REVISTA TÓPICOS
ISSN 2965-6672 | Qualis A2

RELAÇÃO ENTRE O USO DAS REDES SOCIAIS E OS TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES: REVISÃO INTEGRATIVA

RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA USE AND EATING DISORDERS IN ADOLESCENTS: INTEGRATIVE REVIEW

Ciências Humanas, Ciências da Saúde • 04/11/2026

REGISTRO DOI: 10.70773/revistatopicos/793516205

Joysilane Pontes da Silva[1]

Cristiane Lima da Silva[2]

RESUMO

A adolescência é uma fase marcada por mudanças físicas, psicológicas e sociais, na qual a relação com a própria imagem corporal pode estar relacionada ao uso das redes sociais. Nesse contexto, a exposição a padrões de aparência, a comparação corporal e a pressão estética podem estar associadas a fatores relacionados aos transtornos alimentares. O estudo teve como objetivo verificar as evidências disponíveis na literatura científica sobre a relação entre o uso das redes sociais e os transtornos alimentares em adolescentes. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases PubMed, SciELO e na Biblioteca Virtual em Saúde, incluindo a consulta à fonte LILACS, considerando artigos publicados entre 2021 e 2025, nos idiomas português e inglês, com adolescentes de 10 a 19 anos. Ao final do processo de seleção, foram incluídos nove estudos. Os resultados apontaram associações entre o uso das redes sociais e aspectos como insatisfação corporal, comparação com padrões de aparência, pressão estética, uso frequente ou problemático das redes sociais e comportamentos alimentares desordenados. Algumas associações foram mais evidentes entre as meninas, embora também tenham sido identificados resultados relevantes entre os meninos, conforme os desfechos investigados. Conclui-se que o uso das redes sociais está relacionado a diferentes fatores associados aos transtornos alimentares durante a adolescência. Entretanto, os estudos analisados não permitem estabelecer uma relação de causa e efeito, sendo necessários novos estudos para ampliar a compreensão dessa relação.

Palavras-chave: Adolescência; Redes sociais; Transtornos alimentares; Imagem corporal; Comportamento alimentar.

ABSTRACT

Adolescence is a phase marked by physical, psychological, and social changes, during which the relationship with one's own body image may be linked to social media use. In this context, exposure to appearance standards, body comparison, and aesthetic pressure may be associated with factors linked to eating disorders. This study aimed to examine the evidence available in the scientific literature regarding the relationship between social media use and eating disorders among adolescents. It is an integrative literature review conducted using the PubMed, SciELO, and Virtual Health Library (VHL) databases—including the LILACS source—covering articles published between 2021 and 2025 in Portuguese and English that focused on adolescents aged 10 to 19. Nine studies were included following the selection process. The results indicated associations between social media use and factors such as body dissatisfaction, comparison with appearance standards, aesthetic pressure, frequent or problematic social media use, and disordered eating behaviors. Some associations were more pronounced among girls, although relevant findings were also identified among boys, depending on the outcomes investigated. The study concludes that social media use is linked to various factors associated with eating disorders during adolescence. However, the analyzed studies do not establish a cause-and-effect relationship, indicating a need for further research to better understand this connection.

Keywords: Adolescence; Social media; Eating disorders; Body image; Eating behavior.

1. INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares são condições caracterizadas por alterações persistentes no comportamento alimentar, que podem

comprometer a saúde física e psicológica. Entre alguns dos principais transtornos estão a anorexia nervosa, a bulimia nervosa e o transtorno de compulsão alimentar, que se diferenciam principalmente pelas características dos comportamentos alimentares e pela presença ou ausência de comportamentos compensatórios. O tratamento pode envolver diferentes abordagens, incluindo intervenções psicoterapêuticas e acompanhamento multiprofissional, conforme as necessidades de cada indivíduo (Alharbi; Saleh; Shahat, 2024).

A adolescência, que segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) compreende o período de 10 a 19 anos, é uma fase caracterizada por diversas mudanças físicas, psicológicas e sociais. Durante esse período, a percepção que o indivíduo desenvolve sobre o próprio corpo pode sofrer influência de fatores sociais e dos padrões de beleza presentes em seu ambiente, o que pode favorecer a insatisfação corporal (Maciel; Franco, 2024). Nesse contexto, aspectos relacionados à imagem corporal e aos fatores socioculturais também podem interferir no comportamento alimentar dos adolescentes e estar associados à ocorrência de comportamentos alimentares inadequados (Bittar; Soares, 2020).

