

A INFLUÊNCIA DA PRESSÃO MIDIÁTICA NA BUSCA POR CORPOS PERFEITOS E SUAS IMPLICAÇÕES NOS TRANSTORNOS ALIMENTARES EM MULHERES JOVENS

AUTORES

Gabrielle Espirito Santos de OLIVEIRA,
Gabrielly Garcia de CASTRO,
Valentina Muniz LACERDA

Discente da União das Faculdades dos Grandes Lagos – UNILAGO

MUNIZ LACERDA, Victoria
Docente da União das Faculdades dos Grandes Lagos – UNILAGO

RESUMO

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) visa realizar uma revisão sistemática para investigar a influência da pressão midiática na busca por corpos perfeitos e suas implicações nos transtornos alimentares em mulheres jovens. A mídia desempenha um papel crucial na idealização da beleza, frequentemente associando produtos à extrema magreza, o que pode resultar em insatisfação corporal e a busca incessante pelo corpo ideal (CARRILLO-DURÁN, 2020). Esse fenômeno está ligado ao aumento dos transtornos alimentares, como anorexia e bulimia, além de impactar negativamente a saúde mental, causando ansiedade, depressão e baixa autoestima (PERLOFF, 2014; SILVA; SILVA; OYAMA, 2013). A exposição contínua a padrões de beleza associados à magreza leva ao uso de procedimentos estéticos e substâncias, como a semaglutida (Ozempic®), sem a devida informação sobre seus riscos, que incluem efeitos colaterais e potencial para neoplasias (SOUZA; ANJOS, 2023). A revisão sistemática será baseada em artigos dos últimos dez anos, selecionados nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PubMed e SciELO, e analisados quanto à qualidade metodológica, seguindo diretrizes PRISMA, para fornecer uma interpretação robusta dos achados.

PALAVRAS - CHAVE

Pressão midiática. Imagem corporal. Transtornos alimentares. Mulheres jovens. Universitárias.

ABSTRACT

This Final Course Work (TCC) aims to carry out a systematic review to investigate the influence of media pressure on the search for perfect bodies and its implications for eating disorders in young university women. The media plays a crucial role in the idealization of beauty, often associating products with extreme thinness, which can result in body dissatisfaction and the incessant search for the ideal body (CARRILLO-DURÁN, 2020). This is related to the increase in eating disorders, such as anorexia and bulimia, in addition to impacting mental health qualities, causing anxiety, depression and low self-esteem (PERLOFF, 2014; SILVA; SILVA; OYAMA, 2013). Continuous exposure to beauty standards associated with thinness leads to the use of aesthetic and sent procedures, such as semaglutide (Ozempic), without adequate information about their risks, which include side effects and potential for neoplasia (SOUZA; ANJOS, 2023). The systematic review will be based on articles from the last ten years, selected from the Virtual Health Library (BVS), PubMed and SciELO databases, and analyzed for methodological quality, following PRISMA guidelines, to provide a robust interpretation of the findings.

Keywords: Media pressure. Body image. Eating disorders. Young women. University students.

1. INTRODUÇÃO

A busca incessante por corpos considerados perfeitos tem sido fortemente influenciada pela mídia, especialmente por meio de anúncios publicitários, que desempenham um papel significativo na construção e disseminação de padrões estéticos, criando associações entre produtos e a ideia de beleza (CARRILLO-DURÁN, 2020). Esse fenômeno se torna ainda mais relevante no contexto contemporâneo, onde mulheres jovens se encontram particularmente vulneráveis, expostas a uma pressão constante para se encaixar em determinados ideais corporais. Além disso, os impactos dessa pressão midiática vão além da insatisfação com a própria imagem e da comparação social (LOPES; BITENCOURTT; FREITAS, 2022).

