

IMPACTOS DA INFLUÊNCIA MIDIÁTICA NA IMAGEM CORPORAL FEMININA: IMPLICAÇÕES NUTRICIONAIS E COMPORTAMENTAIS.

Iryane Menezes Santana¹
Isabella Paiva da Silva²
Raquel Mendes Rocha Rodrigues³
Patrícia Walker⁴

RESUMO: Esse artigo buscou analisar a influência da mídia na imagem corporal feminina e investigar os impactos nutricionais e comportamentais causados. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, pautada em artigos científicos publicados nos últimos anos nas bases de dados PubMed, SciELO, LILACS e Google Acadêmico. Os resultados apontam que a exposição constante a padrões estéticos irreais e inatingíveis, amplamente propagados pelas redes sociais, atua como um fator determinante para o desenvolvimento de distorções na autoimagem feminina. Consequentemente, essa insatisfação impulsiona a adoção de comportamentos de risco, como dietas restritivas severas sem orientação profissional, uso de substâncias para emagrecimento e práticas extremas de exercícios físicos, elevando o risco nutricional e predispondo as mulheres ao surgimento de transtornos alimentares, como anorexia, bulimia e transtorno dismórfico corporal. Conclui-se que é imperativa a promoção de uma educação midiática crítica e a valorização da diversidade corporal, além da atuação de equipes multidisciplinares de saúde para prevenir e tratar os danos causados pela pressão estética.

Palavras-chave: Imagem Corporal. Mídias Sociais. Transtornos Alimentares.

ABSTRACT: This article sought to analyze the influence of the media on female body image and investigate the resulting nutritional and behavioral impacts. This is an integrative literature review, based on scientific articles published in recent years in the PubMed, SciELO, LILACS, and Google Scholar databases. The results indicate that constant exposure to unreal and unattainable aesthetic standards, widely propagated by social networks, acts as a determining factor in the development of distortions in female self-image. Consequently, this dissatisfaction drives the adoption of risky behaviors, such as severe restrictive diets without professional guidance, the use of weight loss substances, and extreme physical exercise practices, increasing nutritional risk and predisposing women to the emergence of eating disorders, such as anorexia, bulimia, and body dysmorphic disorder. It is concluded that the promotion of critical media education and the appreciation of body diversity are imperative, in addition to the action of multidisciplinary health teams to prevent and treat the damage caused by aesthetic pressure.

Keywords: Body Image. Social Media. Eating Disorders.

¹ Nutricionista – CRN4 2510549, Universidade Cesumar.

² Nutricionista – CRN4 1510059, Universidade Veiga de Almeida.

³ Nutricionista – CRN4 21101472, Faculdade Nova Ferlagos.

⁴ Nutricionista – CRN4 991005740, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). Pós-graduação em Terapia Nutricional pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ).

RESUMEN: Este artículo buscó analizar la influencia de los medios de comunicación en la imagen corporal e investigar los impactos nutricionales y conductuales resultantes. Se trata de una revisión integradora de la literatura, basada en artículos científicos publicados en los últimos años en las bases de datos PubMed, SciELO, LILACS y Google Académico. Los resultados indican que la exposición constante a estándares estéticos irreales e inalcanzables, ampliamente propagados por las redes sociales, actúa como un factor determinante para el desarrollo de distorsiones en la autoimagen femenina. En consecuencia, esta insatisfacción impulsa la adopción de comportamientos de riesgo, como dietas restrictivas severas sin orientación profesional, el uso de sustancias para adelgazar y prácticas extremas de ejercicio físico, aumentando el riesgo nutricional y predisponiendo a las mujeres a la aparición de trastornos alimentarios, como anorexia, bulimia y trastorno dismórfico corporal. Se concluye que es imperativa la promoción de una educación mediática crítica y la valoración de la diversidad corporal, además de la actuación de equipos multidisciplinares de salud para prevenir y tratar los daños causados por la presión estética.

