imagem corporal, as escolhas alimentares, o comportamento alimentar ou a percepção estética. Ao final da seleção, foram utilizados 10 artigos científicos considerados mais relevantes para responder à questão norteadora

Foram excluídos artigos duplicados entre as bases de dados, estudos cujo título ou resumo não apresentou relação com o tema, publicações sem texto completo disponível e trabalhos que não abordaram a relação entre redes sociais, imagem corporal ou alimentação. Também foram excluídas monografias, dissertações, teses, editoriais, cartas ao editor, resumos de eventos e publicações fora do período ou dos idiomas definidos.

Após a busca, os estudos encontrados foram organizados e as publicações duplicadas foram retiradas. Em seguida, foram

analisados os títulos e resumos para verificar a relação com o objetivo da pesquisa. Os artigos considerados pertinentes foram lidos integralmente e, posteriormente, foram selecionados os 10 estudos que apresentaram maior contribuição para a discussão proposta

Por fim, as informações dos estudos selecionados foram analisadas de forma qualitativa e descritiva. Foram observados os principais resultados relacionados à influência das redes sociais sobre a percepção corporal, a insatisfação com a aparência e os hábitos alimentares. Os achados foram comparados entre os estudos, permitindo identificar aspectos semelhantes e divergentes e compreender de maneira mais clara como o ambiente digital participou da construção da relação dos indivíduos com o corpo e com a alimentação.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, foram selecionados 10 estudos que apresentaram maior relação com a temática proposta. Os artigos selecionados abordaram diferentes aspectos relacionados à influência das redes sociais sobre a imagem corporal e o comportamento alimentar, envolvendo diferentes públicos e contextos. Para facilitar a organização e a compreensão dos achados, os estudos foram caracterizados quanto aos autores, objetivos, métodos e principais resultados, conforme apresentado na Tabela 1.

Tabela 1. Organização dos estudos relacionados com a temática desse trabalho.

Autores	Objetivos	Métodos	Resultados
Brito et al (2025)	Avaliar a influência da pandemia no uso da internet e sua associação com o comportamento alimentar e a imagem corporal de adultos.	Estudo epidemiológico, observacional e transversal	Houve aumento do uso da internet e mudanças no comportamento alimentar durante a pandemia. O consumo de alimentos não saudáveis aumentou em 59% dos participantes, enquanto 74% relataram influência dos conteúdos digitais sobre a maneira como percebiam o próprio corpo. Entre estes, 73% consideraram essa influência negativa e 88% apresentaram insatisfação corporal.
Lopes et al (2024)	Identificar as influências das mídias digitais na percepção da imagem corporal e sua relação com o desenvolvimento de transtornos alimentares.	Revisão integrativa da literatura	As redes sociais favoreceram a exposição a padrões estéticos considerados inatingíveis, estimulando comparações e insatisfação corporal. A exposição frequente a corpos idealizados em plataformas digitais esteve relacionada a expectativas irreais sobre o corpo e maior vulnerabilidade a comportamentos associados aos transtornos alimentares.
Cruz, Campos e	Avaliar a percepção de satisfação com a	Estudo transversal e descritivo	Identificou-se algum grau de insatisfação corporal em 52% da

Costa (2023)	imagem corporal e o comportamento alimentar e verificar sua relação com a autoestima de adultos.		amostra e baixa autoestima em 88,6%. Entre os participantes com baixa autoestima, 26,6% apresentaram maior risco para transtornos alimentares. A insatisfação corporal foi mais evidente entre as mulheres.
Silva, Portugal e Neves (2022)	Investigar o padrão de uso do Instagram, a insatisfação corporal e o risco de transtornos alimentares entre mulheres.	Estudo transversal observacional	O padrão de uso do Instagram apresentou associação com insatisfação corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares. Os resultados indicaram influência da plataforma sobre os hábitos alimentares e a percepção do padrão corporal das participantes.
Siqueira e Monteiro (2025)	Avaliar o impacto das redes sociais no comportamento alimentar de mulheres adultas.	Estudo transversal, de abordagem qualitativa	Cerca de 42,6% das participantes relataram mudanças nos hábitos alimentares motivadas pelas redes sociais e 68,4% apresentaram sintomas relacionados a transtornos alimentares. Além disso, 47,1% comparavam-se com figuras públicas e 45,8% relataram frustração diante de corpos idealizados.