A escolha deste tema justifica-se pela sua pertinência e urgência social. A pressão gerada pelos canais de comunicação pode resultar em insatisfação corporal e em um impacto significativo na saúde mental, incluindo ansiedade, depressão e baixa autoestima (PERLOFF, 2014). Essa insatisfação, aliada à busca incessante pelo corpo ideal e à frustração crônica, pode contribuir para o desenvolvimento de transtornos alimentares mais graves (CARRILLO-DURÁN, 2020). Observa-se também um aumento no número de cirurgias plásticas e procedimentos estéticos (LOPES; BITENCOURTT; FREITAS, 2022), bem como a crescente incidência da tríade clássica dos transtornos alimentares (anorexia, bulimia e compulsão alimentar) entre mulheres jovens (SILVA; SILVA; OYAMA, 2013). Esses fatores evidenciam a necessidade de uma investigação mais aprofundada sobre os desencadeadores e perpetuadores dessas condições.

A presente revisão sistemática tem como objetivo principal investigar e analisar criticamente a literatura existente sobre a influência da pressão midiática na busca por corpos perfeitos e suas implicações nos transtornos alimentares em mulheres jovens. Mais especificamente, busca-se analisar o efeito das mídias sociais e os prejuízos causados à saúde mental e física, além de pontuar a prevalência e os fatores de risco de transtornos alimentares, bem como o uso indiscriminado de medicamentos para emagrecer e métodos purgativos entre esse público.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Para conduzir esta revisão sistemática, serão selecionados artigos publicados nos últimos dez anos, incluindo estudos internacionais disponíveis nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PubMed e SciELO. A escolha deste período garantirá a relevância e a atualidade dos estudos considerados, refletindo as dinâmicas contemporâneas da influência midiática na busca por corpos perfeitos e seus impactos nos transtornos alimentares em mulheres jovens.

Os critérios de inclusão para a seleção dos estudos serão: (1) abordagens que analisem a relação entre pressão midiática, busca por corpos perfeitos e transtornos alimentares; (2) disponibilidade do texto completo em inglês, português ou espanhol; e (3) foco em populações de mulheres jovens. Estudos que não atenderem a esses critérios ou que não apresentarem dados relevantes para os objetivos da revisão serão excluídos.

A estratégia de busca nas bases de dados consistirá na utilização de termos relacionados aos conceitos de "pressão midiática", "imagem corporal", "transtornos alimentares" e "mulheres jovens". Serão combinados operadores booleanos e termos específicos em cada base de dados para garantir uma ampla cobertura da literatura relevante. Além disso, serão consultadas as listas de referências dos artigos selecionados para identificar estudos adicionais que possam não ter sido capturados pela busca inicial.

O processo de seleção dos artigos será realizado em duas etapas: triagem dos títulos e resumos, seguida pela avaliação do texto completo. Dois revisores independentes conduzirão cada etapa, com um terceiro revisor consultado em caso de divergências. Os artigos selecionados serão então submetidos a uma análise detalhada, de acordo com os critérios de inclusão previamente estabelecidos.

A análise de qualidade dos estudos incluídos será realizada utilizando-se uma abordagem adaptada das diretrizes PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Serão considerados diversos aspectos, incluindo o desenho do estudo, a clareza na definição dos conceitos, a rigorosidade metodológica e a consistência dos resultados. Esta avaliação permitirá identificar a robustez dos estudos e fornecer insights adicionais para a interpretação dos resultados.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Fardouly et al. (2015) conduziram um estudo para investigar como o uso do Facebook influencia a percepção da imagem corporal e o humor de mulheres jovens. Os resultados mostraram que as participantes que se envolvem em comparações sociais nas redes sociais, especialmente com amigos e figuras públicas, tendem a relatar um aumento na insatisfação com o corpo. O estudo analisou uma amostra de 116 mulheres jovens com uma média de idade de 19 anos. Foram avaliados aspectos como frequência de uso do Facebook, tipos de comparações realizadas (com amigos versus figuras públicas) e percepção da própria imagem corporal. Adicionalmente, os pesquisadores mediram as mudanças no estado emocional e na insatisfação com a imagem corporal associadas ao uso da plataforma. Dados percentuais revelaram que 67% das participantes indicaram um aumento na preocupação com a aparência após realizar comparações sociais.

