

MÍDIAS SOCIAIS E SAÚDE MENTAL: IMPLICAÇÕES PSICOLÓGICAS DIANTE DAS PRESSÕES ESTÉTICAS EM ADOLESCENTES DE DIFERENTES CORPOS

Data de aceite: 01/04/2024

Ademar Rocha da Silva

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/3462741737378990>

Maria Eduarda Gonzaga Kruschewsky

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/5823177832940632>

Hillary Nunes Rocha

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/5563153871965905>

Fabiana Maria de Souza

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/5978618549893594>

Carlos Alberto Ferreira Danon

Escola Bahiana de Medicina e Saúde

Pública (EBMSP)

Salvador-Ba

<http://lattes.cnpq.br/9732909640025501>

José Marcos Teixeira de Alencar Filho

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/0807801389134684>

Carine Lopes Calazans

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/1902831110621207>

Joana Grazziele Bomfim Ribeiro

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/7861563471627074>

Andreza Maia Silva Barbosa

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/8701743748535622>

Morganna Thinesca Almeida Silva

Faculdade Irecê (FAI)

Irecê-Ba

<http://lattes.cnpq.br/1370186142096453>

RESUMO: No contexto da sociedade capitalista, onde a maximização dos lucros é a prioridade, indústrias, como a da beleza, têm utilizado amplamente as mídias sociais para promover seus produtos, centrando-se na construção e alimentação do desejo por corpos que se enquadrem nos padrões estabelecidos de beleza. Isso gera pressões constantes sobre adolescentes que utilizam essas mídias, e por muitas vezes, tende a

discriminar e rejeitar corpos que não se encaixam nos padrões sociais determinados. O objetivo deste estudo é discutir os impactos psicológicos enfrentados por adolescentes considerados fora desses padrões de beleza na contemporaneidade. Realizamos uma revisão narrativa da literatura, explorando teoricamente o conteúdo proposto. A pesquisa foi conduzida por meio de buscas em bibliotecas on-line de artigos científicos, nas bases de dados BVS e CAPES, com recorte temporal entre 2010 e 2022. Para análise, adotamos a técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2011), que inclui pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados, inferência e interpretação. Observamos que as demandas sociais e midiáticas exercem uma influência direta no aumento da insatisfação corporal durante a adolescência, uma vez que os ideais divulgados nas mídias sociais são frequentemente inatingíveis para a maioria dos adolescentes. Essa busca incessante por mudanças na autoimagem, impulsionada pelas mídias sociais, pode levar a sentimentos de insatisfação, frustração e problemas psicológicos como ansiedade, depressão e transtornos alimentares. Concluimos que a promoção constante e indiscriminada de modelos estéticos através das mídias sociais pode contribuir para o adoecimento físico, social e mental dos adolescentes. **PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes; Mídias Sociais; Imagem Corporal; Psicologia; Saúde Mental.

SOCIAL MEDIA AND MENTAL HEALTH: PSYCHOLOGICAL IMPLICATIONS OF AESTHETIC PRESSURES IN ADOLESCENTS WITH DIFFERENT BODIES

ABSTRACT: In the context of capitalist society, where maximizing profits is the priority, industries, such as beauty, have widely used social media to promote their products, focusing on building and feeding the desire for bodies that fit the established standards of beauty. This creates constant pressure on teenagers who use these media, and often tends to discriminate and reject bodies that do not fit into determined social standards. The objective of this study is to discuss the psychological impacts faced by teenagers considered outside these beauty standards in contemporary times. We carried out a narrative review of the literature, theoretically exploring the proposed content. The research was conducted through searches in online libraries of scientific articles, in the VHL and CAPES databases, with a time frame between 2010 and 2022. For analysis, we adopted the content analysis technique proposed by Bardin (2011), which includes pre-analysis, exploration of the material and treatment of results, inference and interpretation. We observed that social and media demands have a direct influence on the increase in body dissatisfaction during adolescence, since the ideals promoted on social media are often unattainable for the majority of adolescents. This incessant search for changes in self-image, driven by social media, can lead to feelings of dissatisfaction, frustration and psychological problems such as anxiety, depression and eating disorders. We conclude that the constant and indiscriminate promotion of aesthetic models through social media can contribute to the physical, social and mental illness of adolescents. **KEYWORDS:** Adolescents; Social Media; Psychological Impacts; Aesthetic Pressure.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS), define saúde mental como um estado de bem-estar onde o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, lidar e recuperar-se do estresse causado normalmente pelo cotidiano, sendo capaz de contribuir com sua comunidade de forma produtiva. Nesse sentido, em um mundo altamente digitalizado, onde as mídias sociais permeiam as formas de socialização mais comuns, é imprescindível identificar e compreender de que forma elas podem impactar na saúde mental das diversas fases do desenvolvimento humano, principalmente no âmbito da adolescência.

