

# INFLUÊNCIA DOS CONTEÚDOS PRÓ-ANOREXIA DISSEMINADOS PELAS MÍDIAS SOCIAIS NO DESENVOLVIMENTO DE COMPORTAMENTOS DA ANOREXIA NERVOSA: Uma Revisão Integrativa

Influence of Pro-Anorexia Content Disseminated on Social Media on  
the Development of Anorexia Nervosa Behaviors: An Integrative  
Review

Influencia de los Contenidos Pro-Anorexia Difundidos en las Redes  
Sociales en el Desarrollo de Comportamientos de la Anorexia  
Nerviosa: Una Revisión Integrativa

**Laura Gabriele Costa Neves**

[lgcn@discente.ifpe.edu.br](mailto:lgcn@discente.ifpe.edu.br)

**Ana Karine Laranjeira de Sá**

[ana.sa@pesqueira.ifpe.edu.br](mailto:ana.sa@pesqueira.ifpe.edu.br)

## RESUMO

Os consumidores das Mídias Sociais (MS) são expostos a diversos tipos de conteúdos diariamente, dentre eles conteúdos que ressaltam o corpo magro como sinônimo de sucesso e incentivam a prática de dietas de déficit calórico e a prática de exacerbada de exercícios físicos, podendo resultar no desenvolvimento de comportamentos característicos da Anorexia nervosa (AN). Este estudo teve como objetivo analisar a relação entre a exposição a conteúdos pró-anorexia em mídias sociais e o desenvolvimento de comportamentos associados à anorexia nervosa. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, a busca dos artigos selecionados foi realizada através do Portal de Publicações Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) nas bases Medline e PubMed, utilizando os descritores “Mídias Sociais”, “Anorexia Nervosa” e “Comportamento”, publicados entre 2020 e 2024 e após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 10 artigos compuseram a amostra final. Os resultados evidenciaram que a exposição frequente a conteúdos pró-anorexia está associada à intensificação da insatisfação corporal, ao aumento de práticas alimentares restritivas e à adoção de comportamentos compulsivos ou purgativos. Observou-se que algoritmos de plataformas digitais ampliam a circulação desses materiais, reforçando padrões de magreza extrema e estimulando ciclos de comparação social, autocritica e baixa autoestima. Conclui-se que os conteúdos pró-anorexia configuram importante fator de risco para o surgimento de comportamentos da anorexia nervosa, destacando-se a necessidade de intervenções educativas, alfabetização midiática e estratégias de prevenção voltadas ao uso saudável das redes sociais.

**Palavras-chave:** Anorexia nervosa. Mídias sociais. Conteúdos pró-anorexia. Comportamento alimentar. Imagem corporal.

## ABSTRACT

Social media (SM) users are exposed daily to various types of content, including materials that portray a thin body as a symbol of success and encourage calorie-deficit diets and excessive physical exercise. Such exposure may contribute to the development of behaviors characteristic of anorexia nervosa (AN). This study aimed to analyze the influence of pro-anorexia content disseminated on social media on the development of behaviors characteristic of anorexia nervosa. This integrative literature review was conducted through the CAPES Journal Portal using the Medline and PubMed databases. The search employed the descriptors "Social Media," "Anorexia Nervosa," and "Behavior," selecting articles published between 2020 and 2024. After applying the inclusion and exclusion criteria, 10 studies comprised the final sample. The results indicated that frequent exposure to pro-anorexia content is associated with increased body dissatisfaction, heightened restrictive eating practices, and the adoption of compulsive or purging behaviors. It was observed that digital platform algorithms intensify the circulation of such material, reinforcing extreme thinness ideals and promoting cycles of social comparison, self-criticism, and low self-esteem. The study concludes that pro-anorexia content represents an important risk factor for the emergence of anorexia nervosa behaviors, emphasizing the need for educational interventions, media literacy, and prevention strategies aimed at promoting healthy use of social networks.

**Keywords:** Anorexia nervosa; Social media. Pro-anorexia content. Eating behavior. Body image.

## RESUMEN

Los usuarios de las redes sociales (RS) están expuestos diariamente a diversos tipos de contenido, incluidos aquellos que destacan el cuerpo delgado como sinónimo de éxito e incentivan dietas de déficit calórico y la práctica excesiva de ejercicio físico. Esta exposición puede contribuir al desarrollo de comportamientos característicos de la anorexia nerviosa (AN). Este estudio tuvo como objetivo analizar la influencia de los contenidos pro-anorexia difundidos en las redes sociales en el desarrollo de comportamientos característicos de la anorexia nerviosa. Se trata de una revisión integrativa de la literatura, realizada a través del Portal de Publicaciones Periódicas de la Coordinación de Perfeccionamiento de Personal de Nivel Superior (CAPES) utilizando las bases Medline y PubMed. La búsqueda empleó los descriptores "Redes Sociales", "Anorexia Nerviosa" y "Comportamiento", y seleccionó artículos publicados entre 2020 y 2024. Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, 10 estudios conformaron la muestra final. Los resultados evidenciaron que la exposición frecuente a contenidos pro-anorexia está asociada al aumento de la insatisfacción corporal, a la intensificación de prácticas alimentarias restrictivas y a la adopción de comportamientos compulsivos o purgativos. Se observó que los algoritmos de las plataformas digitales amplían la circulación de este material, reforzando ideales de extrema delgadez y promoviendo ciclos de comparación social, autocrítica y baja autoestima. Se concluye que los contenidos pro-anorexia constituyen un importante factor de riesgo para la aparición de comportamientos asociados a la anorexia nerviosa, destacándose la necesidad de intervenciones educativas, alfabetización mediática y estrategias de prevención orientadas al uso saludable de las redes sociales.

**Palabras clave:** Anorexia nerviosa. Midias sociales. Contenidos pro-anorexia. Comportamiento alimentario. Imagen corporal.