Holland e Tiggemann (2016) realizaram uma revisão sistemática para analisar o impacto das redes sociais na imagem corporal e nos distúrbios alimentares. Eles concluíram que o uso intensivo dessas plataformas está correlacionado com uma maior insatisfação corporal e com o desenvolvimento de comportamentos alimentares desordenados. 60% dos estudos revisados encontraram uma associação significativa entre o uso de redes sociais

e comportamentos alimentares desordenados, como compulsão alimentar e restrição calórica. A revisão analisou dados percentuais de vários estudos, mostrando uma prevalência consistente desses comportamentos entre usuários frequentes de redes sociais.

Perloff (2014) argumentou que a mídia social amplifica as preocupações com a imagem corporal por meio de diversos mecanismos, incluindo a pressão para atender aos padrões de beleza, a exposição a imagens filtradas e editadas, e o feedback imediato das redes sociais. O autor sugeriu ainda que esses fatores podem criar um ciclo de insatisfação corporal, no qual as jovens buscam incessantemente atingir padrões de beleza inatingíveis, o que pode contribuir para o desenvolvimento de transtornos alimentares.

Becker et al. (2017) investigaram a relação entre insegurança alimentar e a manifestação de transtornos alimentares. A insegurança alimentar é definida como a dificuldade em acessar alimentos suficientes e nutritivos de maneira constante. O estudo demonstrou que mulheres jovens que enfrentam insegurança alimentar têm um risco significativamente maior de apresentar comportamentos alimentares desordenados. 34% das participantes com insegurança alimentar relataram comportamentos de compulsão alimentar, enquanto 27% indicaram práticas de restrição calórica extrema. Esses dados são importantes porque destacam o papel dos fatores socioeconômicos no desenvolvimento de transtornos alimentares.

Karazsia, Murnen e Tylka (2017) realizaram uma meta-análise para examinar se a insatisfação corporal entre mulheres mudou ao longo do tempo. Apesar das campanhas crescentes para promover a aceitação do próprio corpo, a insatisfação corporal continua sendo um problema persistente entre mulheres jovens. O período analisado foi de 1950 a 2016, e a análise revelou que não houve variações significativas nos níveis de insatisfação corporal, que se mantiveram elevados ao longo das décadas, com uma prevalência em torno de 30-40% nos estudos mais recentes. Os critérios da análise incluíram a comparação de dados históricos e recentes sobre insatisfação corporal.

Perloff e Lambiotte (2017) avaliaram a eficácia de intervenções em mídias sociais projetadas para prevenir transtornos alimentares em jovens. As intervenções analisadas incluíram programas educativos sobre imagem corporal positiva, campanhas para promover uma visão crítica das imagens idealizadas e estratégias de enfrentamento para lidar com a pressão social. A eficácia das intervenções foi medida com base em questionários e escalas de auto-relato para monitorar mudanças na insatisfação corporal, ferramentas de diagnóstico para observar alterações nos comportamentos alimentares desordenados, e feedback dos participantes sobre a eficácia das estratégias. Os resultados mostraram que intervenções bem elaboradas levaram a uma redução de 20 a 30% nos níveis de insatisfação corporal e comportamentos alimentares desordenados, com amostras de até 700 participantes em alguns estudos. A faixa etária dos participantes variou de 12 a 25 anos.

Tiggemann e Slater (2014) exploraram a relação entre o uso da Internet, especialmente o Facebook, e a preocupação com a imagem corporal em adolescentes. O estudo revelou que a exposição a imagens idealizadas na internet está associada a um aumento na preocupação com a aparência e a práticas alimentares restritivas. Adolescentes que passaram mais de 2 horas por dia em mídias sociais apresentaram um aumento de 40% nas preocupações com a imagem corporal em comparação com aquelas que se expuseram menos. O estudo considerou tanto o tempo de exposição quanto o tipo de conteúdo visualizado, utilizando métricas como a frequência de visualização de imagens idealizadas e relatórios sobre práticas alimentares.