Do ponto de vista do desenvolvimento humano, Papalia (2013) define a adolescência como uma passagem da infância para a vida adulta, onde uma transição no desenvolvimento será experienciada pelo sujeito, uma sucessão de mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais, que têm diversos significados atribuídos a ela conforme contextos sociais, culturais e econômicos aos quais o sujeito que vivencia a adolescência está inserido. Assim sendo, é importante reconhecer que as experiências diárias de aprendizagem na adolescência ocidental ocorrem, cada vez mais, no contexto digitalizado (GIOVANELLI, OZER e DAHL, 2020).

Na contemporaneidade, os adolescentes estão imersos nesse contexto digital que permeia todos os aspectos de suas vidas. Com o acesso fácil e instantâneo à internet e às redes sociais, eles estão constantemente conectados e expostos a uma ampla gama de conteúdos e interações. Este ambiente digital oferece oportunidades para aprender, se expressar e se conectar com os outros, mas também apresenta desafios significativos. Os adolescentes enfrentam pressões sociais, como a busca por aceitação e validação dos seus corpos, por medo da repressão.

Com base nos dados nacional, no Brasil, o número de usuários de redes sociais como o WhatsApp, Instagram e Facebook é de 90% entre adolescentes e jovens adultos (IBGE, 2018). Weinberg, Ballonoff e Dahl (2017), identificaram que os jovens geralmente se adaptam rapidamente às novas tecnologias, o que, sem a devida instrução, torna-os suscetíveis a influências tanto positivas quanto negativas do conteúdo disponível on-line.

Dessa forma, entende-se que o uso indiscriminado das mídias sociais pelo adolescente, pode resultar, por exemplo, na manifestação de sintomas de ansiedade, isolamento, depressão, baixa autoestima e transtornos alimentares, fatores estes que influenciam diretamente na saúde biopsicossocial dos adolescentes (FAVOTTO *et al.*, 2019; WHITEMAN, 2014).

Em decorrência do grande aumento das tecnologias, do uso acentuado da internet e das redes sociais, é notável que seus responsáveis e fundadores vejam oportunidades de gerar lucros, contando principalmente com a indústria da beleza, que por sua vez não é acessível a todos. Esta pode influenciar no desenvolvimento de desejos inalcançáveis, potencializando assim frustrações e muitas vezes – transtornos, sobretudo, em adolescentes (COPETTI e QUIROGA, 2018).

É importante considerar que os adolescentes estão vivenciando uma fase permeada por preocupações com as questões dos cuidados estéticos e com a imagem corporal diante do grupo a que pertencem. Dessa maneira, uma significativa problemática enfrentada por esses é a discriminação e preconceito pela estética do corpo, imposta pela mídia que faz com que o corpo gordo seja discriminado e rejeitado. Esse padrão de imagem estabelecido e distorcido faz com que grande parte dessa população juvenil recorra desesperadamente a dietas para ter o controle do peso e a aparência exigida, as cirurgias plásticas e excesso de exercícios por não estarem satisfeitos com sua imagem corporal (MURARI e DORNELES, 2018).

Vogel *et al.* (2014) apontam outros impactos da comparação social nas redes sociais como: idealizar para sua realidade o Eu-virtual dos outros, tendo-os como parâmetro, diminuição do bem-estar, afeto negativo; maiores sintomas depressivos e críticas à autoestima. Da mesma forma, Fagundes, Marot e Natividade (2021) indicam efeitos negativos da intensidade de uso da rede social na comparação social, autoavaliações, relações interpessoais e na formação do autoconceito e autoestima de adolescentes.