Com a expansão das redes sociais, os adolescentes passaram a ter contato frequente com conteúdos relacionados à aparência e aos padrões corporais, especialmente por meio de plataformas baseadas em imagens e vídeos. A exposição a representações idealizadas do corpo, juntamente com a comparação da própria aparência com a de outras pessoas e a busca por aprovação social, pode estar relacionada a uma percepção corporal negativa. Estudos realizados com adolescentes têm identificado associações entre o uso das redes sociais, a internalização de ideais corporais, a comparação de

aparência e a insatisfação corporal, aspectos que também podem estar associados a comportamentos alimentares desordenados (Rodgers *et al.,* 2020).

As redes sociais também podem estar relacionadas a aspectos do comportamento alimentar, por meio da exposição a conteúdos que valorizam determinadas formas corporais e práticas alimentares. Entre adolescentes, a presença frequente de discussões relacionadas ao corpo pode estar associada a preocupações com a aparência e a atitudes alimentares restritivas. Wang et al. (2023), em um estudo realizado com 1.481 estudantes do ensino fundamental e médio, com idades entre 12 e 19 anos, identificaram associação positiva entre conversas relacionadas ao corpo nas redes sociais e a alimentação restritiva.

Diante dessas evidências, a relação entre o uso das redes sociais e os transtornos alimentares tem recebido atenção crescente na literatura científica. As evidências apontam que determinados padrões de utilização dos meios digitais e a exposição a conteúdos relacionados à aparência podem estar associados a fatores envolvidos no risco de transtornos alimentares, como insatisfação corporal e comportamentos alimentares desordenados. Revisões recentes destacam que essa relação é complexa e envolve diferentes aspectos psicológicos e socioculturais, não sendo possível atribuir ao uso das redes sociais, de forma isolada, o desenvolvimento desses transtornos (Gerwin; Ashraf, 2025; Mazzeo *et al.,* 2024).

Considerando esse cenário, torna-se relevante compreender como o uso das redes sociais se relaciona aos transtornos alimentares e aos fatores associados a esses quadros durante a adolescência. Assim,

este estudo tem como objetivo verificar as evidências científicas disponíveis sobre essa relação em adolescentes.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, método que permite reunir, analisar e sintetizar conhecimentos produzidos sobre determinado tema, contribuindo para uma compreensão mais ampla das evidências disponíveis. Esse tipo de revisão requer a organização sistemática das etapas de busca, seleção, análise e síntese dos estudos (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Para orientar a construção desta revisão integrativa, foi utilizada a estratégia PICo, na qual P (População) correspondeu a adolescentes de 10 a 19 anos; I (Interesse) referiu-se ao uso das redes sociais; e Co (Contexto) correspondeu aos transtornos alimentares e fatores associados, incluindo comportamentos alimentares desordenados, insatisfação corporal e risco relacionado. A partir dessa estrutura, foi formulada a seguinte questão norteadora: “Quais são as evidências disponíveis na literatura científica sobre a relação entre o uso das redes sociais e os transtornos alimentares em adolescentes de 10 a 19 anos?”

A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e National Library of Medicine (PubMed), além da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), por meio da qual foi consultada a fonte de informação Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Foram consideradas publicações entre os anos de 2021 e 2025. Para a realização das buscas, foram utilizados descritores e termos relacionados ao tema, com base nos Descritores em Ciências da

Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH), combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, conforme as estratégias adotadas em cada fonte consultada.

Os principais descritores e termos de busca utilizados foram “adolescente”, “redes sociais”, “mídias sociais”, “disordered eating”, “transtorno alimentar”, “comportamento alimentar” e “imagem corporal”, incluindo seus correspondentes em inglês, conforme a base de dados consultada. Os termos foram combinados de diferentes formas com o objetivo de localizar estudos relacionados à utilização das redes sociais e sua relação com transtornos alimentares na população adolescente.

Foram incluídos artigos científicos originais publicados entre 2021 e 2025, nos idiomas português e inglês, disponíveis na íntegra e que abordassem a relação entre o uso das redes sociais e os transtornos alimentares ou fatores associados, como comportamentos alimentares desordenados e insatisfação corporal, em adolescentes de 10 a 19 anos, conforme a definição da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2024). Foram excluídos estudos com participantes fora da faixa etária estabelecida, artigos de revisão, editoriais, cartas ao editor, teses, relatórios de pesquisa, publicações incompletas, estudos duplicados e aqueles que não respondessem à questão norteadora.