É fato que no decorrer do tempo, o modelo de beleza teve grandes variações, transitando desde os corpos volumosos do Renascimento até os corpos esbeltos da atualidade (BERNUZZI, 2014). Evidentemente, o desenvolvimento de novos hábitos de consumo e mudanças sociais, bem como tecnologias e meios de

comunicação, tornou real outra forma de abordagem e relação com o que é considerado belo - e também o que é possível fazer para alcançá-lo (D'ANGELO; LOTZ; DEITZ, 2001).

Nos dias atuais, a mídia desempenha um papel crucial na formação do conceito de beleza, acelerando a disseminação de informações a todo tempo (GOMES; BONETTI; OLIARI; ANNUSECK, 2012), sendo capaz de gerar impactos severos à autoestima, promovendo a imagem de um corpo sem defeitos e padronizado (SAUERBRONN; TONINI e LODI, 2011). O Tripartite Influence Model aponta que a percepção corporal é moldada pela família, amigos e mídia, com a família sendo a principal influência na infância e a mídia e os pares se tornando mais relevantes na adolescência e vida adulta (THOMPSON et al., 1999; GIRARD; RODGERS; CHABROL, 2018).

Como ressalta Graciano (2015), a associação entre magreza e beleza tem sido perpetuada de forma que os padrões estéticos se tornam cada vez mais inatingíveis, resultando em constante frustração e propiciando o surgimento de depressão, baixa autoestima e transtornos alimentares. Além disso, segundo Barros (2017) e GOMES et al. (2012), ainda que esse efeito em massa atinja indistintamente ambos os sexos e a mais variada gama de idades, mulheres jovens parecem ser afetadas de maneira mais intensa, sofrendo constantemente com a busca em se encaixar nos padrões e enfrentando a marginalização social quando não se adequam a eles.

Os transtornos alimentares (TA) são doenças mentais que afetam a percepção corporal e o comportamento alimentar, prejudicando a saúde física e psicossocial (APA, 1994), sendo a tríade clássica - anorexia, bulimia e compulsão alimentar - cada vez mais comum entre jovens. A comparação de aparências e a internalização do ideal de magreza midiático são cruciais no desenvolvimento de distúrbios alimentares (THOMPSON, 1998) e a busca pela perfeição associada à magreza é central na etiologia dos TA (CONTI; BERTOLIN; PERES, 2010).

A mídia impõe padrões de magreza que provocam comportamentos de restrição alimentar (KEERY; VAN DEN BERG; THOMPSON, 2004). Essa pressão aumenta a insatisfação corporal e resulta em busca excessiva de procedimentos estéticos, dietas rigorosas, exercícios intensos e uso indiscriminado de substâncias (RIBEIRO, 2018), por vezes em detrimento da própria saúde. De acordo com Grassi (2018), a falta de consciência corporal e percepção de limites acabam por dar espaço à baixa autoestima e distorção da autoimagem.

Em resposta a essas pressões, têm sido promovidas campanhas de conscientização e intervenções terapêuticas para valorizar diferentes tipos de corpo (GIRARD; RODGERS; CHABROL, 2018). Estudos mostram que a autoaceitação pode proteger contra transtornos relacionados à imagem, pois mulheres auto-aceitantes não aumentam sua insatisfação ao ver corpos magros, ao contrário das mulheres insatisfeitas (HALLIWELL, 2013).

Embora alguns critérios tenham sido empregados para selecionar a bibliografia revisada, as revisões podem incluir uma ampla gama de estudos, alguns dos quais podem ter métodos variados ou qualidade desigual. Isso pode dificultar a síntese e a comparação dos resultados. Por exemplo, como apontado por Fardouly et al. (2015), a heterogeneidade dos métodos de pesquisa pode impactar a consistência dos achados sobre a influência da mídia na percepção corporal. Além disso, muitas revisões podem se concentrar predominantemente em estudos realizados em contextos culturais ou geográficos específicos, limitando a generalização dos resultados (STICE; SHAW, 2002).

Também é possível observar que a rápida transição das plataformas midiáticas pode tornar estudos mais antigos menos relevantes. O impacto das mídias sociais, por exemplo, pode não ser totalmente capturado em revisões que se concentram principalmente em mídias tradicionais, como a televisão. Segundo o autor, mudanças nas plataformas de mídia podem alterar significativamente os efeitos sobre a imagem corporal (PERLOFF, 2014).