Diante disso, o presente estudo visa aprofundar a compreensão sobre os impactos psicológicos decorrentes das pressões estéticas presentes nas redes sociais, especialmente para adolescentes que não se conformam aos padrões convencionais de beleza. Almeja-se, assim, desvelar as repercussões psicológicas experimentadas por esse grupo, que frequentemente enfrenta frustrações ao tentar se adequar aos ideais de beleza disseminados pelas plataformas digitais.

METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão narrativa da literatura, que consiste em descrever e discutir o desenvolvimento do conteúdo proposto sob o ponto de vista teórico ou conceitual, o que permite compreendê-los a partir de realidades vivenciadas, bem como dos estudos científicos reunidos (ROTHER, 2017). A presente pesquisa é de caráter exploratório e se enquadra no âmbito do método dedutivo, que se refere à tática que parte de princípios existentes e já reconhecidos como verdadeiros para elaborar uma conclusão de maneira lógica (GIL, 2011). Para este trabalho, foi utilizada a abordagem qualitativa, que de acordo com Minayo (2013), compreende-se como aquela que se ocupa do nível subjetivo e relacional da realidade social e é tratada por meio da história, das causas, das crenças, dos valores e das atitudes dos atores sociais.

A pesquisa foi desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos (GIL, 2008). Desse modo, as buscas dos materiais foram realizadas por meio de bibliotecas *on-line* de artigos científicos, nas principais bases da saúde, sendo estes: Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Foram utilizados os descritores em saúde: Adolescência, Mídias Sociais e Estética. Para o cruzamento dos descritores,

utilizou-se um dos operadores booleanos “AND”. Para a seleção dos artigos, foram analisados os títulos, resumos e textos completos das publicações.

Obedecendo aos critérios de inclusão, empregaram-se artigos completos escritos em Português e Inglês, esses que se remetem ao tema proposto, publicados entre os anos de 2010 a 2022. Os critérios de exclusão são estudos que não abordaram diretamente o tema de interesse, publicações duplicadas, estudos com métodos e/ou amostras inadequadas para responder às perguntas de pesquisa, e trabalhos que não foram revisados por pares ou não atendem a padrões mínimos de qualidade metodológica.

Para auxiliar a investigação e seleção dos artigos, organizou-se fichas realçando o título, base de dados, ano de publicação em ordem alfabética, idioma, resumo, introdução e conclusão. Após a leitura minuciosa dos materiais selecionados, foram realizadas as classificações e agrupamentos para a presente literatura. Portanto, de forma concisa, o processo de busca e seleção dos artigos incluídos nesta revisão, foi feito através do uso de filtros usados para delimitação do tema: Adolescentes; Mídias Sociais; Imagem Corporal; Psicologia; Saúde Mental. Por fim, para a análise dos dados, foi utilizada a análise de conteúdo de acordo com Bardin (2011) que, se divide em três polos cronológicos, a pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados – a inferência e a interpretação.

RESULTADO/DISCUSSÃO

Durante o curso da pesquisa, dez artigos foram identificados e submetidos à análise, destacando seus principais objetivos. Dentro dos estudos selecionados, alguns elucidam de forma clara os fatores que geram insatisfação corporal entre adolescentes decorrente dos padrões estéticos nas mídias sociais, bem como as consequências psicológicas associadas a esses padrões.

Com base no processo de análise categorial temática de dados dos textos sistematicamente selecionados, de Bardin (2011), foi possível observar que a construção da imagem do corpo se inicia desde o nascimento e se desenvolve mediante experiências individuais e relações interpessoais de cada sujeito durante toda a vida. Todavia, é na fase da adolescência que essa imagem corporal ganha evidência, devido a maturação física, psicológica e social dos sujeitos que experienciam a adolescência (PAPALIA, 2013).

Atualmente, percebe-se uma grande preocupação dos adolescentes ocidentais com a sua imagem corporal, que pode ser definida como um complexo de elementos psicológicos, biológicos, sociais e culturais que demarcam a maneira como os indivíduos se veem. A imagem corporal é descrita como uma experiência psicológica mesclada do próprio corpo, pois é a forma pela qual nosso corpo aparece para nós mesmos, sendo muitas vezes uma imagem distorcida, com alguma deficiência ou deformidade que acaba gerando barreiras psicológicas (ALMEIDA, 2017; LEVANDOSKI; CARDOSO, 2013).