A seleção dos estudos ocorreu inicialmente pela leitura dos títulos e resumos, seguida da leitura na íntegra dos artigos potencialmente elegíveis. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, os estudos selecionados foram organizados para análise. Em seguida, realizou-se uma análise descritiva e temática, agrupando os achados conforme as semelhanças e diferenças entre os métodos, resultados

e conclusões dos estudos. Esse processo possibilitou a síntese crítica das evidências encontradas, destacando os principais aspectos relacionados ao uso das redes sociais e aos transtornos alimentares em adolescentes.

Foi utilizada uma ferramenta de inteligência artificial (ChatGPT, desenvolvida pela OpenAI) como apoio no refinamento das estratégias de busca, na organização dos registros encontrados e na revisão textual do manuscrito. As informações e sugestões produzidas foram conferidas pela autora, com base nas fontes e nos documentos originais. As decisões metodológicas, a seleção dos estudos, a análise e interpretação dos resultados e o conteúdo final do manuscrito permaneceram sob responsabilidade da autora.

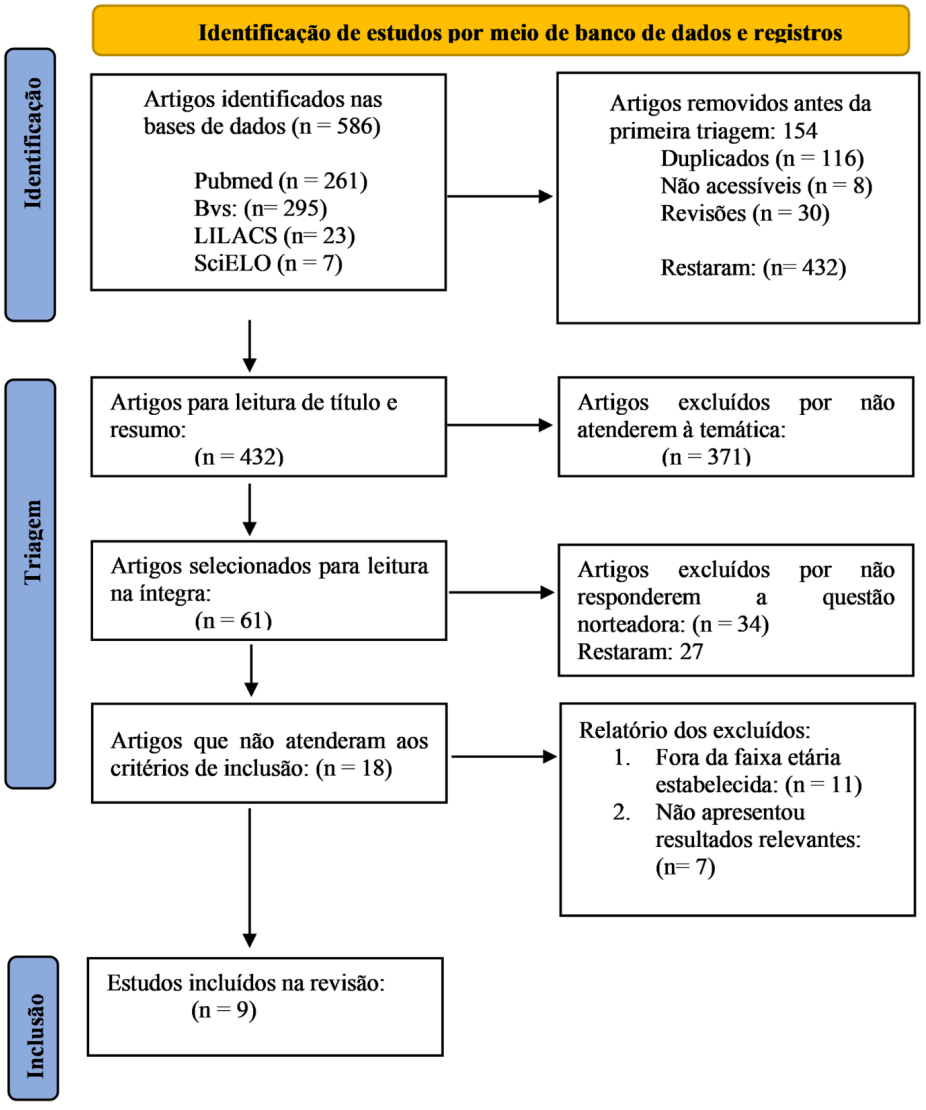
3. RESULTADOS

A seleção dos estudos foi realizada em etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão, conforme as recomendações do fluxograma PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses 2020).