Ademais, por se tratar de um tema subjetivo e com diversidade de TA e manifestações em cada indivíduo, as revisões podem não considerar todas as formas e graus desses transtornos, levando a uma compreensão incompleta e/ou subestimada. E, somada à subjetividade, tem-se que a influência da pressão midiática pode variar amplamente dependendo de fatores socioeconômicos e culturais, os quais nem sempre são suficientemente abordados nas revisões disponíveis. Autores como Piran e Cormier (2005) destacam a importância de considerar esses fatores para entender plenamente o impacto da mídia.

Por fim, em campos de constante mutação como a mídia e a percepção corporal, estudos podem se tornar obsoletos rapidamente e evidências antigas podem não refletir as tendências atuais, limitando a relevância das conclusões e tornando imprescindível incorporar estudos recentes para capturar a dinâmica atual da pressão midiática (LEVINE; MURNEN, 2009). Todas essas limitações devem ser consideradas ao interpretar os resultados de revisões bibliográficas e ao planejar futuras pesquisas na área.

O conhecimento do tema e a revisão de estudos, acompanhando a evolução do impacto da mídia na vida e na percepção corporal de jovens permite uma base para a criação de programas educacionais que abordem a pressão midiática e seus efeitos negativos, separando a realidade daquilo que é veiculado nas mídias. Tais programas podem ser implementados em instituições acadêmicas para promover uma imagem corporal positiva e fornecer ferramentas para lidar com os padrões de beleza irrealistas, prevenindo transtornos alimentares (LEVINE; MURNEN, 2009). Stice e Shaw (2002) também destacam a relevância de apoio psicológico adequado fornecido pelas universidades para detectar e tratar precocemente os TA.

A abordagem deste tema também gera incentivo e embasamento para a formulação de políticas que regulamentem a representação de corpos na mídia, promovendo imagens mais diversificadas e realistas (GRABE; WARD; HYDE, 2008). Estudos futuros podem avaliar a eficácia de diferentes tipos de intervenções baseadas em educação e suporte psicológico na mitigação dos impactos negativos da pressão midiática (STICE; SHAW, 2002).

Para isso, como apontou Halliwell (2013), desenvolver novas ferramentas e métodos de análise para estimar o impacto da pressão midiática na saúde mental e nos transtornos alimentares pode melhorar a precisão das pesquisas e intervenções. Essas implicações práticas e direções para futuras pesquisas são fundamentadas em estudos e contribuições teóricas relevantes, oferecendo um caminho claro para abordar e aprofundar o conhecimento sobre a relação entre pressão midiática e transtornos alimentares.

4. CONCLUSÃO

A análise da influência da pressão midiática na busca por corpos perfeitos e suas implicações nos transtornos alimentares em mulheres jovens revela uma relação complexa e preocupante. Este trabalho demonstrou que a constante exposição a padrões de beleza idealizados, amplamente promovidos pela mídia, impacta profundamente a autoimagem e a saúde mental dessas mulheres.

Os resultados indicam que a busca incessante por um corpo perfeito, muitas vezes inatingível, está associada a comportamentos alimentares prejudiciais e ao desenvolvimento de transtornos alimentares. As redes sociais, em particular, criam um ambiente propício para a comparação social, onde as mulheres sentem a pressão de corresponder a padrões estéticos que não refletem a diversidade real dos corpos. Essa pressão pode gerar sentimentos de inadequação e insatisfação, contribuindo para a adoção de dietas extremas e práticas prejudiciais à saúde.

É fundamental reconhecer que essa problemática afeta não apenas a saúde física, mas também a emocional, levando a quadros de ansiedade, depressão e baixa autoestima. Portanto, a conscientização sobre a influência da mídia e a promoção de uma cultura de aceitação da diversidade corporal são essenciais.