Palabras clave: Imagen Corporal. Medios de Comunicación. Trastornos Alimentarios.

INTRODUÇÃO

A influência da mídia na construção de padrões de beleza tem sido amplamente discutida nas últimas décadas, especialmente no que se refere ao impacto sobre a percepção corporal feminina. A constante exposição a imagens que valorizam corpos considerados “ideais”, frequentemente associados à magreza ou a padrões estéticos específicos, contribui para o desenvolvimento de sentimentos de inadequação e insatisfação corporal entre mulheres de diferentes faixas etárias. Com o avanço das tecnologias digitais e das redes sociais, esses conteúdos passaram a circular de forma ainda mais intensa, ampliando a pressão estética e reforçando modelos corporais muitas vezes inalcançáveis (PERLOFF, 2014).

A insatisfação corporal é um fenômeno multifatorial que envolve aspectos socioculturais, psicológicos e comportamentais. Estudos indicam que a exposição frequente a imagens idealizadas do corpo feminino pode levar à comparação social constante, influenciando negativamente a percepção que as mulheres têm de si mesmas (TIGGEMANN e SLATER, 2013). Nesse contexto, a mídia exerce papel relevante na formação de crenças e valores relacionados à aparência física, contribuindo para o aumento da preocupação com o peso, com a forma corporal e com a busca por padrões estéticos socialmente valorizados.

A exposição frequente às redes sociais tem sido associada ao aumento da insatisfação corporal e ao desenvolvimento de comportamentos alimentares de risco. Plataformas digitais baseadas no compartilhamento de imagens, como Instagram e TikTok, favorecem a disseminação de padrões estéticos idealizados que podem influenciar a percepção corporal, especialmente entre mulheres jovens. A constante comparação com imagens de corpos

considerados “perfeitos” pode contribuir para o surgimento de transtornos alimentares, como anorexia nervosa e bulimia nervosa, além de estimular práticas alimentares restritivas e prejudiciais à saúde (TIGGEMANN; SLATER, 2013).

Além das consequências psicológicas, a insatisfação com o próprio corpo pode impactar diretamente o comportamento alimentar e o estado nutricional. A busca por adequação aos padrões corporais divulgados pela mídia frequentemente leva à adoção de dietas restritivas, práticas inadequadas de controle de peso e comportamentos alimentares desordenados, os quais podem comprometer a saúde física e mental das mulheres (ALVARENGA e PHILIPPI, 2011). Esses comportamentos, quando associados à pressão estética e à comparação social, podem aumentar o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares e outras alterações relacionadas à alimentação.

Adicionalmente, pesquisas demonstram que a influência midiática pode contribuir para a internalização de padrões de beleza e para o aumento da insatisfação corporal, especialmente entre mulheres jovens e adolescentes (FARDOU, SOUZA e SILVA, 2023). Esse processo pode desencadear impactos não apenas na percepção corporal, mas também em atitudes e comportamentos relacionados à alimentação, à autoestima e ao estilo de vida.

Apesar do crescente número de estudos sobre imagem corporal e influência da mídia, ainda existem lacunas na compreensão integrada dos impactos nutricionais e comportamentais associados a esse fenômeno no biótipo feminino. Dessa forma, torna-se relevante investigar como a exposição aos padrões corporais difundidos pela mídia pode influenciar a insatisfação corporal e quais são suas possíveis repercussões sobre o comportamento alimentar e o estado nutricional das mulheres. O presente artigo busca analisar a influência da mídia na insatisfação corporal feminina, bem como seus impactos nutricionais e comportamentais, contribuindo para ampliar o entendimento sobre essa problemática e suas implicações para a saúde.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo e exploratório, com abordagem qualitativa, que buscou analisar a influência da mídia na imagem corporal feminina e os impactos nutricionais e comportamentais causados. A pesquisa bibliográfica foi realizada mediante o levantamento de artigos científicos em bases de dados eletrônicos reconhecidos, tais como PubMed, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Google Acadêmico.