A busca nas fontes de informação resultou inicialmente em 586 registros, sendo 261 na PubMed, 295 na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), 23 na LILACS e 7 na SciELO. Após a remoção de 116 registros duplicados, 8 registros não acessíveis e 30 revisões, restaram 432 registros para a etapa de triagem. Destes, 371 foram excluídos após a leitura dos títulos e resumos por não atenderem à temática da pesquisa, permanecendo 61 artigos para leitura na íntegra. Na etapa de elegibilidade, 34 artigos foram excluídos por não responderem à questão norteadora. Dos 27 artigos restantes, 18 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão, sendo 11 por estar fora da

faixa etária estabelecida e 7 por não apresentarem resultados relevantes. Ao final, 9 estudos foram incluídos na revisão integrativa, conforme apresentado na Figura 1.

Figura 1. Fluxograma de seleção dos estudos incluídos na revisão integrativa.



Fonte: Adaptado do PRISMA 2020.

Após o processo de seleção, nove estudos foram incluídos na revisão integrativa, considerando a adequação ao tema investigado e o atendimento aos critérios de inclusão estabelecidos. Para a síntese dos estudos, foram considerados seus objetivos, as características da população investigada e os principais resultados. As informações estão apresentadas no Quadro 1, que reúne autor, ano de

publicação, local de realização, título, objetivo, população e principais resultados de cada estudo.

Quadro 1. Caracterização dos estudos incluídos sobre a relação entre o uso das redes sociais e os transtornos alimentares em adolescentes.

AUTOR/ANO/LOCAL	TÍTULO	OBJETIVO	POPULAÇÃO	PRINCIPAIS RESULTADOS
Frieiro *et al.* (2022) – Espanha	Self-esteem and socialisation in social networks as determinants in adolescents eating disorders.	Investigar a influência da autoestima e da socialização nas redes sociais sobre comportamentos relacionados aos transtornos alimentares em adolescentes.	721 estudantes do ensino médio, com idade entre 12 e 18 anos.	A baixa autoestima e a maior socialização nas redes sociais estiveram associadas à maior presença de comportamentos relacionados aos transtornos alimentares entre os adolescentes.

Wang *et al.* (2023) / China	Body talk on social networking sites and restrained eating among adolescents: A test of a multiple mediation model.	Verificar se as conversas sobre o corpo nas redes sociais estão relacionadas à alimentação restritiva entre adolescentes.	1.481 estudantes chineses, com idade entre 12 e 19 anos.	As conversas sobre o corpo nas redes sociais estiveram associadas à maior tendência à alimentação restritiva entre adolescentes. O medo de avaliações negativas sobre a aparência e a vergonha corporal atuaram como mediadores dessa associação.
Dahlgren *et al.* (2024) / Noruega	Further evidence of the association between social media use, eating disorder pathology and appearance ideals and pressure: a cross-sectional study in Norwegian adolescents.	Investigar a relação entre o uso das redes sociais, os padrões de aparência e a presença de sinais de transtornos alimentares em adolescentes.	1.558 adolescentes, predominantemente com idade entre 16 e 19 anos.	O uso das redes sociais esteve associado à internalização de padrões corporais, à pressão pela aparência e a sintomas relacionados aos transtornos alimentares. As meninas que relataram influência negativa das redes sociais,

				especialmente Instagram e TikTok, sobre a própria aparência apresentaram maiores níveis desses sintomas e de pressão estética.
Maciel; Franco (2024) / Brasil	Adolescência e imagem corporal: Uma análise à luz da sociedade do espetáculo.	Compreender de que forma a mídia e as relações com outras pessoas podem influenciar a maneira como os adolescentes percebem e avaliam o próprio corpo.	10 adolescentes, de 11 a 19 anos.	Os relatos dos adolescentes evidenciaram a comparação corporal, a busca por padrões de beleza e a necessidade de aceitação e validação social. As redes sociais e as relações interpessoais foram apontadas como elementos relacionados à percepção da própria imagem corporal e à pressão estética.

