



IMPLICAÇÕES DO USO DAS MÍDIAS SOCIAIS NA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM MULHERES - UMA REVISÃO NARRATIVA

JUCIELE DE ALMEIDA SANTOS PEREIRA; TATIANE ROCHA DA SILVA SANTOS

INTRODUÇÃO: O público mais afetado com o padrão de beleza imposto pela sociedade são as mulheres, a influência dessas redes faz aumentar a insatisfação das mesmas com seus corpos, resultando assim grandes implicações na percepção da imagem corporal e no comportamento alimentar, podendo gerar transtornos alimentares, causado pela distorção de imagem. **OBJETIVOS:** Esta revisão narrativa tem como objetivo verificar as implicações da exposição às mídias sociais, principalmente as chamadas redes sociais, no comportamento alimentar e na autoimagem corporal de mulheres. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão de literatura do tipo narrativa, utilizando artigos em português encontrados nas bases de dados: Google Acadêmico e SciELO, no período de 10 anos (2011 - 2021). **RESULTADOS:** O padrão de beleza imposto idealizado pela sociedade e divulgado pela mídia faz com que mulheres sintam-se insatisfeitas com o seu corpo, fazendo com que levem-nas a reproduzir dietas altamente restritivas e/ou a prática excessiva de exercícios físicos. Por conseguinte, acabam por desenvolver comportamentos de risco para o aparecimento de transtornos alimentares, o que se torna uma forma de compensação pela ingestão das calorias extras, tentando sempre estar dentro do ideal de corpo perfeito. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a grande maioria dos perfis que abordam temas relacionados a nutrição nas redes sociais, não são profissionais da área da nutrição, em sua maioria são administrados por blogueiras e digital influencers, que em geral postam suas rotinas de exercícios físicos e recomendações sobre alimentação, sem embasamento científico, podendo gerar riscos para as pessoas que seguem esses perfis sem o acompanhamento de um nutricionista.

Palavras-chave: Comportamento alimentar, Imagem corporal, Redes sociais, Mulheres, Transtornos alimentares.