A busca dos estudos, foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde: "Imagem Corporal", "Mídia", "Transtornos Alimentares" e "Nutrição", combinados através dos operadores booleanos "AND" e "OR". O período de busca compreendeu publicações dos últimos anos, visando garantir a atualidade e a relevância das informações frente às rápidas transformações das mídias digitais e seu impacto na sociedade contemporânea.

Os critérios de inclusão estabelecidos para a seleção da amostra foram artigos que abordassem diretamente a relação entre o uso de redes sociais ou exposição midiática e a percepção da autoimagem corporal feminina, bem como os consequentes riscos nutricionais e comportamentais.

A análise dos dados ocorreu de forma criteriosa, iniciando-se pela leitura dos títulos e resumos dos artigos pesquisados. Posteriormente, procedeu-se à leitura na íntegra dos estudos pré-selecionados, visando a extração das informações pertinentes aos objetivos da pesquisa. Os dados extraídos foram organizados e categorizados, permitindo a síntese dos resultados e a elaboração das discussões acerca da influência midiática na construção da imagem corporal e seus reflexos na saúde física e mental das mulheres.

RESULTADOS

O presente estudo nos resultados e discussões teve como foco analisar em tópicos a influência da mídia na imagem corporal feminina relatada no quadro 1, no quadro 2 os impactos nutricionais envolvendo os transtornos alimentares e o quadro 3 Impactos comportamentais em mulheres. Os resultados foram apresentados em quadros com os seus respectivos títulos contendo os autores, ano, objetivo, pesquisas encontradas e o título de cada artigo.

Primeiramente no Quadro 1 se avalia a influência da mídia na insatisfação corporal (Quadro 1).

Quadro 1 – Influência da mídia na imagem corporal feminina

Autor	Ano	Objetivo	Pesquisas encontradas	Títulos dos artigos
CANDIDO; CEZAR; FORTES	2022	Nesse estudo buscou-se analisar a influência da mídia sobre mulheres brasileiras resultando em uma insatisfação corporal, analisando o risco nutricional, e considerando também o uso das redes sociais por	O resultado questionou as mulheres na idade entre 18-39 anos, as quais relataram que seguiam o que a mídia propunha, modificando seus hábitos alimentares e que já se sentiram mal com a sua própria imagem.	Risco nutricional em mulheres brasileiras por meio do uso das redes sociais e influência da mídia na insatisfação com a imagem corporal

		indivíduos não especializados.		
PAULA; LOPES; ROCHA	2023	Investigar o papel das redes sociais na construção da autoimagem feminina e como os padrões de beleza afetam o desenvolvimento do Transtorno Dismórfico Corporal.	Redes sociais são terreno fértil para difusão de ideologias. A exposição a padrões de beleza irreais leva à frustração e insatisfação corporal, com influenciadores digitais desempenhando um papel central.	A influência das redes sociais na autoimagem feminina: desvendando padrões de beleza e seu papel no desenvolvimento do transtorno dismórfico corporal
SOUZA et al.	2021	Revisar publicações científicas que avaliem a influência da mídia na concepção e/ou insatisfação corporal de indivíduos do sexo feminino.	A maioria dos estudos (38,46%) demonstrou que a mídia influencia negativamente na insatisfação corporal, levando as mulheres a procurarem o ideal sociocultural inatingível.	Influência da mídia sobre o corpo feminino: uma revisão sistemática
JERÔNIMO; SILVA; FERRAZ	2023	Analisar a influência da mídia na percepção da imagem corporal e como a exposição a padrões estéticos afeta atitudes relacionadas à imagem.	A análise apontou uma influência negativa das mídias sociais na imagem corporal. A auto-objetificação e a manipulação digital de imagens são fatores que contribuem para o problema da insatisfação.	A influência da mídia na imagem corporal e no desenvolvimento de transtornos alimentares
BARROS; OLIVEIRA	2017	Compreender como a mídia e a cultura exercem influência sobre a definição do que é considerado belo e o impacto na sociedade.	Indivíduos buscam constantemente se adaptar aos padrões de beleza estabelecidos pela comunicação social, gerando uma busca incessante por um corpo modelo idealizado.	A influência da mídia e da cultura sobre o conceito da beleza
VARGAS	2014	Analisar a influência dos meios de comunicação na construção da imagem corporal e na percepção estética.	A mídia na contemporaneidade fala muito sobre padrões de beleza que enaltecem o corpo magro como a única opção viável de sucesso e aceitação social.	A influência da mídia na construção da imagem corporal