Xiang; Kong (2024) / China	Passive social networking sites use and disordered eating behaviors in adolescents: The roles of upward social comparison and body dissatisfaction and its sex differences.	Investigar a relação entre o uso passivo das redes sociais e os comportamentos alimentares desordenados em adolescentes, considerando a comparação social, a insatisfação corporal e as diferenças entre os sexos.	744 estudantes, com idade entre 11 e 15 anos.	O uso passivo das redes sociais esteve associado a comportamentos alimentares desordenados em ambos os sexos. Entre as meninas, a comparação social ascendente e a insatisfação corporal atuaram como mediadoras dessa associação.
Aydin Cil *et al.* (2025) – Turquia	The interaction between problematic internet use, diet quality, and disordered eating risk in adolescents: a mediation and network analysis.	Investigar a relação entre o uso problemático da internet, a qualidade da alimentação e o risco de comportamentos alimentares desordenados em adolescentes, considerando o papel mediador da	647 estudantes do ensino médio, com idade entre 14 e 18 anos, sendo 350 meninas e 297 meninos.	O uso problemático da internet e das redes sociais esteve associado ao risco de comportamentos alimentares desordenados. A análise de mediação apontou a participação da qualidade da dieta na relação entre o uso problemático

		qualidade da dieta.		da internet e esse risco.
Peréz-Jiménez *et al.* (2025) / Espanha	Social Media Consumption and Risk of Addiction Associated with Adolescent Disordered Eating Behaviour: An Observational Analysis.	Avaliar a relação entre o consumo de redes sociais, o risco de uso aditivo dessas plataformas e os comportamentos alimentares desordenados em adolescentes.	115 adolescentes, com idade entre 12 e 17 anos, estudantes de uma escola de Córdoba, Espanha.	Dos adolescentes avaliados, 45,2% apresentaram risco de transtornos alimentares. Esse risco foi maior entre as meninas e esteve associado ao uso das redes sociais por mais de três horas diárias, à baixa autoestima e à maior preocupação com a imagem corporal.
Ruggieri *et al.* (2025) – Itália	Social and individual factors associated with eating disorders risk among adolescents in secondary schools of Sicily (south-Italy).	Investigar fatores sociais e individuais associados ao risco de transtornos alimentares em adolescentes, incluindo o uso das redes sociais e a percepção	1.740 estudantes de 14 a 16 anos, de escolas secundárias da Sicília, Itália.	A menor apreciação corporal e a maior comparação da aparência nas redes sociais estiveram associadas a indicadores de risco para transtornos alimentares. As meninas apresentaram

		da imagem corporal.		maior frequência nos grupos classificados com risco.
Shi *et al.* (2025) – Estados Unidos	Concurrent and prospective associations of social media usage with binge eating symptoms in early adolescence.	Investigar as associações simultâneas e prospectivas entre o uso das redes sociais e os sintomas de compulsão alimentar em adolescentes.	1.940 adolescentes, com idade entre 11 e 12 anos na primeira avaliação, acompanhados em três avaliações anuais.	Os sintomas de uso aditivo das redes sociais estiveram associados aos sintomas de compulsão alimentar nas análises simultâneas e prospectivas, enquanto o tempo de uso não apresentou associação significativa. A associação prospectiva foi mais forte entre os meninos.

Fonte: Autoria própria, 2026.

4. DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados permitiu verificar evidências de relações entre o uso das redes sociais e fatores associados aos transtornos alimentares em adolescentes. Entre os aspectos mais recorrentes, destacaram-se a insatisfação corporal, a comparação

com padrões de aparência, a pressão estética e os comportamentos alimentares desordenados.

Entretanto, os achados precisam ser interpretados com cautela, pois os estudos investigaram diferentes desfechos e nem todos avaliaram transtornos alimentares diagnosticados clinicamente. Dessa forma, os resultados permitem discutir associações entre o uso das redes sociais e fatores de risco, mas não afirmar que esse uso, isoladamente, provoque o desenvolvimento desses transtornos.