## 1 INTRODUÇÃO

A Anorexia Nervosa (AN) é o transtorno alimentar mais comum no Brasil, cerca de 2,1 milhões de brasileiros convivem com a AN diariamente, considerada uma das doenças mentais com maior taxa de morbimortalidade, posicionando-se atrás somente da dependência em opioides. (Suhag K, *et al.*, 2024) (Câmara, 2024).

Caracterizada pelo constante medo do ganho de peso, associado à distorção da imagem corporal e à busca incessante pela magreza, apresenta-se em duas formas principais: o tipo restritivo, caracterizado pela limitação rigorosa da ingestão alimentar e pela prática excessiva de exercícios físicos, visando à queima calórica; e o tipo purgativo, marcado sob frequentes episódios de compulsão alimentar, seguidos por indução de vômitos ou uso abusivo de diuréticos, laxantes ou enemas, com a finalidade de eliminar as calorias ingeridas na compulsão (MSD, 2022).

Sua etiologia multifatorial, abrange fatores biológicos, psicológicos, familiares, sociais e socioculturais, destacados pela valorização da magreza como sinônimo de beleza e sucesso (Câmara, 2024)

Em períodos anteriores, essa influência era exercida, sobretudo, por meios de comunicação tradicionais como jornais e televisão, na atualidade as mídias sociais (MS) intensificaram esse processo ao disponibilizar imagens e discursos sobre o 'corpo ideal' de forma constante e interativa (Sousa L. G., 2023)

Estima-se que as MS acumulam, em média, 5 bilhões de usuários ativos, representando cerca de 62,3% da população mundial com a promessa de conexão com o mundo inteiro, e transformaram as formas de socialização, o que possibilita o compartilhamento e disseminação de informações em tempo real, e consolida-se como parte da vida cotidiana ao redor do mundo (Lozano-Muñoz N, *et al.*, 2024).

Diferentemente dos meios de comunicação tradicionais, as MS operam em uma lógica de interatividade e participação ativa, na qual o usuário não somente consome conteúdos, mas também os produz e divulga, o que converte, ao mesmo tempo, o indivíduo ser consumidor e criador. Assim, elas representam não só um espaço para socialização e informação, mas também um ambiente de construção de identidades e autoimagem, além de intensificar a comparação entre os usuários (Camargo, A C., 2021)

Nesse contexto, a exaltação de padrões corporais irreais, a propagação de dietas restritivas elaboradas por indivíduos sem formação em saúde e exaltação da

magreza extrema auxiliam no desenvolvimento de comportamentos prejudiciais (Suhag K, *et al.*, 2024).

Assim, o uso inadequado das mídias sociais, ao enfatizar padrões estéticos inatingíveis, promover propagandas de produtos para dieta e de demais formas, naturalizam a perda de peso a qualquer custo e reforçam a ideia de que o valor social está condicionado ao corpo magro, contribui para que os seus usuários não se encaixem nos padrões impostos e adotem práticas alimentares de risco, com possibilidade de evolução para a AN (Sousa L G, 2023).

Uma vez que tais práticas, citadas anteriormente, podem trazer sérios danos à saúde física e mental, e a escassez de estudos acerca da temática, esse estudo, através da análise da produção científica acerca do tema, tem como foco analisar a relação entre a exposição a conteúdos pró-anorexia em mídias sociais e o desenvolvimento de comportamentos associados à anorexia nervosa.

## **2 MARCO TEÓRICO**

### **2.1 A anorexia nervosa durante as fases da vida**

Desde quando o homem passou a viver em grupo, na pré-história, a vaidade tornou-se um fator importante para ocasiões como arranjar um parceiro e para mostrar sua posição hierárquica. O conjunto dessa das características aceitas e estabelecidas por cada era da sociedade é chamado de ideal corporal. Quando o indivíduo percebe que seu corpo não se encaixa nas características que ele reconhece como desejáveis, ele entra em um fenômeno chamado insatisfação corporal e chegar a adotar métodos prejudiciais para alcançar o corpo desejável (Suhag K, *et al.*, 2024).

A preocupação com o peso e a forma corporal representa não apenas um sintoma característico, mas também um elemento central na dinâmica psicológica da AN. Essa preocupação, manifesta-se por uma obsessão com a gordura corporal e por um desejo constante de emagrecimento, sustentado pelo medo intenso de engordar. Tal comportamento reflete uma relação disfuncional com o próprio corpo, na qual o valor pessoal passa a ser medido pelo controle do peso e pela adesão a ideais estéticos socialmente construídos (Suhag K, *et al.*, 2024).

Devido à cultura de objetificação e sexualização de corpos femininos propagada nos últimos tempos, as mulheres aprendem desde cedo a se cobrarem

em relação ao corpo e prestar mais atenção no seu peso e em suas medidas corporais para se manter um padrão aceitável pela sociedade, tornando-as mais suscetível às críticas e a pressão para manter a aparência (Demaria F, *et al.*, 2024).

Ao serem expostas a corpos exuberantes desde muito novas, seja por meio de propagandas, desenhos animados ou até mesmo bonecas que estereotipam o que é ser mulher e como o corpo perfeito deve ser, meninas pré-púberes estão cada vez mais vulneráveis a moldar seu pensamento de que o apenas o corpo magro é o aceitável e se preocupando em como emagrecer, preocupação que antes era comum apenas em adolescentes e em mulheres adultas (Suhag K, *et al.*, 2024).

Em adolescentes, essa questão é influenciada por alterações hormonais, psicológicas, mudanças corporais e de pensamentos. Nessa fase o indivíduo toma consciência das alterações ocorridas em seu corpo, buscando construir uma nova personalidade. Esse processo acaba sendo influenciado por opiniões e pressões da sociedade, fazendo com que ele entre em um ciclo de autopercepção corporal e psíquica, surgindo assim a preocupação constante com a estética corporal (Demaria F, *et al.*, 2024).