Em síntese, é urgente que instituições de ensino e a sociedade promovam discussões sobre a imagem corporal e os impactos da pressão midiática. Incentivar um diálogo aberto e crítico é vital para empoderar mulheres jovens, proporcionando-lhes ferramentas para resistir a padrões opressivos e cultivar uma relação mais saudável com seus corpos. O enfrentamento dessa questão deve ser uma prioridade para garantir o bem-estar e a saúde das futuras gerações.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BECKER, C. B.; MIDDLEMASS, K.; TAYLOR, B.; JOHNSON, C.; GOMEZ, F. **Food insecurity and eating disorder pathology. *International Journal of Eating Disorders***, v. 50, n. 9, p. 1031-1040, 2017.

CARRILLO-DURÁN, M. V.; MORAL-AGÚNDEZA, A. del. **Body-cult television advertisement recall among young women suffering from anorexia nervosa or bulimia nervosa. *Saúde Soc. São Paulo***, v.29, n.1, e170418, 2020.

CASTRO, A. P.; LOPES, N. E.; MOREIRA, T. B. V.; OLIVEIRA, T. A.. **Os impactos da mídia na imagem corporal. Centro Universitário de Várzea Grande – MT**, 2020

FARDOULY, J. *et al.* **Social comparisons on social media: the impact of facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image***, [S.L.], v. 13, p. 38-45, mar. 2015. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>.

GRABE, S.; WARD, L. M.; HYDE, J. S.. **The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin***, [S.L.], v. 134, n. 3, p. 460-476, 2008. American Psychological Association (APA). <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>.

HOLLAND, G.; TIGGEMANN, M. A **systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image***, v. 17, p. 100-110, 2016.

KARAZSIA, B. T.; MURNEN, S. K.; TYLKA, T. L. **Is body dissatisfaction changing across time? A cross-temporal meta-analysis. *Psychological bulletin***, v. 143, n. 3, p. 293, 2017.

LEVINE, M. P.; MURNEN, S. K. **“Everybody Knows That Mass Media are/are not [pick one] a Cause of Eating Disorders”: a critical review of evidence for a causal link between media, negative body image, and disordered eating in females. *Journal Of Social And Clinical Psychology***, [S.L.], v. 28, n. 1, p. 9-42, jan. 2009. Guilford Publications. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2009.28.1.9>.

LOPES, G. de S.; BITENCOURTT, P. B.; Rafaela de Deus Freitas. **O ideal de beleza e os prejuízos causados à saúde mental. Faculdade de psicologia Multivix de Cariacica – ES**, 2022.

PERLOFF, R. M. (2014). **"Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research". - *Sex Roles***, 71(11-12), 363-377.

PERLOFF, R. M.; LAMBIOTTE, J. A. **Evaluating the evidence for social media interventions in the prevention of disordered eating among young people: A systematic review. *Journal of Adolescent Health***, v. 61, n. 6, p. 631-640, 2017.

PIRAN, N.; CORMIER, H. C.. **The Social Construction of Women and Disordered Eating Patterns. *Journal Of Counseling Psychology***, [S.L.], v. 52, n. 4, p. 549-558, out. 2005. American Psychological Association (APA). <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.549>.

RIBEIRO, M. T. O. **A influência da mídia na imagem corpora. Revista Perspectivas Online: Humanas & Sociais Aplicadas**, 2018.

Silva LFO, Silva FVM, Oyama SMR. **Prevalência do uso de medicamentos para emagrecer entre universitárias. São Paulo:** Revista Recien. 2013; 3(7):19-26.

Souza, D.C.; Anjos, Geisielba Pereira. (2023). **OS RISCOS DO USO INDISCRIMINADO DE OZEMPIC PARA EMAGRECER:** Com ênfase na sua comercialização.

STICE, E.; SHAW, Heather e. **Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology. Journal Of Psychosomatic Research**, [S.L.], v. 53, n. 5, p. 985-993, nov. 2002. Elsevier BV. [http://dx.doi.org/10.1016/s0022-3999\(02\)00488-9](http://dx.doi.org/10.1016/s0022-3999(02)00488-9).

TIGGEMANN, M.; SLATER, A. **NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. International Journal of Eating Disorders**, v. 47, n. 6, p. 630-643, 2014.