



UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA

BETINA LUIZ

FERNANDA CRISTINY

TAINARA MARQUETTE

VICTOR GUARIPUNA FEIJÓ

**O IMPACTO DA MÍDIA SOCIAL NA COMPULSÃO ALIMENTAR DOS
ADOLESCENTES E A IMPORTÂNCIA DO NUTRICIONISTA NO TRATAMENTO**

Tubarão

2023

**BETINA LUIZ
FERNANDA CRISTINY
TAINARA MARQUETTE
VICTOR GUARIPUNA FEIJÓ**

**O IMPACTO DA MÍDIA SOCIAL NA COMPULSÃO ALIMENTAR DOS
ADOLESCENTES E A IMPORTÂNCIA DO NUTRICIONISTA NO TRATAMENTO**

Trabalho de conclusão de curso,
apresentado ao curso de graduação de
nutrição, na Universidade do Sul de Santa
Catarina, como requisito parcial para a
obtenção do título de bacharel.

Orientador: Prof.^a. Dra. Morgana Prá

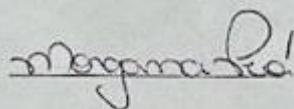
Tubarão
2023

**BETINA LUIZ
FERNANDA CRISTINY
TAINARA MARQUETTE
VICTOR GUARIPUNA FEIJÓ**

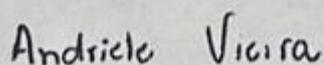
**O IMPACTO DA MÍDIA SOCIAL NA COMPULSÃO ALIMENTAR DOS
ADOLESCENTES E A IMPORTÂNCIA DO NUTRICIONISTA NO TRATAMENTO**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado adequado à obtenção do título de Bacharel em Nutrição e aprovado em sua forma final pelo Curso de Nutrição da Universidade do Sul de Santa Catarina.

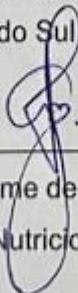
Tubarão, 12 de dezembro de 2023.



Prof.^a e orientadora Morgana Prá, Dra.
Universidade do Sul de Santa Catarina



Prof.^a Andriele Vieira, Dra.
Universidade do Sul de Santa Catarina



Esp. Guilherme de Mendonça Beza
Nutricionista

“A Nutrição é arte de amar os detalhes dos alimentos e, através deles, transformar pessoas em um quadro maior em que semblantes caídos dão lugar a grandes sorrisos. ”

Claudia Nascimento

SUMÁRIO

ARTIGO.....	6
RESUMO.....	7
ABSTRACT.....	8
INTRODUÇÃO.....	9
MATERIAIS E MÉTODOS.....	12
RESULTADOS.....	13
DISCUSSÃO.....	18
CONCLUSÃO.....	24
REFERÊNCIAS.....	25

O IMPACTO DA MÍDIA SOCIAL NA COMPULSÃO ALIMENTAR DOS ADOLESCENTES E A IMPORTÂNCIA DO NUTRICIONISTA NO TRATAMENTO

Betina Luiz¹

Fernanda Cristiny²

Tainara Marquette³

Victor Guaripuna Feijó⁴

Morgana Prá⁵

1 Acadêmica do curso de nutrição Universidade do Sul de Santa Catarina,
betinaluiz@hotmail.com

2 Acadêmica do curso de nutrição Universidade do Sul de Santa Catarina,
fernandacristinymodolon@gmail.com

3 Acadêmica do curso de nutrição Universidade do Sul de Santa Catarina,
tainaramarquette50@gmail.com

4 Acadêmico do curso de nutrição Universidade do Sul de Santa Catarina,
victorgfeijor@gmail.com

5 Doutora, professora do curso de nutrição Universidade do Sul de Santa Catarina.
nutrimorganapra@gmail.com

Correspondência:

Morgana Prá. Universidade do Sul de Santa Catarina, Av. José Acácio Moreira, 787,
88704-900, Tubarão, SC, Brasil. Telefone 55 51 996016292. E-mail
nutrimorganapra@gmail.com

RESUMO

A adolescência é um período de transição onde os indivíduos sofrem fortes influências externas do seu meio social e cultural, no qual as mídias sociais adquirem um papel importante nessas influências no que diz respeito a promoção de um ideal de corpo. Sendo assim, através de uma revisão narrativa da literatura, foi realizado um levantamento bibliográfico sobre a relação da mídia social com a compulsão alimentar em adolescentes em artigos publicados no período de 2002 a 2023. Verificou-se que a mídia se constitui como um fator de grande influência nas escolhas alimentares dos adolescentes e em sua imagem corporal através dos padrões que dissemina, bem como e no desenvolvimento de transtornos alimentares. Concluiu-se que há a necessidade de mais pesquisas voltadas para temas específicos como a compulsão alimentar na adolescência e as influências da mídia no comportamento alimentar dessa faixa etária, visando fomentar uma visão mais crítica acerca dessa temática, observando suas problemáticas e suas ramificações na saúde dessa população e propondo intervenções terapêuticas e nutricionais específicas para essa faixa etária.

Palavras-chave: Mídia social e compulsão alimentar; Compulsão alimentar em adolescentes; transtorno alimentar em adolescentes.

ABSTRACT

Adolescence is a period of transition where individuals suffer strong external influences from their social and cultural environment, in which social media plays an important role in these influences with regard to promoting an ideal body. Therefore, through a narrative review of the literature, a bibliographical survey was carried out on the relationship between social media and binge eating in adolescents in articles published between 2002 and 2023. It was found that the media constitutes a factor in great influence on adolescents' food choices and their body image through the patterns it disseminates, as well as the development of eating disorders. It was concluded that there is a need for more research focused on specific topics such as binge eating in adolescence and the influences of the media on eating behavior in this age group, aiming to encourage a more critical view of this topic, observing its problems and ramifications on health. of this population and proposing specific therapeutic and nutritional interventions for this age group.

Keywords: Social media and binge eating; Binge eating in teenagers; eating disorder in teenagers.

INTRODUÇÃO

O comportamento alimentar refere-se ao conjunto de ações, escolhas e hábitos que uma pessoa exibe em relação à sua alimentação. Esses comportamentos podem ser influenciados por uma variedade de fatores, incluindo necessidades nutricionais, preferências pessoais, aspectos culturais e sociais, além de fatores emocionais e psicológicos (Assis *et al.*, 2020).

A alimentação de um indivíduo é definida desde a infância com a influência do âmbito familiar. Toda criança ou adolescente que crie uma má conexão com o alimento ou tenha algum tipo de cobrança em relação ao seu peso, pode vir a desenvolver algum tipo de transtorno alimentar, em especial a compulsão alimentar. Isso é decorrente à qual forma o adolescente passa a se alimentar tendo um descontrole, uma alimentação desequilibrada e gerando assim a falta de vontade de se alimentar direito e desistindo de manter uma forma física no padrão aceitável pela sociedade. (Rezende e Pereira, 2020).

A Organização Mundial da Saúde define a adolescência como a fase que ocorre entre a infância e a idade adulta, dos 10 aos 19 anos de idade. Onde a pessoa se encontra em estado de desenvolvimento, tanto físico quanto psicológico, é a partir desse período que o indivíduo começa a definir sua identidade pessoal, que envolve sua sexualidade, valores, crenças e interesses. A puberdade traz novas formas físicas e mudanças hormonais, desencadeando comportamentos e sentimentos que não existiam antes (Einstein, 2005).

Durante a adolescência, todo esse processo de evolução corporal que ocorre, tem grande relação com o desenvolvimento de transtornos alimentares, que se caracteriza pela mudança no modo de viver, no comportamento alimentar, na

distorção de imagem e na mudança de peso. É perceptível que o número de meninas com insatisfação corporal é maior do que o de meninos, mas ainda assim, ambos por consequência acabam gerando essa busca pelo corpo perfeito, através de processos rápidos de emagrecimento a qualquer custo, podendo influenciar no aparecimento de outras patologias e deficiência de algumas vitaminas (Copetti *et al* 2018)

De acordo com Copetti *et al* (2018), as mídias sociais têm como principal objetivo o compartilhamento de informações, por meio da internet e através das redes sociais, é uma forma de expressar o que se sabe e mostrar a sua rotina, através de fotos, vídeos, músicas e pensamentos. Além disso, a mídia também é usada como forma de marketing, através de postagens ou até mesmo usando pessoas com grande número de seguidores para representar as empresas e seus produtos a obterem um alcance maior, pois atualmente grande parte da população brasileira de alguma forma tem acesso a mídia social. De certa forma, a mídia social pode implicar negativamente em relação a alimentação desses indivíduos, pois atualmente está havendo um grande excesso de informações sobre o que se considera um corpo ideal e uma alimentação saudável. Os usuários e até as empresas apresentam e usam imagens corporais, remédios caríssimos e rotinas surreais, como uma forma de marketing a fim de vender algo que não corresponde à realidade e se torna inalcançável, atingindo assim a autoestima principalmente dos adolescentes, podendo gerar transtornos alimentares (Copetti, *et al.* 2018).

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) descreve critérios diagnósticos para seis transtornos alimentares específicos: transtorno de ruminação; transtorno alimentar restritivo/ evitativo; anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar.

Por definição, o Transtorno da Compulsão Alimentar (TCA) é caracterizado por episódios recorrentes de compulsão alimentar, no qual o indivíduo vivencia a sensação de perda de controle e ingestão de grandes quantidades de comida, os quais atrelados a um desequilíbrio psicológico que afeta tanto aspectos biológicos quanto sociais (Freitas. *et al.* 2001).

Dentro deste cenário, o objetivo foi realizar uma pesquisa sobre o impacto da mídia social na compulsão alimentar em adolescentes e discorrer sobre o papel do nutricionista no tratamento desse transtorno.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata-se de um estudo do tipo revisão narrativa da literatura, para o qual foi realizado um levantamento bibliográfico sobre a relação da mídia social com a compulsão alimentar em adolescentes. As palavras-chave utilizadas para a busca de resultados deste estudo foram: mídia social e compulsão alimentar, compulsão alimentar e adolescentes, transtorno alimentar e adolescentes. Os critérios de inclusão foram, artigos científicos em língua portuguesa, que abordem o tema em questão, publicados no período de 2002 a 2023, disponíveis e gratuitos, nas bases de dados Google Acadêmico, *PubMed*, *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e google acadêmico.

Foram excluídos artigos duplicados, considerados irrelevantes para a construção da pesquisa, não disponibilizados na íntegra, ou que não se enquadraram nos objetivos do presente estudo.

RESULTADOS

Ao realizar uma pesquisa nas bases de dados utilizando as palavras-chave, identificamos inicialmente 3750 artigos somados com todas as plataformas. Após uma análise dos títulos e resumos, foram selecionados 115 artigos, posteriormente, após a leitura completa foram selecionados 42 artigos. Em seguida, ao utilizar critérios de exclusão dos artigos que não tinham relação ao tema em específico, foram selecionados 5 artigos e estes estão apresentados no quadro 01.

Quadro 1. Características dos estudos incluídos na revisão referentes à relação da mídia com transtornos alimentares na adolescência.

Estudo (Título e referência)	Método	Objetivo da pesquisa	Resultados da pesquisa
<p>BITTAR, C., & SOARES, A. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. Cadernos Brasileiros De Terapia Ocupacional. 2020</p>	<p>Revisão de literatura.</p>	<p>Verificar a relação entre mídia e escolhas alimentares na imagem corporal e no possível desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes, sendo incluído a construção da imagem corporal de adolescentes e como essa relação pode modificar as escolhas alimentares e deixá-los mais vulneráveis aos transtornos alimentares.</p>	<p>A mídia é um fator contribuinte no comportamento alimentar disfuncional, e os jovens acabam modificando seus padrões alimentares, tornando-se vulneráveis para o desenvolvimento de transtornos alimentares.</p>
<p>REZENDE N.L, PEREIRA S.E. Compulsão alimentar na adolescência: prevalência e fatores de risco. Goiás, 2020.</p>	<p>Revisão da literatura.</p>	<p>Levantar os estudos originais que analisaram a prevalência e fatores de risco da compulsão alimentar, em diversos grupos e regiões do Brasil..</p>	<p>Prevalência da compulsão alimentar está aumentando no público infanto-juvenil, principalmente no sexo feminino. As mulheres têm maiores chances de desenvolver compulsão alimentar por estarem</p>

			<p>mais expostas e vulneráveis à fatores estéticos e sociais.</p> <p>O estado nutricional, o ambiente e as redes sociais contribuem muito para a insatisfação corporal.</p>
<p>COPETTI, A. V. S.; QUIROGA, C. V. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. Revista de Psicologia da IMED, v. 10, n. 2, p. 161, 2018.</p>	<p>Revisão narrativa da literatura.</p>	<p>Discutir questões ligadas à mídia, ao padrão estético vigente e como estes podem influenciar no desenvolvimento de TAs nas adolescentes.</p>	<p>Verificou-se que redes sociais e comunidades na internet podem influenciar o surgimento ou agravar os TAs. Intervenções baseadas na terapia cognitivo-comportamental demonstraram alta eficácia. Observa-se a importância do trabalho multidisciplinar no tratamento desta população, com intervenções coesas e assertivas, bem como o papel fundamental da família.</p>
<p>GOMES, G. da SCR.; PAULA, N. da S. de.; CASTRO, SMG de.; SOUZA, AM de.;</p>	<p>Revisão narrativa de literatura.</p>	<p>Realizar um panorama sobre a influência das mídias sociais na autoimagem corporal e na ocorrência de transtornos alimentares,</p>	<p>As mulheres são mais atingidas por tais transtornos, principalmente as adolescentes, que passam por mudanças corporais nesse</p>

<p>SOUZA, HLS de.; MARTINS, AL da S.; MALLETT, ATO.</p> <p>Transtornos alimentares e a influência das redes sociais na autoimagem corporal: um olhar sobre o papel do nutricionista. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento , [S. l.] , v. 16, pág. e191101623277, 2021..</p>		<p>destacando o papel do nutricionista nesses casos.</p>	<p>período, ficam mais expostas às mídias e são mais influenciáveis. Casos de transtornos alimentares, como anorexia e bulimia nervosa, podem ser desenvolvidos e constantemente são acompanhados por uma autoimagem distorcida.O nutricionista, dentro de uma equipe multidisciplinar de tratamento, possui papel fundamental, pois pode atuar tanto no diagnóstico, ao verificar alterações, quanto no tratamento em si, através da reeducação alimentar e outras metodologias, sendo essencial o conhecimento específico do tema.</p>
<p>LIRA, A. G., Ganen, A. de P., Lodi, A. S., & Alvarenga, M. dos S.. (2017). Uso de</p>	<p>Estudo transversal realizado com meninas adolescentes estudantes de escola pública e de uma organização não</p>	<p>Avaliar relações entre a influência da mídia e o uso de redes sociais na imagem corporal (IC) de adolescentes do sexo feminino.</p>	<p>Participaram 212 meninas (14,8; DP 1,69 anos), sendo a maioria eutrófica (65,1%), pertencentes às classes sociais D e E, com escolaridade materna correspondente ao ensino médio</p>

<p>redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. Jornal Brasileiro De Psiquiatria.</p>	<p>governamental da capital e do interior de São Paulo.</p>		<p>completo; 85,8% estavam insatisfeitas com a IC; a maioria desejava uma silhueta menor.</p> <p>O acesso diário maior de 10 vezes ao dia ao Facebook e Instagram aumentou a chance de insatisfação com o corpo em 6,57 e 4,47 vezes, respectivamente.</p> <p>As mídias, incluindo as redes sociais, estão associadas à insatisfação da IC de meninas adolescentes.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

DISCUSSÃO

Os transtornos alimentares podem ter diversas causas, e é de grande relevância a compreensão de seu contexto individual, investigando a relação do sujeito com os alimentos para facilitar o trabalho dos profissionais em seu tratamento (Rezende e Pereira, 2020). Inúmeros fatores, desde genéticos e comportamentais a sociais influenciam nas escolhas alimentares de um indivíduo, pesquisas revelaram semelhanças em indicadores comportamentais e biológicos de dependência em certos comportamentos excessivos. O vício comportamental proposto refere-se ao vício no comportamento ou nas emoções causadas por uma atividade. Entre as características viciantes avaliadas, as descobertas mais favoráveis foram alterações na recompensa cerebral e comprometimento do controle. Também foram encontradas evidências de características adicionais consistentes com o vício, incluindo suscetibilidade genética, sensibilização a substâncias, sensibilidade cruzada e impulsividade. (Pursey *et al*, 2014)

Conforme pontuam as autoras Rezende e Pereira (2020) em sua pesquisa, cada sujeito sofre influência de fatores genéticos, pessoais, psicológicos e sociais quando realiza suas escolhas alimentares, e desequilíbrios em sistema psíquico emocional podem ser estímulo para que se desenvolva algum transtorno alimentar. O que ocorre mediante a uma forma de expressão a seus sentimentos negativos ou positivos descontando-os na alimentação.

O episódio de compulsão alimentar se manifesta quando uma pessoa consome uma quantidade significativa de alimentos em um intervalo de tempo específico (até duas horas), acompanhado pela sensação de falta de controle sobre o tipo e a quantidade de comida ingerida (REZENDE; PEREIRA, 2020).

A dieta é o comportamento precursor que geralmente antecede a instalação de um transtorno alimentar. Contudo, a presença isolada da dieta não é suficiente para desencadear o transtorno alimentar, tornando-se necessária uma interação entre os fatores de risco e outros eventos precipitantes. Por último, o curso transitório ou crônico de um transtorno alimentar está relacionado à persistência de distorções cognitivas, à ocorrência de eventos vitais significativos e a alterações secundárias ao estado de desnutrição (Morgan *et al*, 2002).

Gomes *et al* (2022) afirmam que, as alterações de comportamento alimentar devido a insatisfação com o corpo, tende a trazer prejuízos para a saúde e podem desenvolver algum transtorno alimentar. O medo excessivo de ganho de peso, a anorexia nervosa, o baixo peso, a imagem corporal distorcida, o uso de medicamentos para emagrecer ou a compulsão alimentar são os comportamentos mais comuns atualmente, principalmente entre o sexo feminino.

O perfil mais comum de pessoas afetadas pela compulsão alimentar são adolescentes do sexo feminino. Este fator pode estar relacionado com a maior pressão social no sexo feminino, havendo uma pressão quanto a magreza, aparência física e imagem corporal nesse público. Apesar disso, vem aumentando cada vez mais o número de homens com transtorno alimentar e com insatisfação corporal. Não se sabe se tais dados são consequências do sexo ou pelas características determinantes de cada gênero, ou seja, comportamentos que são esperados que homens e mulheres devam ter. No entanto, os comportamentos esperados por mulheres acabam levando a uma maior incidência da compulsão alimentar, uma vez que haveria uma busca pela aprovação social, levando a concluir que não se trata do sexo em si, e sim de características associadas ao papel do gênero feminino (Hutz e Oliveira, 2010).

Segundo pesquisa de Lira *et al* (2017), o sexo feminino na adolescência sofre mais com a imagem corporal, e isso ocorre porque nessa fase há aumento na quantidade de gordura, especialmente com o início da menstruação, como resultado elas acabam desejando um corpo magro e com uma silhueta mais fina, sendo totalmente influenciadas pela mídia. Na mesma pesquisa também foi apresentado que adolescentes que fazem uso diário de redes sociais tendem a ter mais insatisfação com seu corpo, do que as que fazem uso mensal (o acesso diário maior de 10 vezes ao dia ao Facebook e Instagram aumentou a chance de insatisfação em 6,57 e 4,47 vezes, respectivamente).

A imagem corporal trata-se de um sentimento, uma emoção ou um pensamento que se refere ao seu próprio corpo, mas além disso, também há insatisfação corporal, que seria o descontentamento com seu peso, aparência e forma física, sendo representado pelo adolescente no desejo de ter um corpo diferente do seu, podendo afetar negativamente de várias maneiras a vida de uma pessoa, no seu comportamento alimentar, na auto estima e no seu desempenho psicossocial. E no modo em que vivemos, a todo momento rodeado de informações e imagens do que se define um corpo perfeito, é comum que a sociedade tenha esse sentimento de insatisfação (Gomes *et al* 2022).

Tendo em vista as diversas transições e desafios vivenciados na adolescência, assim como as mudanças biológicas e cognitivas próprias dessa fase, trata-se de um período onde há uma maior vulnerabilidade e necessidade de atenção especial. O modo de pensar e se comportar dos indivíduos é fortemente afetado pela mídia, não sendo diferente com os adolescentes, os quais apresentam insatisfação com sua imagem, possivelmente desenvolvida através da idealização do corpo perfeito padronizada pela sociedade e disseminada pela mídia. (Copetti e Quiroga, 2018).

A pesquisa de Bittar e Soares (2020) concluiu que a adolescência se trata de um período vulnerável da vida, onde o indivíduo constrói sua identidade corporal buscando referências externas, e, por sua vez, a mídia se estabeleceu como uma ferramenta “educativa” de forma que define, regula e disciplina corpos enquanto dita padrões estéticos mediante a interesses mercadológicos, produzindo sentimento de insatisfação corporal nos adolescentes propagando um modelo de “corpo ideal”.

Segundo Bozzola *et al* (2022), no início da pandemia do Covid-19, houve um aumento no tempo de tela, em virtude do isolamento social e também da necessidade dos alunos de estudo virtual. Dados recentes mostram que 48% dos adolescentes ficam em média 5 horas diariamente em redes sociais e 12% faz uso de mais de 10 horas, mesmo após o fim do isolamento social, os adolescentes continuaram a usufruir as redes sociais de forma desenfreada. Por outro lado, o uso excessivo de redes sociais pode ser prejudicial para a saúde física e mental, podendo apresentar nos adolescentes, sentimentos de comparação, ansiedade e mudança de comportamento alimentar. Este estudo expôs que respectivamente 35,7% a 40,4% dos adolescentes, acompanham suas próprias fotos e interagem com as pessoas que comentam ou mandam mensagens. Enquanto 51,7% seguem influenciadores das redes sociais, e 27,1% seguem 4 ou mais influenciadores (Carner, Sezer; Bayday, 2022).

Rezende e Pereira (2020), pontuam que a sociedade vem hostilizando indivíduos que não seguem os padrões de beleza e de magreza, exercendo pressão na população em geral. Sendo assim, a insatisfação corporal tanto entre homens quanto mulheres com a imagem surge a partir do momento que o corpo padrão é quase impossível de ser alcançado é idealizado e divulgado pelas mídias. Uma vez que o ideal de magreza e corpo proposto é uma impossibilidade biológica para a grande maioria das pessoas que consomem essas informações, a insatisfação

corporal tem se tornado cada vez mais comum e conseqüentemente os transtornos alimentares se desenvolvem (Copetti e Quiroga, 2018).

Nutrição comportamental no tratamento do Transtorno de Compulsão Alimentar

A intervenção terapêutica em casos de transtornos alimentares, é realizada por uma equipe multidisciplinar de diferentes profissionais na área da saúde para maior eficácia do tratamento estabelecido a eles, dando destaque principalmente psicólogos, psiquiatras e nutricionistas. A atuação do nutricionista para o tratamento da compulsão alimentar, é com base no equilíbrio do comportamento alimentar através de técnicas e métodos direcionados, auxiliando também com um novo planejamento alimentar (Lira *et al.*, 2019). O nutricionista que trata pacientes com TA é referido como um terapeuta nutricional (TN) porque requer conhecimento de psicologia, psiquiatria, habilidades interpessoais e de comunicação e técnicas de mudança de comportamento (Lira *et al.*, 2019).

É crucial buscar a orientação de um especialista, como um nutricionista, que desempenha um papel vital em uma equipe multidisciplinar. Eles auxiliam na transição gradual para uma alimentação normal por meio da reeducação alimentar, essencial para o tratamento desses distúrbios e a restauração da saúde do paciente. A terapia nutricional implica em monitorar o estado nutricional do paciente e fornecer um tratamento personalizado. O nutricionista colabora com a equipe para promover mudanças nos padrões alimentares e de peso do paciente (Leite; Diniz; Aoyama, 2022).

O terapeuta nutricional deve possuir habilidade para identificar os indícios e manifestações típicas da compulsão alimentar. Além disso, é fundamental avaliar todos os aspectos da alimentação do paciente, orientar o paciente sobre a

manutenção de um peso saudável e uma alimentação equilibrada, e oferecer orientações sobre a adoção de novos comportamentos alimentares. Adicionalmente, auxilia na elaboração de um plano alimentar que torne a jornada mais agradável e simples, utilizando abordagens baseadas em grupos alimentares e tamanhos de porção, sem recorrer à contagem de calorias ou pesagem meticulosa dos alimentos. (Lira *et al.*, 2019).

Assim, o papel do nutricionista é crucial para ajudar os pacientes a melhorar sua relação com a alimentação e o próprio corpo, discutindo sobre alimentação embasadas em evidências científicas e explorando os conceitos de beleza e qualidade de vida para promover uma melhoria no comportamento alimentar. (Lira *et al.*, 2019).

CONCLUSÃO

A influência da mídia desempenha um papel significativo na construção de padrões estéticos que podem afetar a relação dos adolescentes com a alimentação e a imagem corporal. Assim, havendo um ideal socialmente aceito do que seria o “corpo perfeito”, a busca por ele pode gerar, para além da insegurança e baixa autoestima, o desenvolvimento de TAs, tais como a compulsão alimentar.

Diante disso, o tratamento no âmbito de TA é realizado por uma equipe multidisciplinar com diversos profissionais da saúde como psicólogos, psiquiatras e nutricionistas. Dentro desse conjunto de especialistas, o nutricionista desempenha um papel de extrema importância, contribuindo significativamente para a melhoria da relação do indivíduo com o corpo e com a alimentação. Sua atuação vai além da abordagem nutricional convencional, envolvendo a identificação de alternativas mais saudáveis e adaptadas às necessidades específicas de cada paciente, promovendo assim um cuidado integral e personalizado no processo terapêutico.

Durante a pesquisa, verificou-se a necessidade de mais pesquisas voltadas para temas específicos como a compulsão alimentar na adolescência e as influências da mídia no comportamento alimentar dessa faixa etária, visando fomentar uma visão mais crítica acerca dessa temática, observando suas problemáticas e suas ramificações na saúde dessa população e propondo intervenções terapêuticas e nutricionais específicas para essa faixa etária.

REFERÊNCIAS

ALVARENGA, M. **Nutrição comportamental**. Editora Manole, 2019.