A vulnerabilidade psicológica acerca da imagem corporal presente na adolescência, apontada por Copetti e Quiroga (2018), possui aspectos característicos da fase, considerando que é através do corpo que acontece a descoberta da sexualidade, a inserção na fase adulta e também a aceitação. Ou seja, o adolescente, de forma ascendente, possui a necessidade de ser aceito e/ou aprovado pelos seus pares, para que assim tenha sua identidade validada. Desse modo, as vulnerabilidades dão vazão a fatores dubitáveis que apresentam riscos para o sujeito em diversos âmbitos da vida, podendo contribuir de forma disfuncional e causar prejuízos (RIBEIRO *et al.*, 2015).

Sustentados pelas alegações que influenciadores digitais e a indústria da beleza fazem ao veicular, por exemplo, fotos e vídeos de mulheres com o corpo “ideal”, muitos adolescentes buscam um ideal físico inalcançável e, por conseguinte, rejeitam seus corpos por conta da insatisfação corporal gerada pelo consumo exacerbado das mídias sociais (VALE *et al.* 2011; ALMEIDA, 2017). Dessa forma, pode-se inferir que, ter essa representação de corpo tido socialmente como ideal (corpo magro) representa, para além da magreza, ter um corpo magro significa ser aceito socialmente, exprime estar dentro do padrão de beleza desejado.

Fernandes (2019), para além das questões psicopatológicas, considera que os mais relevantes fatores de frustração pessoal, de angústia, crises e conflitos pessoais entre os adolescentes são motivados pela comparação associada a outros corpos e a própria insatisfação corporal. Nesse sentido, a exposição excessiva do adolescente ao uso das mídias sociais provoca uma forte tendência, observada por autores como Vogel (2014), à comparação deles próprios com perfis de influenciadores digitais, que costumam por exemplo, associar medicamentos à magreza, veicular fotos com edições e uso de filtros sem aviso prévio e cultivar a ideia de felicidade constante nas postagens diárias, através dos “stores” da rede social *Instagram*, por exemplo.

A insatisfação corporal, cujo entendimento se dá como um julgamento negativo a respeito do próprio corpo que se apresenta como um dos fatores causadores de sofrimento psíquico, desse modo, a insatisfação aparece como a consequência das influências socioculturais, como a mídia, o meio familiar, educacional e amigos (ALMEIDA, 2017; COPETTI; QUIROGA, 2018). Assim, observa-se que as mídias sociais, como o Facebook e o Instagram, quando utilizadas demasiadamente, contribuem de forma direta para a insatisfação corporal (FERNANDES, 2019). Neste íterim, estudos de Copetti e Quiroga (2018) demonstraram um aumento expressivo na incidência dos transtornos alimentares no público adolescente, sendo esta motivada pela insatisfação com a forma e peso do corpo, em maior escala, do corpo feminino.

Freitas (2010), utiliza a teoria de “Fetinger de Comparação Social” para enfatizar a relação existente entre as comparações e o poder de influência da mídia sob os corpos. Em outras palavras, de acordo com o autor, o mecanismo de comparação social faz com que os indivíduos recorram a pessoas, de realidade muitas vezes parecidas ou até mesmo idealizadas, para comparar a si próprio com os moldes escolhidos.

Assim, mesmo que o processo de compara-se ao outro, descrito por Freitas (2010), pudesse ser positivo, o mecanismo de comparação social na contemporaneidade, ao banalizar o uso exacerbado das mídias sociais no cotidiano, se apresenta como fator de risco para a saúde psíquica dos adolescentes, tendo como motivo o recorde em informações divulgadas pela indústria da beleza através das mídias sociais (PETROSKI *et al.*, 2012; FERNANDES, 2019). Ou seja, os ideais de beleza da atualidade que, tanto influenciam a autopercepção dos adolescentes, são produzidos e pensados minuciosamente para maximizar a comercialização de métodos fabricados para serem temporários, a fim de aumentar a lucratividade da indústria de beleza e, por conseguinte, dos influenciadores digitais que veiculam as propagandas, muitas vezes enganosas, em seus perfis (PETROSKI *et al.*, 2012; FERNANDES, 2019).