Rosa, Pereira e Souza (2024)	Avaliar a influência das mídias e redes sociais sobre o comportamento alimentar de adolescentes e discutir o papel do nutricionista na educação nutricional como estratégia preventiva.	Revisão bibliográfica narrativa	A exposição às mídias sociais mostrou-se relacionada à insatisfação e à distorção da imagem corporal, podendo estimular adolescentes a adotarem hábitos alimentares prejudiciais na tentativa de alcançar padrões estéticos. A educação alimentar e nutricional foi apontada como estratégia importante de prevenção.
Nobre et al. (2025)	Investigar a influência do Instagram e TikTok na percepção da autoimagem feminina e nos fatores de risco para transtornos alimentares em mulheres adultas jovens brasileiras.	Estudo transversal e quantitativo	Os resultados indicaram associação entre o uso das redes sociais, a busca por padrões estéticos, a pressão relacionada à autoimagem, a insatisfação corporal e mudanças nos hábitos alimentares. Instagram e TikTok apresentaram influência relevante na forma como as participantes percebiam seus corpos.
Manfrin e Santos (2025)	Compreender como conteúdos e interações presentes nas redes sociais influenciam os padrões e comportamentos alimentares de jovens adultos,	Revisão integrativa da literatura	Os estudos analisados apontaram que plataformas como Instagram e TikTok participam da construção de hábitos e ideais estéticos. A exposição a conteúdos relacionados ao corpo ideal e à alimentação

	com enfoque na ortorexia e vigorexia.		considerada perfeita pode favorecer comportamentos alimentares disfuncionais e características associadas à ortorexia e vigorexia.
Nunes et al. (2024)	Analisar a influência das redes sociais na distorção da imagem corporal.	Revisão de literatura de abordagem qualitativa	Verificou-se influência das redes sociais na distorção da imagem corporal. A pressão decorrente dos padrões de beleza difundidos no ambiente digital esteve relacionada à insatisfação corporal e a comportamentos alimentares inadequados, além de possíveis repercussões como transtornos alimentares, ansiedade e depressão.
Severo e Tenório (2021)	Discutir a influência das mídias sociais e do uso das redes sociais na satisfação e insatisfação com a imagem corporal durante a adolescência.	Revisão da literatura	Os adolescentes mostraram-se particularmente vulneráveis aos padrões corporais disseminados pelas redes sociais. A exposição a conteúdos que valorizam a busca pelo corpo considerado perfeito apresentou influência sobre a insatisfação corporal e foi apontada como fator de risco para uma percepção negativa do próprio corpo.

A partir da pesquisa de Brito et al., (2025), observou-se que o aumento do uso da internet esteve relacionado a mudanças no comportamento alimentar e na percepção da imagem corporal, especialmente diante da maior exposição aos conteúdos disponíveis no ambiente digital. De acordo com Lopes et al., (2024), as redes sociais ampliaram a exposição dos indivíduos a padrões estéticos frequentemente idealizados, favorecendo comparações entre a própria aparência e as imagens apresentadas nas plataformas digitais.

Essa comparação pode contribuir para sentimentos de insatisfação corporal e para a busca por mudanças na alimentação como forma de alcançar um padrão físico valorizado socialmente, aumentando a preocupação com a aparência e a vulnerabilidade a comportamentos alimentares inadequados (Brito et al., 2025).

A presença de insatisfação corporal e baixa autoestima entre os participantes, além de maior risco de alterações no comportamento alimentar em determinados grupos, evidenciando que a percepção negativa do próprio corpo pode repercutir na maneira como o indivíduo se relaciona com a alimentação (Cruz; Campos; Costa, 2023).