Fonte: Elaboração própria (2026).

O Quadro 2 apresenta os impactos nutricionais e a relação com o desenvolvimento de transtornos alimentares devido à pressão midiática.

Quadro 2 – Impactos Nutricionais e Transtornos Alimentares

Autor	Ano	Objetivo	Pesquisas encontradas	Títulos dos artigos
SILVA; SANTOS	2021	Conscientizar a respeito dos perigos das mídias sociais que propagam informações distorcidas sobre padrões de beleza.	64,4% das universitárias gostariam de ter um corpo menor. A insatisfação corporal é fator de risco para Anorexia, Bulimia e Compulsão Alimentar Periódica na busca por um corpo inalcançável.	A influência da mídia associada a transtornos alimentares
GOMES et al.	2021	Descrever a influência das mídias sociais na autoimagem corporal e na ocorrência de transtornos alimentares, focando no papel da nutrição.	9 em cada 10 mulheres apresentam insatisfação com a aparência. A busca por padrão inatingível leva a distorções da autoimagem, exigindo intervenção nutricional e reeducação alimentar.	Transtornos alimentares e a influência das mídias sociais na autoimagem corporal: um olhar sobre o papel do nutricionista
ALMEIDA et al.	2018	Avaliar a influência de uma rede nos padrões de alimentação de usuários seguidores de perfis fitness.	As mídias induzem comportamentos alimentares muitas vezes restritivos e sem embasamento científico, aumentando a vulnerabilidade a perturbações nutricionais graves.	A influência de uma rede nos padrões de alimentação de usuários e profissionais de saúde seguidores de perfis fitness
HARRIGER; THOMPSON	2012	Analisar as consequências psicológicas da obesidade e o viés de peso na imagem corporal de jovens.	A perseguição pela beleza ideal e a insatisfação com o peso são apontadas como os principais motivos desencadeadores para transtornos	Psychological consequences of obesity: weight bias and body image in overweight and obese youth

alimentares na
juventude.

Fonte:Elaboração própria (2026).

O Quadro 3 detalha os impactos comportamentais em mulheres decorrentes da insatisfação corporal e da influência da mídia (Quadro 3).

Quadro 3 – Impactos Comportamentais em Mulheres

Autor	Ano	Objetivo	Pesquisas encontradas	Títulos dos artigos
CANDIDO; CEZAR; FORTES	2022	Investigar o risco nutricional e comportamental em mulheres pelo uso de redes sociais e influência da mídia.	81,3% das mulheres sentiram-se mal com sua imagem corporal após ver corpos "perfeitos" nas redes; 70,3% compraram produtos online e 64,1% modificaram hábitos por influência da mídia.	Risco nutricional em mulheres brasileiras por meio do uso das redes sociais e influência da mídia na insatisfação com a imagem corporal
PAULA; LOPES; ROCHA	2023	Examinar como os padrões de beleza afetam comportamentos para o desenvolvimento do Transtorno Dismórfico Corporal.	A busca pelo corpo perfeito leva a comportamento extremos, consumo impulsionado de produtos estéticos e alta procura por cirurgias plásticas.	A influência das redes sociais na autoimagem feminina: desvendando padrões de beleza e seu papel no desenvolvimento do transtorno dismórfico corporal
SOUZA et al.	2021	Revisar estudos sobre a influência da mídia no corpo feminino e seus desdobramentos comportamentais.	A mídia influenciou na realização de cirurgias plásticas (23,08% dos estudos) e em alterações	Influência da mídia sobre o corpo feminino: uma revisão sistemática

		drásticas no comportamento alimentar (30,77%), com o Brasil liderando rankings de procedimentos estéticos.	
DAMASCENO et al.	2008	Analisar a relação entre a imagem corporal e o conceito de corpo ideal.	Observa-se uma perseguição pela beleza ideal que tem sido a maior das buscas das mulheres, resultando em comportamentos de risco para atingir um biótipo irreal.
			Imagem corporal e corpo ideal

Fonte: Elaboração própria (2026).

DISCUSSÕES

De acordo com os dados pesquisados no quadro 1 sobre a influência da mídia na imagem corporal, pode-se analisar que as pesquisas de (CANDIDO; CEZAR; FORTES, 2022; PAULA; LOPES; ROCHA, 2023; SOUZA et al., 2021; DAMASCENO et al., 2008) apontam os principais objetivos que evidencia-se o impacto significativo da mídia na percepção corporal e como a idealização de um corpo perfeito afeta diretamente a questão alimentar. Isso demonstra que a mídia exerce uma forte influência na promoção de um corpo "ideal" e "perfeito".

Foram coletados os principais resultados das pesquisas relatadas em cada artigo, sendo assim, o resultado da pesquisa (CANDIDO; CEZAR; FORTES, 2022) questionou mulheres nas faixas etárias de 18 a 39 anos. Quando indagadas, as mesmas relataram que seguiam as tendências da mídia, alterando seus hábitos alimentares, e que já haviam se sentido mal com sua própria imagem.

Já no resultado da pesquisa de (PAULA; LOPES; ROCHA, 2023) coletou que as redes sociais são um ambiente propício para a propagação de ideologias. A exposição a padrões de beleza não realistas causando frustração e insatisfação com a própria imagem, sendo os influenciadores digitais os principais responsáveis.

Para a pesquisa de estudo feito por (SOUZA et al., 2021) aborda que a maioria das pesquisas (38,46%) indicou que a mídia tem um efeito negativo na insatisfação corporal, fazendo com que as mulheres busquem um ideal sociocultural inalcançável.

Nas pesquisas de (JERÔNIMO; SILVA; FERRAZ, 2023) analisou-se que as redes sociais têm um impacto negativo na imagem corporal, acarretando a insatisfação e que essa insatisfação é alimentada por fatores como a auto-objetificação e a manipulação digital de imagens.

Segundo o resultado feito por (BARROS; OLIVEIRA, 2017) As pessoas estão sempre tentando se ajustar aos padrões de beleza definidos pela mídia, o que leva a uma busca constante por um corpo perfeito.

Estudos apontados por (VARGAS, 2014) obtendo-se pelo seu principal resultado coletado indica que os padrões de beleza promovem o corpo magro como a única alternativa viável para o sucesso e aceitação social e isso é amplamente discutido pela mídia atualmente.

Nas pesquisas encontradas no quadro 2, os objetivos exibidos pelos autores (SILVA; SANTOS, 2021) sintetizam sobre os impactos gerados pela influência das mídias sociais na autoimagem corporal e como isso acarreta o desenvolvimento dos transtornos alimentares. O estudo de (GOMES et al., 2021) enfatiza descrevendo as influências propostas pela mídia na autoimagem causando os transtornos alimentares, só que focado na intervenção do papel da nutrição, a pesquisa envolveu-se num estudo que apresentou que as mulheres estavam insatisfeitas com a sua imagem buscando um padrão de aparência inalcançável, exigindo uma intervenção e uma reeducação alimentar, de acordo com o artigo que aborda transtornos alimentares e o impacto das redes sociais na autoimagem corporal: uma análise do papel do nutricionista.

E segundo os principais resultados por (ALMEIDA et al, 2018) foi avaliado em seu principal objetivo de estudo: investigar como o segmento de perfis *fitness* nas redes sociais, especialmente, no instagram, influencia os hábitos alimentares de usuários que os seguem. Os principais resultados indicam que os meios de comunicação promovem comportamentos alimentares frequentemente restritivos e desprovidos de fundamentação científica, elevando o risco de desenvolver distúrbios nutricionais graves.

Já na pesquisa de (HARRIGER; THOPSON, 2012) o principal objetivo foi examinar os efeitos psicológicos da obesidade e o preconceito relacionado ao peso na percepção da imagem corporal de jovens e seu resultado pela busca por beleza ideal e a insatisfação com o peso, e são consideradas as principais causas que levam ao desenvolvimento de transtornos alimentares entre os jovens.

Nos estudos pesquisados sobre os impactos comportamentais em mulheres apresentados conforme os resultados obtidos no quadro 3, conforme os estudos de (CANDIDO; CEZAR; FORTES, 2022) afirma apontando-se como o principal objetivo de seu estudo avaliar o risco nutricional e comportamental voltado para mulheres em decorrência do uso de redes sociais e do impacto da mídia. A pesquisa encontrada nesse artigo foi que após ver corpos "perfeitos" nas redes sociais, 81,3% das mulheres relataram insatisfação com sua imagem corporal; 70,3% adquiriram produtos online e 64,1% alteraram seus hábitos devido à influência da mídia.

Em consoante com o estudo apontado por (PAULA; LOPES; ROCHA, 2023) o seu objetivo de estudo foi analisar como os padrões de beleza influenciam comportamentos que levam ao desenvolvimento do Transtorno Dismórfico Corporal. O principal foco no estudo foi para o público feminino em que a procura pelo corpo ideal resulta em comportamentos extremos e de maneira crescente e se analisou o consumo de produtos estéticos tendo a maior demanda por cirurgias plásticas.

Conforme os estudos de (SOUZA et al. 2021) apontam em seu objetivo de estudo avaliar pesquisas acerca do impacto da mídia no corpo feminino e suas consequências comportamentais, e com esse estudo apontado na pesquisa foi encontrada que mais uma vez a mídia teve impacto na realização de cirurgias plásticas em 23,08% dos estudos e em mudanças significativas no comportamento alimentar em 30,77%, com o Brasil ocupando o primeiro lugar nos rankings de procedimentos estéticos.

E o objetivo de estudo do (DAMASCENO et al. 2008) foi examinar a conexão entre a imagem corporal e a noção de corpo ideal, a pesquisa encontrada foi notada que a busca pela beleza ideal tem sido a maior preocupação das mulheres, levando-as a adotar comportamentos arriscados para alcançar um biótipo que não é real, ou seja, inalcançável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente análise evidencia que a influência midiática desempenha um papel central na construção da imagem corporal feminina, atuando como um importante determinante sociocultural que molda percepções, comportamentos e práticas relacionadas ao corpo e à alimentação. A disseminação de padrões estéticos restritos e, muitas vezes, inatingíveis contribui para a internalização de ideais corporais que reforçam a insatisfação, a comparação social e a vigilância constante sobre o próprio corpo.

Nesse contexto, os impactos observados não se limitam à dimensão psicológica, mas se estendem de forma significativa aos aspectos nutricionais e comportamentais. A busca pela

adequação aos padrões difundidos pela mídia favorece a adoção de práticas alimentares inadequadas, como dietas restritivas, comportamentos compensatórios e padrões alimentares desordenados, os quais podem comprometer o estado nutricional e aumentar o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares.