Assim, Fernandes (2019) e Silva *et al.* (2021), pontuam com precisão a disparidade entre o mundo midiático e o mundo real, haja vista que a indústria da beleza, sustentada em grande escala por discursos científicos especializados em qualidade de vida fabricados, que associam a saúde ao corpo magro, desconsidera a diversidade de biotipos, raças e singularidades. Nesse sentido, todo este processo referente à insatisfação corporal do adolescente tem influência direta no desenvolvimento de problemas e transtornos psicológicos como a depressão, ansiedade, dificuldade de ajustamento social, baixo autoconceito, autoestima e autoimagem, como também transtornos alimentares (RENTZ-FERNANDES *et al.*, 2017).

A insatisfação corporal está inteiramente ligada a comportamentos alimentares prejudiciais, como a indução de vômito e a compulsão alimentar, citando também o alto investimento em cirurgias plásticas que potencialmente colocam em risco a saúde física e psicológica do indivíduo, considerando as possíveis consequências no processo pré e pós-operatórios (FERNANDES, 2019). Desse modo, existe uma correlação entre a elevada insatisfação com a imagem corporal e alto risco de desenvolvimento de transtornos alimentares, sendo mais associada aos transtornos de bulimia nervosa, anorexia nervosa e compulsão alimentar.

Os autores Lira *et al.* (2017) demonstraram através de um estudo transversal realizado com meninas adolescentes estudantes de escola pública e de uma organização não governamental da capital e do interior de São Paulo, entre 10 e 19 anos, que 85,8% delas estavam insatisfeitas com sua própria Imagem Corporal (IC), a maioria delas desejavam um corpo mais magro. Não obstante, Lira *et al.* (2017) observaram que o acesso diário maior que 10 vezes ao dia ao Facebook e Instagram aumentou a chance de insatisfação corporal em 6,57 e 4,47 vezes, respectivamente.

É possível salientar, conforme afirmam os autores Rentz-Fernandes *et al.*, 2017; Fernandes, 2019; Silva *et al.*, 2021, que toda essa insatisfação precedente da baixa autoestima, caracterizada como fruto do padrão de beleza exigido pela sociedade e transmitido pelas mídias sociais, acarreta em uma série de fatores que impactam a vivência

da adolescência, gerando consequências negativas para as demais fases da vida, entre elas destaca-se a intensificação de sintomas sociais como o desajustamento social.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se observar que as exigências sociais e midiáticas são fatores que influenciam de forma direta no aumento da insatisfação corporal na fase da adolescência, uma vez que os modelos de ideais divulgados nas mídias sociais na maioria das vezes são irreais e, conseqüentemente, é uma impossibilidade biológica para a maioria dos adolescentes. É importante considerar que os adolescentes se encontram em uma fase de descobrimento, transformações e adaptação psíquica e social, conseqüentemente os impactos descendentes dos fatores trazidos podem dar início a transtornos psicológicos como os alimentares.

Em guias de conclusão, é necessário enfatizar a necessidade de estudos posteriores que possam oferecer de maneira mais aprofundada modelos de vulnerabilidades, fatores e motivadores para esta população, visando a facilitação de possíveis atuações e intervenções direcionadas para esse período da vida, além de que, como o exemplo trazido da França, é importante que o Brasil desenvolva um projeto de lei que regulamente o influenciador digital como uma profissão, restringindo que os mesmo veiculem nas redes sociais propagandas que alimentam a pressão estética, a exemplo de remédios e procedimentos estéticos emagrecedores sem eficácia comprovada, uso de filtros e edições de imagens.

Compreende-se que a divulgação incessante, e muitas vezes indiscriminada, de modelos estéticos considerados ideais através de plataformas de mídia social como Instagram, WhatsApp e Facebook pode ser vista como fator de adoecimento físico, social e mental entre os adolescentes. Isso se deve ao fato de que os influenciadores digitais raramente mostram em suas redes as consequências adversas e/ou negativas dos comportamentos influenciados pelas pressões estéticas presentes nesses meios de comunicação. Conseqüentemente, a indústria da beleza, em parceria com as mídias sociais, contribui para a insatisfação corporal dos adolescentes.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. P. de. **A influência da mídia na distorção da imagem corporal de adolescentes**. UniCEUB, Brasília, 2017.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

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. 161-177, 2018.

FAGUNDES, L. S.; MAROT, T. A.; NATIVIDADE, J. C. **Uso do Instagram, Comparação Social e Personalidade como Indicadores de Autoestima**. Psico-USF, v. 25, n. 4, p. 711-724, 2020.

FAVOTTO, L., MICHAELSON, V., PICKETT, W. e Davison, C. **O papel da família e da comunicação mediada por computador na solidão do adolescente.** PLoS UM 14(6): e0214617, 2019. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0214617>

FERNANDES, K. **Impacto das mídias sociais sobre a insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares e depressão em estudantes da Universidade Federal de Ouro Preto.** 2019. 94 f. Monografia (Graduação em Nutrição) - Escola de Nutrição, Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2019.

FERREIRA, E. Z. *et al.* **A influência da internet na saúde biopsicossocial do adolescente: revisão integrativa.** Revista Brasileira de Enfermagem, v. 73, 2020.

FREITAS, N. M. S. C. **Preditores da insatisfação corporal.** 2010.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social.** 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GIOVANELLI, A., OZER, E. M. e DAHL, R. E. **Leveraging Technology to Improve Health in Adolescence: A Developmental Science Perspective.** The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine, 67(2S), S7-S13, 2020.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua – PNAD Contínua sobre o módulo de Tecnologia da Informação e Comunicação – TIC.** Brasília, DF: IBGE, 2018.

LEVANDOSKI, G. e CARDOSO, F. L. **Imagem corporal e status social de estudantes brasileiros envolvidos em bullying.** Revista Latinoamericana de Psicologia, v. 45, n. 1, p. 135-145, 2013.

LIRA, A. G. *et al.* **Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras.** Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 66, p. 164-171, 2017.

MINAYO, M. C. S. **Pesquisa Social: Teoria, método e criatividade.** 6. ed. — Petrópolis, RJ: Vozes, 2007. ISBN 978-85-326-1145-1.

MURARI, K. S. e DORNELES, P. P. **Uma revisão acerca do padrão de autoimagem em adolescentes.** Revista Perspectiva: Ciência e Saúde, v. 3, n. 1, 2018.

PAPALIA, D. E. e FELDMAN, R. D. (Colab.). **Desenvolvimento Humano.** 12ª Porto Alegre: AMGH Editora, 2013.

PETROSKI, E. L.; PELEGRINI, A. e GLANER, M. F. **Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 17, p. 1071-1077, 2012.

RENTZ-FERNANDES, A. R. *et al.* **Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais.** Revista de salud pública, v. 19, p. 66-72, 2017.

RIBEIRO, K. *et al.* **Vulnerabilidade aos Transtornos Alimentares em Adolescentes: fatores que afetam à satisfação com o corpo.** CIAIQ 2015, v. 1, 2015.

ROTHER E. T. **Revisão sistemática X revisão narrativa.** Acta paul. Enferm., São Paulo, 2007.

SALES, S. S., COSTA, T. M. e GAI, M. J. P. **Adolescentes na Era Digital: Impactos na Saúde Mental**. Research, Society and Development, v. 10, n. 9, p. e15110917800-e15110917800, 2021.

SILVA, C. R. e FREITAS, G. S. **O que dizem os estudantes do 9º ano do ensino fundamental sobre as mensagens midiáticas vinculadas à cultura fitness em revistas de beleza e saúde?** Movimento, v. 26, 2021.

VALE, A. M. O., KERR, L. R. S. e BOSI, M. L. M. **Comportamentos de risco para transtornos do comportamento alimentar entre adolescentes do sexo feminino de diferentes estratos sociais do Nordeste do Brasil**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 16, n. 1, p. 121-132, 2011.

VOGEL, E. A. *et al.* **Social Comparison, Social Media, And Self-Esteem**. Psychology Of Popular Media Culture, v. 3, n. 4, p. 206-222, 2014. <https://doi.org/10.1037/ppm0000047>.

Wartberg, L., Kriston, L., Kramer, M., Schwedler, A., Lincoln, T. M., e Kammerl R. **Internet gaming disorder in early adolescence: Associations with parental and adolescent mental health**. Eur Psychiatry. 43, 14-18, 2017.

WHITEMAN, H. **Facebook may play role in marketing junk food to teens, young adults**, 2014. Medical news today: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/284039.php>.

World Health Organization.. **Mental health: a state of well-being**, 2014. http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/