A comparação corporal e a insatisfação com a aparência foram investigadas em diferentes estudos, como o de Wang et al. (2023), que associaram conversas sobre o corpo nas redes sociais à alimentação restritiva, enquanto Xiang e Kong (2024) relacionaram o uso passivo dessas plataformas aos comportamentos alimentares desordenados, considerando a comparação social e a insatisfação corporal. Vuong *et al*. (2021) também identificaram relações entre o uso das redes sociais e a insatisfação corporal, reforçando a relevância desses aspectos na percepção da própria imagem.

Apesar dessas aproximações, os resultados não indicam uma relação direta e uniforme entre o uso das redes sociais e a insatisfação corporal. Kvardova *et al*. (2025) identificaram associação entre atividades relacionadas à aparência e insatisfação corporal, mas não observaram que o aumento dessas atividades previsse maior insatisfação posteriormente. Esse achado reforça que uma associação não comprova causalidade e que outros fatores podem estar envolvidos nessa relação.

A exposição a padrões de aparência também se destacou nos estudos analisados, sendo observadas por Dahlgren et al. (2024)

associações entre o uso das redes sociais, a internalização de ideais corporais e a pressão estética. Ruggieri et al. (2025) associaram a comparação corporal nas plataformas a indicadores de risco para transtornos alimentares, enquanto Iannattone et al. (2025) investigaram relações entre pressão da mídia, comparação da aparência, vergonha corporal e sintomas desses transtornos. Esses achados destacam a importância dos padrões estéticos presentes nas redes sociais.

A autoestima também é relevante nessa discussão, conforme observado por Frieiro *et al.* (2022), que identificaram associação entre menor autoestima, maior socialização nas redes sociais e comportamentos relacionados aos transtornos alimentares. Livet *et al.* (2024) também investigaram essa relação, considerando a autoestima como possível variável mediadora. Em conjunto, esses estudos apontam que a autoestima merece ser considerada na compreensão dos fatores relacionados à imagem corporal e ao comportamento alimentar. Contudo, esses resultados não permitem concluir que o uso das redes sociais cause baixa autoestima, uma vez que diferentes fatores individuais e sociais podem estar envolvidos.

A intensidade e a forma de uso das redes sociais também foram investigadas por Peréz-Jiménez et al. (2025), que associaram o uso superior a três horas diárias ao risco de transtornos alimentares, enquanto Aydin Cil *et al.* (2025) identificaram associação entre o uso problemático da internet e das redes sociais e comportamentos alimentares desordenados. Em contrapartida, Shi *et al.* (2025) não encontraram associação significativa com o tempo de uso, mas observaram relações entre sintomas de uso aditivo das redes sociais

e de compulsão alimentar. Esses achados indicam diferenças conforme os padrões de utilização.

Além do tempo de exposição, as diferentes maneiras de interagir com os conteúdos das plataformas também merecem atenção. Xiang e Kong (2024) relacionaram o uso passivo das plataformas aos comportamentos alimentares desordenados, considerando a comparação social e a insatisfação corporal. Sun *et al.* (2023) identificaram associação entre o uso das redes sociais, a comparação social negativa e a alimentação emocional. Embora não tenham investigado exclusivamente o uso passivo, seus resultados reforçam a importância de considerar como as experiências nas plataformas podem estar relacionadas à percepção corporal e ao comportamento alimentar dos adolescentes.

As diferenças entre os sexos também foram observadas por Dahlgren *et al.* (2024), Xiang e Kong (2024) e Ruggieri *et al.* (2025), que identificaram associações mais evidentes entre meninas, relacionadas à pressão estética, à comparação corporal e ao risco de transtornos alimentares. Em contrapartida, Shi *et al.* (2025) observaram associação prospectiva mais forte entre o uso aditivo das redes sociais e os sintomas de compulsão alimentar nos meninos. Essas diferenças sugerem que as associações podem variar conforme os desfechos investigados e as características dos adolescentes.

A interpretação dos achados exige considerar as diferenças entre as amostras, as faixas etárias e os instrumentos utilizados. Nesse sentido, Rodgers *et al.* (2020) apresentam uma abordagem biopsicossocial para compreender as relações entre o uso das redes sociais, a imagem corporal e os comportamentos alimentares. Além

disso, os estudos avaliaram diferentes desfechos, como risco, sintomas e insatisfação corporal, o que limita a comparação dos resultados e exige cautela na interpretação das associações observadas.