A partir dos resultados apresentados por Silva, Portugal, e Neves (2022), verificou-se que o Instagram pode exercer influência sobre a percepção corporal e o comportamento alimentar de mulheres, principalmente devido ao contato frequente com conteúdos relacionados à aparência, alimentação e padrões estéticos. De acordo com Siqueira e Monteiro (2025), a influência das redes sociais sobre o público feminino também foi percebida por meio de mudanças nos hábitos alimentares, comparações com figuras

públicas e sentimentos de frustração diante de corpos considerados ideais.

Segundo Rosa, Pereira e Souza (2024), a exposição dos adolescentes a conteúdos relacionados ao corpo e à alimentação pode favorecer insatisfação corporal e práticas alimentares prejudiciais, tornando a educação alimentar e nutricional uma estratégia relevante para desenvolver uma relação mais consciente com os conteúdos consumidos nas mídias.

Nesse sentido, Nobre et al., (2025) identificaram que plataformas como Instagram e TikTok participam da construção da percepção da autoimagem de mulheres brasileiras e podem estar relacionadas à pressão pela adequação a determinados padrões estéticos.

Corroborando esses resultados, Manfrin e Santos (2025) apontaram que as redes sociais também podem contribuir para a valorização excessiva de comportamentos relacionados à alimentação considerada saudável e à busca por um corpo musculoso ou esteticamente idealizado. A exposição repetida a conteúdos sobre dietas, exercícios, alimentação e padrões físicos pode favorecer comportamentos rígidos e preocupações excessivas com alimentação e aparência, aspectos relacionados à ortorexia e à vigorexia entre jovens adultos (Cruz; Campos; Costa, 2023).

De acordo com Nunes et al., (2024), a influência das redes sociais sobre a imagem corporal também pode ocorrer por meio da reprodução constante de padrões de beleza que nem sempre correspondem às características corporais da maioria da população. Enquanto diferentes faixas etárias podem ser afetadas pelos conteúdos digitais, Severo e Tenório (2021) ressaltaram a

vulnerabilidade dos adolescentes diante da valorização de determinados padrões corporais nas mídias sociais.

A adolescência representa um período marcado por transformações físicas e pela construção da identidade, tornando a exposição constante a imagens de corpos idealizados um elemento capaz de contribuir para comparações, insatisfação com a aparência e percepção negativa da própria imagem corporal (Cruz; Campos; Costa, 2023).

Além da exposição aos padrões estéticos, a comparação social apresentou-se como um aspecto importante na relação entre redes sociais e imagem corporal, visto que mulheres relataram comparações com figuras públicas e sentimentos de frustração diante de corpos considerados ideais (Siqueira; Monteiro, 2025). De maneira semelhante, a pressão relacionada à autoimagem e a busca pela adequação aos padrões estéticos foram observadas entre mulheres adultas jovens que utilizavam Instagram e TikTok (Nobre et al., 2025). Esses achados também se aproximam dos resultados que relacionaram a exposição frequente aos corpos idealizados com expectativas irreais sobre a aparência e maior vulnerabilidade à insatisfação corporal (Lopes et al., 2024).

Outro aspecto relevante envolveu a relação entre autoestima, percepção corporal e comportamento alimentar, considerando que a baixa autoestima esteve presente juntamente com a insatisfação corporal e maior risco para transtornos alimentares em parte dos indivíduos avaliados (Cruz; Campos; Costa, 2023). Em comparação, o padrão de utilização do Instagram também apresentou associação com insatisfação corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares entre mulheres (Silva; Portugal; Neves,

2022). Dessa maneira, a influência dos conteúdos digitais pode ultrapassar a preocupação exclusivamente estética e alcançar a relação estabelecida pelo indivíduo com a alimentação e com a própria imagem corporal (Nunes et al., 2024).