É nesse período que a AN se apresenta com maior incidência, estima-se que meninas de 15 anos têm o triplo das chances de desenvolver um transtorno alimentar, sendo a AN a mais frequente e acometendo cerca de 4% delas. A necessidade de controle e baixa autoestima faz com que a perda de peso se torne uma forma de domínio sobre o próprio corpo, funcionando como mecanismo de enfrentamento diante de inseguranças e conflitos internos (PraetN, *et al.*, 2024).

Na vida adulta, quando não é ofertado o tratamento adequado, o comum é que a AN persista desde a adolescência, mas também pode surgir tardiamente decorrente de algum fator desencadeante. Por ser um transtorno persistente, aumenta risco do surgimento de consequências clínicas duradouras e elas tendem a ser mais graves, incluindo complicações cardiovasculares, ósseas e reprodutivas. (Suhag K, *et al.*, 2024)

Dessa forma, evidencia-se que a anorexia nervosa não se restringe a uma única etapa da vida, mas manifesta-se de maneira diferenciada conforme o desenvolvimento físico, psicológico e social do indivíduo. Porém, no contexto contemporâneo observa-se a ampliação dessas influências a partir do papel

exercido pelas MS na construção de significados relacionados ao corpo e à alimentação (Suhag K, *et al.*, 2024)

Tais plataformas configuram-se como espaços de visibilidade e interação, impactando diretamente a formação da autoimagem, sobretudo entre adolescentes e jovens adultos. Nesse cenário, emergem conteúdos e comunidades que, ao promoverem ideais de magreza extrema e práticas de restrição alimentar, contribuem para a disseminação do fenômeno denominado pró-anorexia (pró-ana).

## **2.2 A relação das mídias sociais com os conteúdos pró-anorexia**

A transição da mídia tradicional, como a televisão, para as MS modificou profundamente a forma de consumo e produção de conteúdo. Enquanto a televisão exerce uma influência passiva, onde o papel do público é apenas o de espectador, as MS tornaram-se espaços interativos, nos quais cada usuário atua como espectador e produtor de conteúdo. Essa mudança deu início a popularização desse tipo de conteúdo, fazendo com que homens e mulheres passem, em média, 3 a 4 horas por dia nas MS. (Mushtaq T, *et al.*, 2023)

Além disso, devido à busca incessante por distração no período de isolamento da pandemia, os sites transacionaram de ofertar um conteúdo controlado, baseado nas pessoas que o usuário acompanhavam, para conteúdos mais atrativos, baseados no que as pessoas mais consomem e interagem ao longo do dia, fazendo com que os usuários passem cada vez mais tempo consumindo os conteúdos das MS (Pruccoli J, *et al.*, 2022).

De acordo com Bozzola et al. (2024), o tempo dedicado ao uso das plataformas de MS está diretamente relacionado aos níveis de satisfação corporal e ao desejo de alcançar a magreza. Quanto maior for a exposição a esses ambientes digitais, maior tende a ser a influência dos padrões estéticos idealizados, o que pode intensificar a autocrítica, a comparação social e o desenvolvimento de comportamentos alimentares disfuncionais.

Com isso, abriu-se espaço para a propagação de conteúdos pró-ana. Eles são materiais que romantizam e normalizam comportamentos característicos da AN, disfarçando a patologia em um estilo de vida baseado em dietas restritivas, exercícios físicos exaustivos e jejuns prolongados. Para mascarar o quão prejudicial é esse tipo de material, foi criado o termo “fitspiration”, ele é uma junção das

palavras “fitness” e “inspiration” e propaga um estilo de vida baseado em atividades físicas e em um ideal de corpos magros (Ioannidis K, *et al.*, 2021).

Em um estudo conduzido por Praet N, *et al.* (2024), adolescentes relataram que os conteúdos pró-ana eram difíceis de evitar, pois os consideravam viciantes e de fácil acesso, pois quanto mais consumiam, mais o algoritmo da plataforma os entregavam. Algumas delas relataram ter contato com esse tipo de material antes mesmo do diagnóstico da AN e afirmaram ter poderiam ter contribuído para o início do transtorno, além de afirmarem que a falta de supervisão parental facilitava o consumo desses conteúdos.

Nesses conteúdos, os mais comuns falavam de alimentação do tipo “tudo o que eu como em um dia” ou elaboração de dietas que com o exercício físico promoviam perda de peso, além de relatarem que ao se depararem com fotos de outras pessoas nas MS davam preferência aquelas com corpos extremamente magros, contribuindo para internalização do ideal magro no subconsciente dessas adolescentes e forçando-as a adotar dietas restritivas de baixa densidade calórica, evitar alimentos “que engordam” e pular refeições, características da AN restritiva (Praet N, *et al.*, 2024)

Porém, o que as meninas e muitos usuários das MS não se atentam é que muitas das fotos e vídeos compartilhados têm algum tipo de manipulação, seja de filtro, poses, ou algum tipo de efeito que esconde características indesejáveis da pessoa que os compartilhou, disseminando padrões de beleza quase inalcançáveis (Bozzola *et al.*, 2024).

Segundo Ioannidis K, *et al.* (2021), o uso de ferramentas para edição de imagens também é um tipo de conteúdo pró-ana e têm contribuído significativamente para o aumento da insatisfação corporal entre os usuários das MS. A utilização desses recursos fez com o ciclo entre a insatisfação corporal e a edição se intensificasse e os deixasse cada vez mais reféns da manipulação de fotos em busca de validação e aprovação social.

A manipulação de fotos é comum em 90% dos adolescentes ativos nas MS, onde a maioria são meninas e apresentam uma maior conexão entre a postagem de fotos e a insatisfação corporal e com o tamanho do corpo. Assim, provou-se que as mulheres são mais propensas a se basearem no que veem nas MS e adotarem estilos alimentares desordenados (Bozzola *et al.*, 2024).

Dessa forma, percebe-se que as MS exercem um papel fundamental na percepção corporal e em como as pessoas se relacionam com a comida. A disseminação de conteúdos pró-anorexia nessas plataformas agrava esse cenário, ao transformar a doença em um estilo de vida, mascarando seus riscos e consequências clínicas.

A busca por aceitação e reconhecimento digital intensifica a exposição a tais conteúdos e perpetua comportamentos de restrição alimentar e autocrítica. Assim, compreender a influência das mídias sociais e a propagação de mensagens pró-anorexia é essencial para o desenvolvimento de estratégias de prevenção, educação e intervenção que promovam o uso saudável dessas plataformas e o fortalecimento da autoestima.

### **3 METODOLOGIA**

Este estudo trata-se de uma revisão integrativa com abordagem da literatura nacional e internacional, cujo método de pesquisa tem a finalidade de identificar, reunir, avaliar e sintetizar o conhecimento teórico ou empírico já produzido sobre o tema desejado. Tal abordagem possibilita a identificação de lacunas do conhecimento, a comparação, resultados, a análise divergências e a proposição novos direcionamentos (Whittemore; Knafl, 2005).

Esta revisão baseia-se em cinco critérios desenvolvidos por Whittemore e Knafl (2005), são eles: identificação do problema, pesquisa da literatura, avaliação dos dados, análise dos dados e apresentação dos resultados obtidos.

Para a elaboração da pergunta de pesquisa utilizou-se a estratégia PICO, organizando os componentes da estratégia da seguinte forma: a população (P) refere-se a população em geral com acesso às mídias sociais; a intervenção (I), corresponde à exposição a conteúdos pró-anorexia disseminados pelas mídias sociais, nesta pesquisa não há o comparador (C); o desfecho (D) desenvolvimento ou agravamento de comportamentos característicos da anorexia nervosa. Com base nessa estratégia formulou-se a seguinte pergunta de pesquisa: Qual a relação entre a exposição de conteúdos pró-anorexia disseminados pelas mídias sociais e o desenvolvimento de comportamentos característicos da anorexia nervosa? (Santos, *et al.*, 2007)

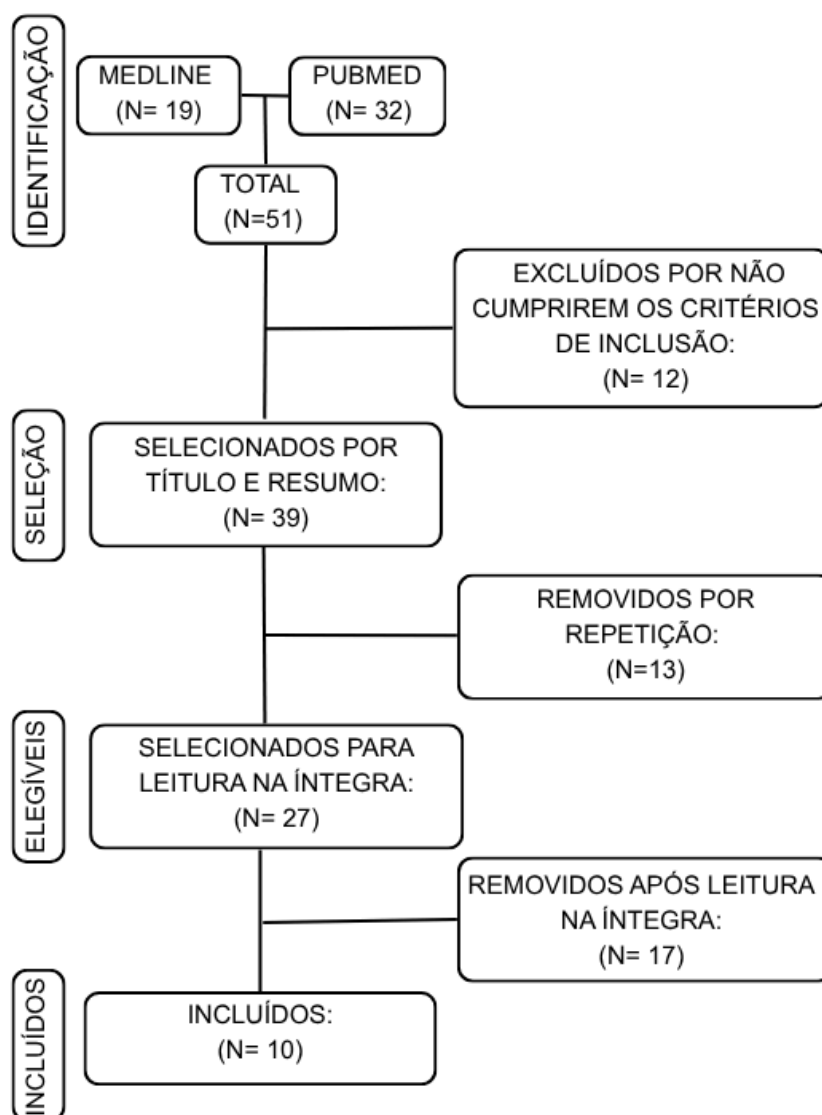


A busca pelos artigos se realizou a partir do Portal de Publicações Periódicas de Aperfeiçoamento de Pessoas de Nível Superior (CAPES) nas bases de dados Medline e PubMed.

A investigação ocorreu entre os meses de julho a setembro de 2025. Foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) associados com o conector booleano AND da seguinte forma: “Mídias Sociais” AND “Anorexia Nervosa” AND “Comportamento”.

Após a exclusão dos estudos duplicados, procedeu-se à análise dos títulos e resumos dos trabalhos remanescentes. Em seguida, os artigos com potencial de elegibilidade tiveram seus textos completos avaliados conforme os critérios de seleção, sendo posteriormente submetidos à leitura crítica e à análise, conforme ilustrado na Figura 1.

**Figura 1** - Fluxograma das etapas de busca dos artigos nas bases de dados, segundo as recomendações PRISMA.



Fonte: Elaboração própria (2025)

A busca inicial foi realizada por 2 investigadores independentes. Ao inserir os descritores e os filtros foi obtido o resultado de 51 artigos, sendo eles: 19 da Medline e 32 da PubMed.

Durante o processo de seleção, a triagem dos títulos e resumos resultou na exclusão de 12 artigos por não atenderem ao tema ou aos critérios de inclusão e exclusão. Assim, 39 estudos seguiram para análise detalhada, dos quais 13 foram posteriormente descartados por se tratarem de duplicatas.

Quanto aos critérios de elegibilidade, 27 estudos foram selecionados para leitura na íntegra, enquanto 17 foram excluídos por não atenderem ao objetivo da pesquisa. Por fim, na etapa de inclusão, 10 estudos foram selecionados para compor a amostra final.

Os estudos selecionados deveriam obedecer aos seguintes critérios de inclusão: artigos publicados entre 2020 a 2024 (o tempo selecionado se deu pela necessidade de contar com estudos mais recentes sobre o tema), artigos de livre acesso on-line, disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol. Os critérios de exclusão estabelecidos foram: ser dissertação, estudos de caso, resumos, editoriais, tese e revisão de literatura. Só um dos artigos foi tido e consideração quando se encontravam repetidos em mais de uma base de dados.

Os dados do estudo incluídos foram extraídos e ordenados em um instrumento de coleta de dados elaborado pela autora com as seguintes variáveis: informações sobre o estudo (ano de publicação, país, idioma), autor/título, base de dados, tipo de estudo/nível de evidência, número da amostra e principais resultados.

Na avaliação dos estudos, o nível de evidência foi designado de acordo com a seguinte classificação: nível I metanálise de estudos controlados e aleatorizados; nível II estudo experimental; nível III estudo quase experimental; nível IV estudo descritivo não experimental ou com enfoque qualitativo nível V relato de caso ou experiência e nível VI consensos e opiniões de especialistas (Melnik B M, *et al.*, 2015).

Cada artigo foi lido e seus dados avaliados, organizados, analisados e interpretados. Em seguida, as informações foram organizadas cronologicamente, considerando o ano de publicação, e os resultados foram sintetizados na Tabela 1.

No que se refere às considerações éticas, por se tratar de uma revisão integrativa, o estudo não exigiu submissão a um comitê de ética em pesquisa. Entretanto, todas as normas de direitos autorais foram rigorosamente respeitadas, garantindo a preservação do conteúdo original dos autores e a devida citação das informações extraídas dos artigos consultados. Ressalta-se, ainda, que o autor desta pesquisa não possui conflitos de interesse.

## **4 RESULTADOS**

Foram selecionados 10 artigos que responderam à pergunta norteadora. A concentração dos estudos se deu da seguinte forma: 2020, 2021, 2022 e 2023 contabilizou 01 estudo (10%) publicado em cada ano e a maior concentração se deu em 2024 com 06 (60%) artigos publicados em. Além disso, todos os artigos selecionados foram escritos em língua inglesa.

O número total de usuários de mídias sociais investigados foi de 4.836. A maioria dos estudos utilizou amostragem por conveniência e, nas pesquisas que incluíram grupos comparativos, apenas os números correspondentes aos usuários analisados no contexto dos conteúdos pró-anorexia foram considerados no total.

A Tabela 1 reúne a síntese dos estudos selecionados para esta revisão, apresentando tanto os resultados citados anteriormente quanto as demais informações obtidas na análise.

**Quadro 1 – Resultados - Artigos selecionados para estudo**

Ano/ País/ Idioma	Autor/ Título	Base de dados	Tipo de estudo/ Nível de evidência	Amostra	Resultados
2020/ Austrália/ Inglês	LONERGAN A R, <i>et al.</i>  Proteja-me da minha selfie: examinando a associação entre comportamentos em redes sociais baseados em fotos e transtornos alimentares autodeclarados na adolescência.	Medline	Observacional, transversal /  IV	4.209	Comportamentos como evitar postar selfies, investir em fotos E manipular fotos estavam associados a maiores chances de apresentar critérios para AN. Os achados sugerem que esses comportamentos podem ser úteis na avaliação clínica e na identificação de risco para transtornos alimentares na adolescência.
2021/ Reino Unido/ Inglês	Ioannidis K/  Riscos digitais na alimentação: o que sabemos e o que não sabemos.	PubMed	Meta-análise/  I	25	Atividades como o consumo de conteúdos pró-anorexia, uso de aplicativos de controle de calorias e exposição a imagens manipuladas podem contribuir para o agravamento desses sintomas, especialmente entre jovens e mulheres. Os autores destacam ainda o impacto negativo do cyberbullying, da auto-objetificação e de plataformas de namoro na percepção corporal.
2022/	Pruccoli J, <i>et al.</i>	Medline	Transversal quantitativo/	78	64% dos pacientes encontraram conteúdo pró-Ana

Itália/ Inglês	O uso do TikTok entre crianças e adolescentes com transtornos alimentares: experiência em um centro público italiano de terceiro nível durante a pandemia de SARS-CoV-2.		IV		na plataforma sem busca ativa, destacando uma exposição passiva significativa. Além disso, conteúdos relacionados à dieta e culinária foram os mais pesquisados, refletindo possíveis influências na percepção de alimentação saudável e indesejada. Os autores observaram que o uso de TikTok pode tanto oferecer uma narrativa de recuperação quanto facilitar a disseminação de conteúdos prejudiciais, reforçando a necessidade de estudos adicionais sobre o impacto de redes sociais na saúde mental de adolescentes.
2023/ Paquistão / Inglês	<i>Mushtaq T, et al. / Prevalência de transtornos alimentares e sua associação com o vício em mídias sociais entre jovens</i>	PubMed	Quantitativo, transversal/ IV	350	Aproximadamente 42% dos jovens apresentaram risco provável de transtornos alimentares, enquanto 41,7% apresentaram vício em mídias sociais. Houve uma relação positiva entre vício em mídias sociais e sintomas de transtornos alimentares, especialmente anorexia e preocupação com a comida. Fatores como residência, tabagismo e histórico familiar de transtornos alimentares influenciaram significativamente essa associação.
2024/ Austrália/ Inglês	GRIFFITHS S, et al. / O TikTok contribui para transtornos alimentares? Uma comparação dos algoritmos do TikTok em indivíduos com transtornos alimentares versus controles saudáveis.	PubMed	Observacional, transversal/ IV	102	Os autores apontam que a exposição frequente a vídeos que promovem ideais de magreza, dietas extremas e exercícios intensos está associada a maior insatisfação corporal e risco de desenvolvimento de AN. O estudo também destaca que o algoritmo da plataforma tende a reforçar esse tipo de conteúdo, criando um ciclo de exposição e reforço negativo. Por outro lado, o artigo reconhece que o TikTok também abriga conteúdos positivos, voltados à recuperação e à aceitação corporal, embora em menor proporção.
2024/ Itália/ Inglês	Demaria F, et al. / Corpo, imagem e tecnologia digital na adolescência e na cultura jovem contemporânea.	PubMed	Revisão sistemática/ VI	14	O uso de tecnologias digitais influencia significativamente a percepção da imagem corporal entre adolescentes, podendo contribuir para a insatisfação e problemas de saúde mental, mas também oferece potencial para intervenções positivas. É fundamental promover

					educação digital e estratégias de enfrentamento para mitigar os efeitos negativos e fortalecer aspectos positivos na formação da autoimagem dos jovens.
2024/ Índia/ Inglês	Suhag K, <i>et al.</i> / Efeitos das mídias sociais sobre transtornos alimentares e imagem corporal em jovens adolescentes	Medline	Estudo qualitativo/ IV	35	O contato frequente com conteúdos que exaltam padrões de magreza e beleza ideal está associado à insatisfação corporal, baixa autoestima e comportamentos alimentares desordenados, especialmente entre meninas
2024/ Bélgica/ Inglês	Praet N, <i>et al.</i> / A associação entre o uso de mídias sociais e o comportamento alimentar de adolescentes belgas diagnosticadas com anorexia nervosa: uma abordagem qualitativa.	PubMed	Estudo qualitativo/ IV	7	Os conteúdos pró-anorexia que exaltam a magreza e promovem dietas restritivas intensificaram a insatisfação corporal e hábitos alimentares nocivos. Durante o processo de recuperação das adolescentes entrevistadas, observaram uma mudança de percepção, reconhecendo os efeitos negativos desses conteúdos e adotando estratégias de evitação com apoio familiar e profissional.
2024/ Suécia/ Inglês	<u><i>Sjöström D K, et al. /</i></u> <i>Útil ou não? Um estudo qualitativo sobre a experiência de adolescentes do sexo feminino com o TikTok durante a recuperação da anorexia nervosa</i>	Medline	Qualitativo, exploratório/ IV	14	As participantes entrevistadas relataram que o conteúdo da plataforma exerce efeitos ambíguos: de um lado, vídeos relacionados à recuperação e à positividade corporal proporcionam apoio emocional e sensação de pertencimento; de outro, o algoritmo expõe frequentemente as usuárias a conteúdos pró-ana, como postagens sobre dietas, exercícios e corpos idealizados, que podem dificultar a recuperação e reativar pensamentos desordenados.
2024/ Itália/ Inglês	BOZZOLA E, <i>et al.</i> / Edição de fotos e o risco de anorexia nervosa entre crianças e adolescentes	PubMed	Revisão de escopo/ VI	2	Os resultados indicam que o uso de filtros e aplicativos de edição está relacionado à maior insatisfação corporal, internalização do ideal de magreza e risco elevado de desenvolver AN.

## 5 DISCUSSÃO

Os resultados da presente revisão integrativa evidenciaram que os conteúdos pró-anorexia disseminados nas mídias sociais exercem influência significativa no desenvolvimento e na manutenção de comportamentos característicos da AN.

Observou-se que tais conteúdos promovem a idealização da magreza extrema como sinônimo de autocontrole e sucesso, reforçando comparações sociais negativas e distorções da autoimagem corporal.

Suhag K, *et al.*, (2024) afirma que quanto maior for o tempo de permanência nas MS maior será a taxa de insatisfação corporal e o desenvolvimento de hábitos alimentares não saudáveis, principalmente se a houver uma grande procura por assuntos relacionados à alimentação, exercícios físicos e autoimagem.

A ampliação do tempo de permanência nas mídias sociais foi influenciada pela mudança nos algoritmos de exibição de conteúdo durante o isolamento social da pandemia de COVID-19. Antes, as postagens eram apresentadas em ordem cronológica e de acordo com as pessoas que o usuário acompanhava, posteriormente, passaram a ser exibidas conforme os interesses e o tempo de permanência do usuário em uma postagem, gerando recomendações repetitivas e personalizadas que estimulam o uso prolongado das plataformas (Pruccoli J, *et al.*, 2022; Sjöström D K, *et al.*, 2024; Griffiths S., *et al.*, 2024)

Essa mudança deu abertura para a criação de comunidades e perfis pró-ana que funcionam como espaços de validação e incentivo a práticas alimentares restritivas, onde a doença é frequentemente romantizada e tratada como um estilo de vida (Demaria F, *et al.*, 2024). Essa dinâmica favorece a normalização de condutas de risco, como jejuns prolongados, contagem obsessiva de calorias e exercícios excessivos, especialmente entre adolescentes e jovens adultos em busca de pertencimento e aceitação social, além de tornar esse tipo de conteúdo viciante e de difícil evitação (Ioannidis K, 2021; Praet N, *et al.*, 2024).

Outro comportamento característico dos conteúdos pro-ana é a edição e manipulação de fotos por meio de filtros ou aplicativos de edição fotográfica que reforçam padrões corporais idealizados (Suhag K, *et al.*, 2024; Lonergan A R, *et al.*, 2020). Ioannidis K (2021) e Bozzola E, *et al.* (2024) apontam que o uso de filtros e a edição excessiva de autofotografias aumentam a discrepância entre a autoimagem real e a percebida, estimulando comparações e autocrítica.

A AN está frequentemente associada a graves complicações psicológicas como episódios de automutilação, depressão e ideação suicida. Além de ocasionar complicações clínicas como arritmias e enfraquecimento do músculo cardíaco, esofagite, rupturas esofágicas ou gástricas, redução da atividade sexual e

amenorreia, evidenciando seu caráter multifatorial e potencialmente letal (Suhag K, *et al.*, 2024).

Tais complicações reforçam a necessidade de um acompanhamento multidisciplinar. É fundamental que, durante as consultas médicas e de enfermagem, sejam investigados os hábitos alimentares, uma vez que muitos pacientes apresentam resistência em reconhecer seus comportamentos como característicos da AN ou não percebem a gravidade de seus sintomas (Suhag K, *et al.*, 2024).

Além disso, a participação da família no processo terapêutico é fundamental, uma vez que a AN acomete majoritariamente adolescentes, os quais tendem ao isolamento por vergonha ou dificuldade em buscar ajuda. Muitos relatam a ausência de supervisão quanto aos conteúdos acessados nas MS e à falta de rotina estruturada para as refeições, fatores que podem contribuir para a manutenção do transtorno (Sjöström D K, *et al.*, 2024; Mushtaq T, *et al.*, 2023).

Praet N, *et al.* (2024) cita em seu estudo a necessidade dos profissionais de saúde desenvolverem estratégias educacionais que abordem a conscientização e evitação ativa dos conteúdos gatilhos pró-ana, e chama essas estratégias de alfabetização midiática. Essas estratégias junto com o aconselhamento e supervisão parental tendem a reduzir os riscos de desenvolvimento da AN.

Diante do exposto, evidencia-se que a exposição a conteúdos pró-ana nas MS está diretamente relacionado ao desenvolvimento de comportamentos característicos da AN, uma vez que esses materiais reforçam idealizações corporais irreais e práticas alimentares prejudiciais. A interação contínua com tais conteúdos normaliza restrições extremas, incentiva comparações corporais negativas e intensifica a insatisfação com a própria imagem.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo evidenciou a AN como um transtorno alimentar que pode acometer qualquer faixa etária e a exposição a conteúdos caracterizados como pró-ana está diretamente relacionado à insatisfação corporal, baixa autoestima e risco aumentado de desenvolver comportamentos característicos AN.

A exposição constante a padrões estéticos irreais reforça ideais de magreza e beleza inalcançáveis, contribuindo para o surgimento e a manutenção de distorções corporais e hábitos alimentares disfuncionais.



É essencial compreender que, embora as redes sociais possam funcionar como espaços de apoio e recuperação, elas também representam ambientes de alto risco, especialmente quando os algoritmos promovem o consumo repetitivo de conteúdos gatilho.

Dessa forma, os profissionais de saúde poderiam implementar ações educativas voltadas à alfabetização midiática e à orientação parental sobre o uso de redes sociais. A integração de estratégias de educação emocional e corporal requer uma abordagem interdisciplinar, que una saúde, educação e tecnologia.

O uso mais crítico, seguro e saudável das MS pode fazer com que seus usuários evitem o consumo de conteúdos pró-ana, possibilitando a mudança do ideal de beleza e o aumento da aceitação corporal, fatores que podem diminuir as chances de desenvolvimento da AN.

## 7 REFERÊNCIAS

ATTIA, E., WALSH B. T., ZIMMERMAN M. Anorexia Nervosa. **Manual MDS Versão para Profissionais da Saúde**, Abr 2025. Acesso em: 12 de set de 2025. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt/profissional/transtornos-psi%C3%A1tricos/transtornos-alimentares/anorexia-nervosa>

BERG, M. S. B. Vamos falar a verdade sobre a história dos transtornos alimentares. **Eating Recovery Center**, 10 de jan de 2022. Acesso em: 12 de set de 2025. Disponível em: <https://www.eatingrecoverycenter.com/resources/eating-disorders-history>

BOZZOLA, E., Scarpato E, Caruso C, Russo R, Aversa T, Agostiniani R. Edição de fotos e o risco de anorexia nervosa entre crianças e adolescentes. **“The Italian Journal of Pediatrics”**, v. 50, n. 1, 4 nov. 2024. Acesso em: 11 de set de 2025. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11536783/>

BRASIL. Câmara dos Deputados. Transtorno alimentar atinge cerca de 15 milhões de brasileiros, revela pesquisador em audiência na Câmara. **Agência Câmara de Notícias**, Brasília, 11 jul. 2024. Acesso em: 12 de set de 2025. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/1082779-transtorno-alimentar-atinge-cerca-de-15-milhoes-de-brasileiros-revela-pesquisador-em-audiencia-na-camara/>.

CAMARGO, A. C. Participação político-cidadã no contexto das redes sociais digitais: perspectivas das juventudes brasileiras. **Universidade Estadual Paulista**, JUN DE 2021. Acesso em: 03 de nov de 2025. Disponível em: <https://abpcom.com.br/wp-content/uploads/2021/07/CAMARGO-RedesSociaisAtivismoMidiatico.pdf>

DEMARIA, F., Pontillo M., Di Vincenzo C., Bellantoni D., Pretelli I., Vicari S. Corpo, imagem e tecnologia digital na adolescência e na cultura jovem contemporânea. **Frontiers in Psychology**, v. 15, 23 out. 2024. Acesso em: 7 de set de 2025. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11538009/#sec5>

GRIFFITHS, S., Harris, E. A., Whitehead G., Angelopoulos F., Stone B., Grey W., Dennis S. O TikTok contribui para transtornos alimentares? Uma comparação dos algoritmos do TikTok de indivíduos com transtornos alimentares versus controles saudáveis. **Body Image**, v. 51, p. 101807, 5 nov. 2024. Acesso em: 11 de ago de 2025. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144524001293?via%3Dihub>

IOANNIDIS, K.; CHAMBERLAIN, SR Riscos Digitais para a Alimentação e a Alimentação: O que Sabemos e o que Não Sabemos. **Current Psychiatry Reports**, v. 23, n. 9, 15 jul. 2021. Acesso em: 7 de set de 2025. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8280587/>

LONERGAN, A. R.; BUSSEY, K.; FARDOULY, J.; GRIFFITHS, S.; MURRAY, B. S.; HAY, P.; MOND, J.; TROMPETER, N.; MITCHISON, D. Proteja-me da minha selfie: examinando a associação entre comportamentos em redes sociais baseados em fotos e transtornos alimentares autorrelatados na adolescência. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 5, p. 637-810, 07 de abr de 2020. Acesso em: 11 de nov de 2025. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/eat.23256>

LOZANO-MUÑOZ, N., BORRALLA-RIEGO A., GUERRA-MARTÍN M. D. Eficácia das intervenções para ajudar a mitigar a influência das redes sociais na anorexia e na bulimia nervosa: uma revisão sistemática. **Anais do Sistema de Saúde de Navarra**, v. 47, n. 1, 16 de abril de 2024. Acesso em: 9 de set de 2025, Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11095134/>

MELNYK B M, GALLAGHER-FORD L, LONG L E, FINEOUT-OVERHOLT E. The establishment of evidence-based practice competencies for practicing registered nurses and advanced practice nurses in real-world clinical settings: proficiencies to improve healthcare quality, reliability, patient outcomes, and costs. **Worldviews Evid Based Nurs**, v 11, n 1, p 5-15, fev de 2014. Acesso em: 14 de nov de 2025. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24447399/>

MUSHTAQ, T. Ashraf S., Hameed H., Irfan A., Shahid M., Kanwal R., Aslam M.A., Shahid H., Koh-E-Noor, Shazly G. A., Khan M. A., Jardan Y. A. B. Prevalência de Transtornos Alimentares e sua Associação com o Vício em Mídias Sociais entre Jovens. **Nutrients**, v. 15, n. 21, p. 4687, 5 nov. 2023. Acesso em: 10 de set de 2025, Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10647586/>

PRAET, N., Stevens J, Casteels K, Toelen J. A Associação do Uso de Mídias Sociais e Comportamento Alimentar de Adolescentes Belgas Diagnosticadas com Anorexia Nervosa — Uma Abordagem Qualitativa. **Children**, v. 11, n. 7, p. 822, 1 jul. 2024. Acesso em: 10 de set de 2025. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11276355/>

PRUCCOLI, J. De Rosa M., Chiasso L., Perrone A., Parmeggiani A. O uso do TikTok entre crianças e adolescentes com transtornos alimentares: experiência em um centro público italiano de ensino superior durante a pandemia de SARS-CoV-2.

**Revista Italiana de Pediatria**, v. 48, n. 1, 30 jul. 2022. Acesso em: 10 de set de 2025. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9338669/>

SANTOS, C. M. C.; PIMENTA, C. A. M.; NOBRE, M. R. C. A Estratégia Pico Para A Construção Da Pergunta De Pesquisa E Busca De Evidências. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v 15, n 3, mai-jun de 2007. Acesso em 12 de set de 2025. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rlae/a/CfKNnz8mvSqVjZ37Z77pFsy/?format=pdf&lang=pt>

SJÖSTRÖM, D. K., Lindström, T. M., Kapetanovic, S., Claesdotter-Knutsson, E. Helpful or not? A qualitative study on female adolescents' experience of TikTok when recovering from anorexia nervosa. **The international journal of eating disorders**, v. 57, n. 11, p. 2217–2227, 2024. Acesso em: 11 de agosto de 2025. Disponível em:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/eat.24265>

SOUSA, L. G. Influência Da Mídia Sobre Os Padrões Estéticos E Riscos Atribuídos Ao Processo De Emagrecimento: Uma Revisão Bibliográfica. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 1, n. 1, p. 361–369, 2023. Acesso em: 3 nov. 2025. Disponível em:

<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10526>

SUHAG, K.; RAUNIYAR, S. Efeitos das Mídias Sociais em Transtornos Alimentares e Imagem Corporal em Jovens Adolescentes. **Cureus**, v. 16, n. 4, 21 abr. 2024.

Acesso em: 8 de set de 2025. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38770510/>

WHITTEMORE, R; KNAFL, K. Revisão integrativa: metodologia atualizada. **Journal of Advanced Nursing**, v. 52, n. 5, p. 546–553, dez. 2005. Acesso em: 12 de set de 2025. Disponível em:

[https://www.researchgate.net/publication/7498980\\_The\\_integrative\\_review\\_Update\\_methodology](https://www.researchgate.net/publication/7498980_The_integrative_review_Update_methodology)