Nesse contexto, os resultados também apresentam implicações para a atuação do nutricionista, que deve considerar, além dos hábitos alimentares e indicadores antropométricos, a insatisfação corporal e os comportamentos alimentares inadequados. Mazzeo *et al*. (2024) discutem estratégias para reduzir possíveis danos das redes sociais à imagem corporal e à saúde alimentar dos adolescentes. Assim, o acompanhamento deve ser acolhedor, sem reforçar padrões estéticos restritivos, considerando a relação com os conteúdos consumidos e a necessidade de encaminhamento multiprofissional diante de sinais sugestivos de transtornos alimentares.

De modo geral, os estudos analisados apontam que o uso das redes sociais se relaciona a diferentes fatores associados aos transtornos alimentares na adolescência, especialmente a comparação corporal, a pressão estética, a insatisfação com a aparência, a autoestima e determinados comportamentos alimentares. Entretanto, a diversidade dos resultados e das abordagens metodológicas exige cautela ao interpretar essas relações. Assim, a compreensão do tema deve considerar tanto as características do uso das plataformas quanto os aspectos individuais e sociais dos adolescentes, reconhecendo que a relação entre as redes sociais e os transtornos alimentares envolve diferentes fatores e não deve ser interpretada de forma isolada.

5. CONCLUSÃO

A revisão integrativa evidenciou associações entre o uso das redes sociais e fatores relacionados aos transtornos alimentares em adolescentes. Entre os principais achados, destacaram-se a insatisfação corporal, a comparação com padrões de aparência, a pressão estética e determinados comportamentos alimentares desordenados. Também foram observadas associações com o uso frequente ou problemático das plataformas, embora os resultados apresentem diferenças entre os estudos analisados.

Os achados indicam que essa relação envolve diferentes aspectos individuais e socioculturais. Entretanto, as evidências analisadas não permitem afirmar que o uso das redes sociais, isoladamente, seja responsável pelo desenvolvimento de transtornos alimentares. As diferenças entre as amostras, as faixas etárias e os métodos de avaliação também dificultam a comparação dos resultados, reforçando a necessidade de interpretar essas associações com cautela.

Conclui-se que o uso das redes sociais se relaciona a fatores associados aos transtornos alimentares na adolescência, especialmente à insatisfação corporal, à comparação com padrões de aparência e a determinados comportamentos alimentares. Nesse contexto, a atuação do nutricionista é relevante para uma abordagem integral da saúde dos adolescentes, considerando, além dos hábitos alimentares, a percepção corporal e a relação com os conteúdos consumidos nas redes sociais. Orientações individualizadas e acolhedoras, articuladas ao acompanhamento multiprofissional quando necessário, podem contribuir para a prevenção e o reconhecimento de comportamentos alimentares inadequados. Novas pesquisas são necessárias para aprofundar a

compreensão dessas relações e subsidiar estratégias de cuidado direcionadas a essa população.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALHARBI, Yara; SALEH, Fatema; SHAHAT, Khaled A. Effective treatment approaches for eating disorders in children and adolescents: a review article. **Cureus,** v. 16, n. 11, e74003, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.7759/cureus.74003.

AYDIN CIL, Mevra; CARIKCI, Sumeyye; FOROUDI POURDEH, Elham; JAHRAMI, Haitham. The interaction between problematic internet use, diet quality, and disordered eating risk in adolescents: a mediation and network analysis. **Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity,** v. 30, artigo 61, 2025. Disponível em: https://doi.org/10.1007/s40519-025-01774-9.

BITTAR, Carime; SOARES, Amanda. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional,** v. 28, n. 1, p. 291–308, 2020.

DAHLGREN, Camilla Lindvall et al. Further evidence of the association between social media use, eating disorder pathology and appearance ideals and pressure: a cross-sectional study in Norwegian adolescents. **Journal of Eating Disorders,** v. 12, n. 1, 29 fev. 2024.

FRIEIRO, Paula; GONZÁLEZ-RODRÍGUEZ, Rubén; DOMÍNGUEZ-ALONSO, José. Self-esteem and socialisation in social networks as determinants in adolescents eating disorders. **Health & Social Care in the Community,** nov. 2022.

GERWIN, Roslyn L.; ASHRAF, Sahar. The impact of social media use on the development of eating disorders. **Pediatric Clinics of North America,** v. 72, n. 2, p. 203–212, 2025.