Em relação às diferentes faixas etárias, os adolescentes demonstraram maior vulnerabilidade diante da valorização de determinados padrões corporais disseminados pelas redes sociais, especialmente em uma fase marcada pela construção da identidade e da percepção do próprio corpo (Severo; Tenório, 2021). Entre mulheres adultas jovens, por sua vez, Instagram e TikTok também apresentaram influência relevante sobre a autoimagem, pressão estética e mudanças relacionadas aos hábitos alimentares (Nobre et al., 2025). Apesar das diferenças entre os públicos analisados, a exposição aos conteúdos relacionados à aparência mostrou-se associada à insatisfação corporal e à adoção de práticas alimentares prejudiciais na tentativa de alcançar padrões estéticos socialmente valorizados (Rosa; Pereira; Souza, 2024).

Quanto ao comportamento alimentar, o aumento do uso da internet esteve relacionado a mudanças na alimentação e na percepção da imagem corporal, demonstrando que a maior exposição aos conteúdos digitais pode interferir na maneira como os indivíduos se relacionam com a comida (Brito et al., 2025). Em outra perspectiva, conteúdos voltados à alimentação considerada perfeita e à busca por um corpo musculoso ou idealizado foram relacionados a comportamentos alimentares disfuncionais e características associadas à ortorexia e à vigorexia (Manfrin; Santos, 2025). Esses resultados reforçam que a influência das redes sociais sobre a alimentação pode apresentar diferentes manifestações, incluindo mudanças nos hábitos alimentares e preocupações excessivas

relacionadas ao corpo, à alimentação e à aparência (Siqueira, Monteiro, 2025).

Diante desses resultados, a educação alimentar e nutricional apresentou-se como uma estratégia relevante para prevenir práticas alimentares prejudiciais e favorecer uma relação mais consciente com os conteúdos consumidos nas mídias sociais, principalmente entre adolescentes (Rosa, Pereira e Souza, 2024). Essa necessidade torna-se ainda mais evidente diante da associação entre exposição aos padrões de beleza, insatisfação corporal e comportamentos alimentares inadequados identificada nos estudos sobre a influência das plataformas digitais (Nunes et al., 2024).

Portanto, os estudos analisados demonstraram que as redes sociais podem exercer influência significativa sobre a construção da imagem corporal e sobre o comportamento alimentar, principalmente por meio da exposição a padrões estéticos, comparação social e valorização de determinados tipos de corpo e práticas alimentares (Nobre et al., 2025). Além disso, mulheres, adolescentes e jovens adultos apareceram entre os grupos mais suscetíveis à insatisfação corporal e às mudanças no comportamento alimentar relacionadas ao conteúdo consumido nas plataformas digitais (Lopes et al., 2024).

Entretanto, os resultados também evidenciaram a necessidade de compreender que a relação entre redes sociais, alimentação e imagem corporal envolve diferentes fatores individuais e sociais, não sendo adequada a atribuição desses comportamentos exclusivamente ao uso das plataformas digitais (Cruz; Campos; Costa, 2023). Dessa forma, estratégias de educação alimentar e nutricional, desenvolvimento de uma percepção crítica sobre os

conteúdos digitais e valorização da diversidade corporal podem contribuir para reduzir os possíveis impactos negativos associados aos padrões de alimentação e aparência difundidos nas mídias sociais (Rosa; Pereira; Souza, 2024).

4. CONCLUSÃO

A realização deste estudo permitiu compreender que as redes sociais exercem influência sobre a percepção da imagem corporal e os hábitos alimentares dos indivíduos. Os estudos analisados demonstraram que a exposição frequente a conteúdos relacionados à aparência, alimentação, emagrecimento e padrões estéticos pode favorecer comparações corporais, insatisfação com a própria imagem e mudanças no comportamento alimentar, principalmente entre adolescentes, jovens adultos e mulheres.