ASSIS, L. C. DE; GUEDINE, C. R. DE C.; CARVALHO, P. H. B. DE. **Uso da mídia social e sua associação com comportamentos alimentares disfuncionais em estudantes de Nutrição**. *Jornal brasileiro de psiquiatria*, v. 69, n. 4, p. 220–227, 2020.

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA.. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais** [recurso eletrônico]: DSM-5. 2014

BITTAR, C., & SOARES, A. **Mídia e comportamento alimentar na adolescência**. *Cadernos Brasileiros De Terapia Ocupacional*. 2020

CENA H, Vandoni M, Magenes VC, et al. **Benefits of Exercise in Multidisciplinary Treatment of Binge Eating Disorder in Adolescents with Obesity**. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(14):8300. Published 2022 Jul 7. doi:10.3390/ijerph19148300

CHU J,, Raney JH, Ganson KT, Wu K, Rupanagunta A, Testa A, Jackson DB, Murray SB, Nagata JM. **Adverse childhood experiences and binge-eating disorder in early adolescents**. *J Eat Disord*. 2022

COPETTI, A. V. S.; QUIROGA, C. V. **A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes**. *Revista de Psicologia da IMED*, v. 10, n. 2, p. 161, 2018.

DUCHESNE M, Mattos P, Appolinário JC, de Freitas SR, Coutinho G, Santos C, Coutinho W. **Assessment of executive functions in obese individuals with binge eating disorder**. *Braz J Psychiatry*. 2010 Dec;32(4):381-8. doi: 10.1590/s1516-44462010000400011. PMID: 21308259.

EISENSTEIN, Evelyn. **Adolescência: definições, conceitos e critérios**. *Adolesc. Saúde (Online)*, p. 6-7, 2005.

GOMES, G. da SCR.; PAULA, N. da S. de.; CASTRO, SMG de.; SOUZA, AM de.; SOUZA, HLS de.; MARTINS, AL da S.; MALLETT, ATO. **Transtornos alimentares e a influência das redes sociais na autoimagem corporal: um olhar sobre o papel do nutricionista**. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, [S. l.], v. 16, pág. e191101623277, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i16.23277.

HILUY, Et Al. **Os transtornos alimentares nos sistemas classificatórios atuais:DSM-5 E CID-11**.

LEITE, Renata Patrícia Pinheiro; DINIZ, Thaís Magalhães; AOYAMA, Elisângela de Andrade. **O papel da nutrição comportamental no tratamento dos transtornos alimentares e na distorção da imagem**.

LIRA, A. G., Ganen, A. de P., Lodi, A. S., & Alvarenga, M. dos S.. (2017). **Uso de**

redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro De Psiquiatria*, 66(3), 164–171. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166>

MORGAN, Christina M, Vecchiatti, Ilka Ramalho e Negrão, André Brooking. **Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais.** *Brazilian Journal of Psychiatry* [online]. 2002, v. 24, suppl 3 [Acessado 14 Outubro 2023], pp. 18-23.

OLIVEIRA, L. L.; HUTZ, C. S. **Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo.** *Psicologia em estudo*, v. 15, n. 3, p. 575–582, 2010.

PIRES, Juliene Avila; LAPORT, Tamires Jordão. **Transtornos alimentares e as contribuições da terapia cognitivo comportamental para o tratamento.** *Revista Mosaico*, Rio de Janeiro, v. 2, n. 10, p. 116-123, Jul./Dez., 2019

PURSEY K. M., STANWELL P., GEARHARDT A. N., COLLINS C. E., BURROWS T. L. **A prevalência de dependência alimentar avaliada pela Escala de Dependência Alimentar de Yale: uma revisão sistemática.** *Nutrientes*. 2014; 6: 4552–4590.

REZENDE N.L, PEREIRA S.E. **Compulsão alimentar na adolescência: prevalência e fatores de risco.** Goiás, 2020.