IANNATTONE, S., CEREA, S., LAURIOLA, M., GHISI, M., & BOTTESI, G. Behind the mirror: An exploration of the Tripartite Influence Model among Italian adolescent boys and girls. **Body Image,** 53, 101892, 2025. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2025.101892

KVARDOVA, N., MACHACKOVA, H., MAES, C., & VANDENBOSCH, L. Navigating Beauty Standards on Social Media: Impact of Appearance Activity on Adolescents' Body Dissatisfaction. **Journal of Youth and Adolescence,** v. 54, n. 8, p. 1999–2018, 2025. Disponível em: https://doi.org/10.1007/s10964-025-02159-y

LIVET, Audrey et al. Pathways from adolescent screen time to eating related symptoms: a multilevel longitudinal mediation analysis through self-esteem. **Psychology & Health,** v. 39, n. 9, p. 1167–1182, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.1080/08870446.2022.2141239.

MACIEL, Nathália Maximiano Soares; FRANCO, Elaine Cristina Dias. Adolescência e imagem corporal: Uma análise à luz da sociedade do espetáculo. **Saúde e Sociedade,** v. 33, n. 4, 2024.

MAZZEO, Suzanne et al. Mitigating Harms of Social Media for Adolescent Body Image and Eating Disorders: A Review. **Psychology Research and Behavior Management,** v. 17, p. 2587–2601, 1 jul. 2024.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem,** v. 17, n. 4, p. 758–

764, dez. 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/. Acesso em: 29 ago. 2026.

PAGE, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ, v. 372, n. 71, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1136/bmj.n71. Acesso em: 20 fev. 2026.

PERÉZ-JIMÉNEZ, María et al. Social Media Consumption and Risk of Addiction Associated with Adolescent Disordered Eating Behaviour: An Observational Analysis. **Nutrients,** v. 17, n. 18, p. 3017, 21 set. 2025.

RODGERS, Rachel F. et al. A biopsychosocial model of social media use and body image concerns, disordered eating, and muscle-building behaviors among adolescent girls and boys. **Journal of Youth and Adolescence,** v. 49, n. 2, p. 399–409, 6 jan. 2020.

RUGGIERI, Silvia et al. Social and individual factors associated with eating disorders risk among adolescents in secondary schools of Sicily (south-Italy). **Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health,** v. 19, n. 1, 14 jul. 2025.

SHI, Xinyi et al. Concurrent and prospective associations of social media usage with binge eating symptoms in early adolescence. **Obesity,** v. 33, n. 2, p. 346–355, fev. 2025.

SUN, S., CHEN, S., WANG, Z., XIONG, Y., & XIE, S. Social Networking Site Use and Emotional Eating Behaviors among Chinese Adolescents: The Effects of Negative Social Comparisons and Perspective-Taking. **Behavioral Sciences,** 13(9), 768–768, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.3390/bs13090768

VUONG, A. T., JARMAN, H. K., DOLEY, J. R., & MCLEAN, S. A. Social Media Use and Body Dissatisfaction in Adolescents: The Moderating Role of Thin- and Muscular-Ideal Internalisation. **International Journal of Environmental Research and Public Health,** 18(24), 13222, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.3390/ijerph182413222

WANG, Yuhui et al. Body talk on social networking sites and restrained eating among adolescents: a test of a multiple mediation model. **Body Image,** v. 45, p. 145–152, 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **The adolescent health indicators recommended by the Global Action for Measurement of Adolescent health: guidance for monitoring adolescent health at country, regional and global levels.** Geneva: World Health Organization, 2024. Disponível em: https://www.who.int/publications/i/item/9789240092198. Acesso em: 30 ago. 2026.

XIANG, Kangqiao; KONG, Fanchang. Passive social networking sites use and disordered eating behaviors in adolescents: The roles of upward social comparison and body dissatisfaction and its sex differences. **Appetite,** v. 198, p. 107360, 17 abr. 2024.

---

[1] Acadêmico do curso de Bacharelado em Nutrição do Instituto de Ensino Superior do Sul do Maranhão – IESMA/ UNISULMA. E-mail: acesse o artigo original para visualizar o e-mail

[2] Orientador do curso de Bacharelado em Nutrição do Instituto de Ensino Superior do Sul do Maranhão – IESMA/ UNISULMA. E-mail: acesse o artigo original para visualizar o e-mail