Diante dos achados, torna-se importante incentivar o uso mais consciente e crítico das redes sociais, assim como ampliar as ações de educação alimentar e nutricional e a divulgação de informações fundamentadas cientificamente. A atuação dos profissionais de saúde também se mostra relevante para orientar a população sobre alimentação saudável, diversidade corporal e possíveis impactos dos conteúdos digitais, contribuindo para uma relação mais equilibrada com a alimentação, a imagem corporal e o uso das redes sociais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRITO, Amanda Alberto; THIMÓTEO, Tayná Brum; BRUM, Fábio. Redes sociais, suas implicações sobre a imagem corporal de estudantes adolescentes e o contexto da pandemia do coronavírus (COVID-19). *Temas em Educação Física Escolar*, v. 5, n. 2, p. 105-125, 2020.

BRITO, Marcela et al. A influência da pandemia no uso da internet associada ao comportamento alimentar e imagem corporal de adultos. Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN, v. 16, p. 1-24, 2025.

CRUZ, Marcella Cantanhêde De Oliveira; CAMPOS, Letícia Pereira; COSTA, Dayanne Maynard. Influência do comportamento alimentar e da imagem corporal na autoestima de indivíduos. Advances in Nutritional Sciences, v. 2, n. 1, p. 94-105, 2023.

LOPES, Kayane Yasmin Souza et al. A influência da mídia social na imagem corporal e no desenvolvimento de transtornos alimentares. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 10, n. 11, p. 7706-7720, 2024.

MANFRIN, Isabella Martins; SANTOS, Ana Cristina de Castro Pereira. Ortorexia e vigorexia: influências das redes sociais sobre padrões e comportamento alimentar de jovens adultos. Research, Society and Development, v. 14, n. 11, p. e184141150117-e184141150117, 2025.

NOBRE, Milena Moreira et al. Comportamentos Alimentares e Autoimagem: A Influência das Redes Sociais em Mulheres Brasileiras. Psicologia Argumento, v. 43, n. 121, 2025.

NUNES, Lauana Edily Alves et al. A influência das redes sociais na distorção da imagem corporal. Rev Interdiscip Saúde, v. 11, p. 2-18, 2024.

PEREIRA, Roberta De Medeiros. A Influência Da Mídia E De Redes Sociais Nos Hábitos Alimentares E Na Percepção Da Imagem Corporal De Universitários: Revisão Sistemática. Repositório Institucional do Unifip, v. 5, n. 1, 2020.

ROSA, Gabrielly Cristine; PEREIRA, Eliriane Jamas; SOUZA, Débora Tarcinalli. Influência das mídias no comportamento alimentar de adolescentes: papel do nutricionista na educação nutricional como forma de prevenção. Revista Conexão Saúde FIB, v. 7, 2024.

SEVERO, Andressa; TENÓRIO, Maria Eduarda. A influência das mídias sociais e do uso das redes sociais na (in) satisfação da imagem corporal na adolescência. Revista psicologia & saberes, v. 10, n. 1, 2021.

SILVA, Ana Flávia de Sousa; JAPUR, Camila Cremonezi; PENAFORTE, Fernanda Rodrigues de Oliveira. Repercussões das redes sociais na imagem corporal de seus usuários: revisão integrativa. Psicologia: Teoria e pesquisa, v. 36, p. e36510, 2020.

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. Tudo é Ciência: Congresso Brasileiro de Ciências e Saberes Multidisciplinares, n. 1, p. 1-10, 2022.

SIQUEIRA, Julya Dalbem; MONTEIRO, Mayara Freitas. Avaliação Do Impacto Das Redes Sociais No Comportamento Alimentar Feminino. Ciência na Prática, v. 4, n. 01, 2025.

¹ Acadêmica de Nutrição - Universidade Nilton Lins Manaus,
Amazonas, Brasil

² Acadêmica de Nutrição - Universidade Nilton Lins Manaus,
Amazonas, Brasil

³ Acadêmica de Nutrição - Universidade Nilton Lins Manaus,
Amazonas, Brasil

⁴ Docente do curso de Nutrição Manaus, Amazonas, Brasil

⁵ Docente do curso de Nutrição Manaus, Amazonas, Brasil