Adicionalmente, o ambiente digital e as redes sociais intensificam esses efeitos ao ampliarem a exposição e a frequência do contato com conteúdos que valorizam determinados corpos, muitas vezes mediados por mecanismos de validação social. Esse cenário potencializa a vulnerabilidade feminina, especialmente entre jovens, evidenciando a necessidade de uma abordagem mais crítica sobre o consumo de mídia e seus impactos na saúde.

Dessa forma, torna-se fundamental compreender a influência midiática de maneira integrada, considerando suas repercussões nutricionais, comportamentais e psicossociais. Ressalta-se, ainda, a importância da atuação do nutricionista de forma ampliada, incorporando estratégias de educação nutricional crítica e promoção de uma relação mais saudável com o corpo e a alimentação. Por fim, destaca-se a necessidade de futuras pesquisas que aprofundem a compreensão desses impactos, contribuindo para o desenvolvimento de intervenções mais eficazes na promoção da saúde e do bem-estar feminino.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Simone Gonçalves de et al. A influência de uma rede nos padrões de alimentação de usuários e profissionais de saúde seguidores de perfis fitness. **Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde**, v. 22, n. 3, p. 194-200, 2018.
- ALVARENGA, Marle dos Santos; PHILIPPI, Sonia Tucunduva. **Imagem corporal e comportamento alimentar**. Barueri: Manole, 2011.
- BARROS, M. D.; OLIVEIRA, R. P. A. **A influência da mídia e da cultura sobre o conceito da beleza**. In: CONFERÊNCIA BRASILEIRA DE FOLKCOMUNICAÇÃO, 18., 2017, Recife. Anais [...]. Recife: UFRPE/FACIPE, 2017.
- DAMASCENO, V. O. et al. Imagem corporal e corpo ideal. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 14, n. 2, p. 81-94, 2008.
- FARDOU, F.; SOUZA, L. V.; SILVA, D. A. Influência da mídia na percepção da imagem corporal e comportamento alimentar em mulheres. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 16, n. 8, 2023.
- GOMES, G. S. C. R. et al. Transtornos alimentares e a influência das mídias sociais na autoimagem corporal: um olhar sobre o papel do nutricionista. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 15, 2021.

HARRIGER, J. A.; THOMPSON, J. K. Psychological consequences of obesity: weight bias and body image in overweight and obese youth. **International Journal of Psychiatry**, v. 24, p. 247-252, 2012. DOI: 10.3109/09540261.2012.678817.

PAULA A. V.; LOPES, V. A. S.; ROCHA W. S. A influência das redes sociais na autoimagem feminina: desvendando padrões de beleza e seu papel no desenvolvimento do transtorno dismórfico corporal. **Revista Contemporânea**, 2023; 3(11): 20706-20726.

PERLOFF, Richard M. Social media effects on young women's body image concerns: theoretical perspectives and an agenda for research. **Sex Roles**, v. 71, p. 363-377, 2014.

SILVA, B. L. L. F. et al. **A influência da mídia associada a transtornos alimentares**. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) – Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, Recife, 2022.

SOUZA, Karla da Silva et al. Influência da mídia sobre o corpo feminino: uma revisão sistemática. **Interfaces Científicas – Humanas e Sociais**, v. 9, n. 2, p. 385-400, 2021.

SOUZA CANDIDO, Lully Stéfany de; CEZAR, Nadja Maria de Araújo Parra; FORTES, Renata Costa. Risco nutricional em mulheres brasileiras por meio do uso das redes sociais e influência da mídia na insatisfação com a imagem corporal. **Brasília Médica**, v. 59, p. 1-8, 2022.

THOMPSON, John B. **A mídia e a modernidade: uma teoria social da mídia**. Petrópolis: Vozes, 2011.

TIGGEMANN, Marika; SLATER, Amy. NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. **International Journal of Eating Disorders**, v. 46, n. 6, p. 630-633, 2013.

VARGAS, Eliza. Meios de comunicação e imagem corporal: a influência da mídia na construção da imagem corporal. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, v. 29, n. 1, p. 73-75, 2014.