



A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ADOLESCENTES E SEUS FAMILIARES.

MARIA EDUARDA RODRIGUES DE OLIVEIRA; MARINA PASCHOAL SILVA; JULIANA KESSAR CORDONI DRUMMOND; LÍGIA DE FÁTIMA NOBREGA REATO; GISLAINE DA SILVA BRITO

Introdução: Em meio a tantas turbulências que permeiam as transformações sociais da adolescência destaca-se a mídia como ditadora de novos padrões. Assim, por ser uma fase tão intensa e delicada é primordial receber a devida atenção e cuidado para que o adolescente cresça de maneira plena e saudável. **Objetivo:** Promover saúde e conhecimento enquanto compreendemos as percepções dos adolescentes em relação a sua imagem corporal e o comportamento alimentar no adolecer em meio às influências midiáticas. **Relato de Experiência:** A ação educativa foi realizada no decorrer de uma semana, pelos alunos de medicina e nutrição, do projeto de extensão universitária “Espelho, espelho meu...”/Transtornos Alimentares na Adolescência, na sala de espera do Instituto de Hebiatria FMABC. Os adolescentes acompanhados de seus responsáveis, enquanto aguardavam atendimento multidisciplinar participaram de uma dinâmica (quiz) e debate, que abordou as influências midiáticas intrínsecas na conduta alimentar. Ao final, foram convidados a responder individualmente ao questionário *Eating Attitudes Test (EAT-26)* para avaliar o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares. **Discussão:** A aplicação dos questionários tipo EAT-26 ocorreu após dinâmica em sala de espera, em 35 adolescentes, de ambos os gêneros, com idades entre 12 e 18 anos. Dentre os 35, 10 apresentaram questões importantes com a imagem corporal e relação com a comida e riscos para transtornos alimentares. Há também uma correlação do exercício com o foco na queima de calorias, e não na saúde e bem estar. Aproximadamente 28% dos adolescentes apresentaram possíveis insatisfações e receios com a imagem corporal, além de comportamentos alimentares disfuncionais. Verificou-se que existe o desejo em ser mais magro e o medo do excesso de peso. Os dados convergem com diversos estudos que demonstram que os adolescentes representam um grupo vulnerável para o desenvolvimento de transtornos alimentares e apontam a mídia como fator negativo contribuinte deste cenário. **Conclusão:** A ação demonstrou que a mídia exerce grande influência sobre os hábitos alimentares e, por isso, a abordagem do tema se torna necessária para promoção de um crescimento saudável durante a adolescência.

Palavras-chave: MÍDIAS; SAÚDE DO ADOLESCENTE; TRANSTORNOS DA ALIMENTAÇÃO E DA INGESTÃO DE ALIMENTO; INFLUÊNCIA MIDIÁTICA; EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA