

# O Papel do Instagram no Desenvolvimento de Transtornos Alimentares

Isabelle Rachel Paiva Gomes

Universidade Metodista de São Paulo - UMESP

**Resumo:** Este artigo trabalha com a hipótese de que o Instagram, em particular, e as redes sociais, em geral, podem ser considerados dispositivos tecnológicos e midiáticos que contribuem para o surgimento de transtornos alimentares. Por meio da análise de canais específicos, dos discursos, comportamentos e práticas neles veiculados, pretende-se mostrar como isso se dá em postagens de *digital influencers* ligadas ao mundo *fitness*. Sem possuir formação profissional na área de saúde, elas expõem em seus perfis, com milhões de seguidores, um estilo de vida forjado em um “corpo perfeito” padronizado na cultura da magreza, além de indicarem dietas, treinos e, em alguns casos, utilizarem discurso gordofóbico e de incentivo à anorexia e à bulimia. O presente estudo está vinculado ao Trabalho de Conclusão do Curso de Jornalismo da Universidade Metodista de São Paulo (Umesp) em 2020, cujo tema é mulheres e homens em processo de recuperação dos transtornos alimentares e aceitação do próprio corpo.

**Palavras-chave:** transtornos alimentares, Instagram, influenciadores digitais, anorexia, bulimia.

Este artigo é parte da pesquisa voltada para o Trabalho de Conclusão de Curso de graduação em Jornalismo da Universidade Metodista de São Paulo do ano de 2020, cujo tema é mulheres e homens em processo de aceitação do próprio corpo após um transtorno alimentar, que busca retratar como é aprender a desenvolver o amor próprio e, principalmente, pelo próprio corpo após crises de desordem alimentar, problema recorrente na atualidade, que atinge principalmente meninas adolescentes e jovens mulheres.

Os transtornos alimentares (TAs), como é do conhecimento comum, são disfunções caracterizadas por perturbações no comportamento alimentar, distorção da imagem corporal e o constante medo de engordar. Podem surgir por fatores biológicos, psicológicos e socioculturais, ou seja, são doenças multifatoriais. O objeto deste artigo é mostrar como as redes sociais, e principalmente o Instagram, podem favorecer o surgimento dos TAs, sobretudo por meio dos chamados influenciadores digitais, que têm ganhado cada vez mais força no mundo da internet. Mas, não é qualquer tipo de influenciador ou influenciadora e, sim, aqueles ligados ao mundo *fitness* e que mostram em seus perfis conteúdos relacionados a corpo, rotinas, dietas, academias, treinos, propagandas de medicamentos e alimentos etc., e que, no mínimo indiretamente, produzem discursos gordofóbicos e de supervalorização do padrão corporal magro.

Este artigo se constitui de três partes. A primeira traça um panorama atual dos transtornos alimentares a partir da visão de especialistas e estudiosos do tema. A segunda parte entra no mundo dos influenciadores digitais para identificar que práticas, comportamentos ou discursos promovidos por eles podem ser considerados como tendo uma ligação direta com o tema dos transtornos alimentares. Nesta parte, ocorre a interpretação, tento analisar em que sentido essas práticas, comportamentos e/ou discursos podem ter influência ou impacto negativo no caso específico dos transtornos alimentares.

Na terceira parte um contraponto será mostrado, no sentido de mostrar também influenciadoras digitais que valorizam iniciativas nas redes sociais que promovem amor próprio e a autoestima das pessoas.

### **Anorexia e bulimia na visão dos especialistas**

Os transtornos alimentares são graves e complexas patologias caracterizadas por perturbações no comportamento alimentar, distorção da imagem corporal, baixa autoestima, preocupação excessiva com o peso e medo de engordar. Segundo o Manual de Diagnóstico e Estatística dos Transtornos Mentais-DSM-5 (5ª Edição, 2014), os transtornos alimentares estão divididos em Síndrome de Pica, Transtorno de Ruminação, Transtorno Alimentar

Restritivo/Evitativo, Transtorno de Compulsão Alimentar, Anorexia Nervosa e Bulimia Nervosa. Além destes, hoje já se fala de muitos outros tipos, como vigorexia, ortorexia e drunkorexia. Para este estudo, iremos nos ater aos tipos mais comuns, que são a anorexia e a bulimia.

Como informa o site do Ambulim - Programa de Transtornos Alimentares do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo -, “não há uma única etiologia responsável pelos transtornos alimentares”. Acredita-se no modelo multifatorial, com participação de componentes biológicos, genéticos, psicológicos, socioculturais e familiares”. Ainda de acordo com a mesma fonte de informação:

"De modo geral, os transtornos alimentares são produtos de uma complexa inter-relação entre aspectos biológicos, psicológicos e socioculturais. Portanto, sendo problemas multifatoriais em suas gêneses, ultrapassam a capacidade terapêutica de qualquer um, isoladamente. Daí a importância de uma interação multidisciplinar."

Assim, como doenças complexas e multifatoriais, ou seja, que podem possuir mais de um fator causador, os transtornos alimentares necessitam de um tratamento que envolva simultaneamente diversos profissionais, como nutricionistas, psicólogos, psiquiatras, terapeutas ocupacionais, educadores físicos, enfermeiros, endocrinologistas, pediatras, fonoaudiólogos.

É preciso ter em conta que esses distúrbios alimentares são “democráticos”. Apesar de diversas pesquisas apontarem que atingem mais mulheres e meninas na fase adolescente, os TAs podem afetar também homens, meninos e crianças. Além de não escolher idade e gênero, um transtorno alimentar também não escolhe classe social e nem quando ou onde aparecer. Assim, toda e qualquer pessoa está propensa a ter distúrbios alimentares.

A anorexia nervosa (AN), ou somente anorexia, de acordo com diversas fontes, é caracterizada por um forte desejo de emagrecer e uma acentuada perda de peso, recusa de comer, medo excessivo de engordar, distorção da própria

imagem, obsessão por contagem de calorias, prática elevada de exercícios físicos e, em pacientes do sexo feminino, ocorre também a amenorréia, que é a ausência da menstruação por três meses ou mais. “Trata-se de uma condição mental com a mais alta taxa de mortalidade, pois provoca uma perda de peso muito rápida”, descreve a psiquiatra Christina de Almeida dos Santos, da Faculdade Pequeno Príncipe (BIERNATH, VEJA Saúde, 2020).

Outra definição bastante interessante e clara é a dos autores OLIVEIRA E SANTOS (2006), que explicam a anorexia nervosa como sendo uma recusa sistemática em manter o peso mínimo normal adequado à idade, acompanhada de uma perturbação no modo como o indivíduo vivencia seu peso e forma física.

Mais problemas físicos podem vir a surgir em níveis graves da doença, como desmaios, forte intolerância ao frio por conta da excessiva perda de massa corporal e, por consequência, o aparecimento do fenômeno lanugo, em que o corpo começa a produzir mais pelos finos no rosto e outras partes do corpo a fim de se aquecer, além da bradicardia, isto é, a diminuição na frequência cardíaca (que pode levar à parada cardíaca). Com a evolução da doença podem surgir também anemia, problemas na coagulação, pancreatite, alterações na função renal, perda da função renal etc. (CORDÁS et. al, 1998).

Problemas emocionais podem também aparecer em conjunto com a AN e os outros transtornos alimentares, como a depressão, ansiedade, “manias”, TOC, irritabilidade e, em casos extremos, tentativas de suicídio.

Já a bulimia nervosa (BN), ou só bulimia, possui como principais características ingestões descontroladas de grandes quantidades de alimentos (chamados episódios bulínicos) em um curto período de tempo, seguidos de sentimento de culpa e sequeamente por episódios de purgação, que é a realização regular e frequente de vômitos auto induzidos, uso e abuso de laxantes e diuréticos, catárticos ou pílulas de dieta, dietas restritivas, longos períodos de jejuns e rigorosas práticas de exercícios físicos (CORDÁS, 1998), a fim de eliminar o número excessivo de calorias ingeridas. Além, é claro, da forte preocupação com o peso e imagem corporal.

Ainda segundo Cordás et al (1998, p. 31), os problemas físicos que podem vir a acontecer devido à bulimia são dores de garganta por conta da força para realizar o vômito; dores de estômago, que acontecem por uma “inflamação do tecido” que reveste o estômago, esôfago e faringe, continuamente à acidez do suco gástrico; face inchada e dolorida por conta do aumento das glândulas parótidas, pois os vômitos frequentes aumentam a produção de saliva; diarreias e constipação devido ao abuso de laxantes; alteração no esmalte dentário, podendo desenvolver cáries, doenças gengivais e até a perda dos dentes. Também ocorrem problemas gastrointestinais, como úlceras, esofagites e gastrites.

Há, ainda, uma forte afirmação do senso comum que liga apenas pessoas magras ou extremamente magras aos transtornos alimentares. Porém, pessoas obesas ou acima do peso podem vir a ter essas doenças também, principalmente pacientes bulímicos ou que possuem o transtorno de compulsão alimentar.

### **Discursos negativos de *influencers fitness***

As redes sociais podem se tornar um gatilho e até serem um incentivo aos distúrbios alimentares, principalmente o *Instagram*, plataforma que surgiu em 2010 com o intuito de que pessoas pudessem compartilhar fotos e vídeos em seus perfis em formato de *feed* de conteúdo e para que as postagens possam ser vistas, é necessário deslizar o dedo pela tela que rapidamente aparecerá a próxima; o que significa que ao se ter um contato com um post, pouco se sabe sobre o que está por detrás dele (FERREIRA & PERES, 2019, p. 148), trazendo uma efemeridade para tudo o que é produzido nesta rede social.

Com o passar do tempo, o *Instagram* passou a servir como uma ferramenta de trabalho para os chamados *digitais influencers*, ou como são popularmente conhecidos, blogueiras e blogueiros, que utilizam a plataforma para fazer posts patrocinados por empresas, divulgar produtos por permuta e também compartilham seu dia a dia com seus milhares de seguidores. Mas, não é qualquer tipo de influenciadora ou influenciador que pode vir a ser um gatilho para os TAs, mas sim aqueles que produzem conteúdo ligados ao mundo *fitness* e que mostram em seus perfis postagens relacionadas a corpo, rotinas, dietas, academias,

treinos, propagandas de medicamentos e alimentos etc., e que, no mínimo indiretamente, produzem discursos gordofóbicos e de supervalorização do padrão corporal magro.

Cito como exemplo duas blogueiras do nicho de alimentação e exercícios que reproduziram discurso de incentivo à bulimia e de culto ao corpo magro. Vale ressaltar que ambas não possuem formação em nenhuma área da saúde.

A primeira é Gabriela Pugliesi, *digital influencer* envolvida em diversas polêmicas. Uma delas ocorreu em 2015, quando ela publicou em seu perfil da rede social *Snapchat* uma série de vídeos sugerindo aos seus seguidores um “método” não convencional para não engordar e não sair da dieta: enviar nudes (fotos nuas) para uma melhor amiga e caso você fure a dieta, ela espalhará essas fotos nas redes sociais. Discurso totalmente irresponsável, visto que incentiva o bullying e a exposição do próprio corpo como forma de punição, que causou muita repercussão e revolta nos internautas.

Segundo uma matéria da Folha de S. Paulo de abril de 2020, Gabriela já disse a seus seguidores para mastigar e cuspir chocolate antes de engolir, somente para matar a vontade. Tal prática é classificada como bulímica e anoréxica.

Além disso, a blogueira já recebeu diversos processos. Um deles e também o que mais teve repercussão na mídia foi o do CREF1 (Conselho Regional de Educação Física do Rio de Janeiro e do Espírito Santo), que em 2017 encaminhou uma queixa-crime ao Ministério Público do Rio de Janeiro denunciando-a por exercício ilegal da profissão de educador físico em um evento que realizou na praia da Barra da Tijuca.

Atualmente ela está com seu perfil pessoal do *Instagram* desativado por ter sido alvo de críticas e pela perda de diversos patrocinadores por ter dado uma festa em plena pandemia do Covid-19 (Coronavírus). Lá ela compartilhava dicas de dietas, treinos, chás, alimentos e remédios para emagrecer. Mas, ainda possui ativo seu canal no *Youtube* com 707 mil inscritos chamado “Vendi Meu Sofá com Gabriela Pugliesi”, onde ainda é possível encontrar vídeos com algumas destas indicações,

apesar de ela ter apagado muitos por conta das polêmicas em que se envolveu. Lembrando que ela não é nutricionista e nem educadora física, não possuindo nenhuma formação na área da saúde.

**FIGURA 1 - Thumb do vídeo “Nova dieta da Gabriela Pugliesi”**



*Print da thumb do vídeo no Youtube do canal “Vendi Meu Sofá com Gabriela Pugliesi”*

Neste vídeo, Gabriela começa falando que iniciou uma nova dieta, já que estava comendo muitas comidas sem serem consideradas saudáveis e que necessitava dessa mudança pois não nasceu com a “sorte” que algumas pessoas têm de comer de tudo e não engordar. Esta frase é problemática, pois não existe sorte em ser uma pessoa magra e nem azar em ser uma pessoa gorda.

Ela continua mostrando os alimentos já preparados ou cortados ao lado de sua cozinheira, dando a entender que esta a ajuda no preparo das refeições. Assim, é possível perceber o quão fácil para Gabriela é manter sua dieta, já que têm acesso a diferentes tipos de comida e ainda a uma pessoa para fazer os preparos por ela. Mas, provavelmente esta não é a realidade de muitos que assistiram esse vídeo. Outros apontamentos sobre a problemática deste vídeo são as indicações de alimentos para acelerar o metabolismo e que as dicas de receitas para sua dieta são de um coach que a acompanha. *Coachs* não são profissionais da saúde para terem permissão de passar dietas.

A segunda influenciadora a ser citada é Mayra Cardi, ex-participante do reality show Big Brother Brasil, coach e dona do programa “Seca Você Renove”, focado em emagrecimento e mudanças de hábitos alimentares. Possui em seu perfil pessoal do Instagram @mayracardi 4,1 milhões de seguidores e, assim como Gabriela, já sofreu processos. Um deles foi do Conselho Regional de Nutricionistas da 3ª Região de São Paulo, que denunciou a blogueira também por exercício ilegal

da profissão, já que ela não possui formação nenhuma na área da saúde para ter um programa voltado para esta temática.

Mayra já se envolveu em diversas polêmicas praticando discursos gordofóbicos criticando pessoas gordas, associando somente o corpo magro à saúde, indicando remédios, treinos e dietas sem possuir nenhuma formação profissional na área da saúde, mas somente cursos de coach.

Retirei do perfil do Instagram da influencer uma postagem em que ela traz para seus seguidores a ideia de que corpo magro é um corpo saudável exibindo o próprio físico “definido”.

**FIGURA 2 - Mayra Cardi**



*Print de uma foto do perfil pessoal no Instagram de Mayra Cardi*

Neste próximo print, é possível notar uma demonização de um alimento, colocando-o como vilão quando ela sugere cuspi-lo. Cuspir comida é parte de comportamento bulímico e anoréxico também.

**FIGURA 3 - Mayra Cardi**



*Print de uma foto do perfil pessoal no Instagram de Mayra Cardi*

Ao se deparar com este tipo de conteúdo, o seguidor ou seguidora pode entender que aquele modelo de vida é o ideal a ser seguido e que por conta da rapidez com que a informação chega, defendida pelas autoras FERREIRA & PEREZ, é deixada de lado a hipótese de que aquelas fotos podem conter uma série de edições e truques, de que a pessoa pode ter passado por diversas cirurgias plásticas ou que talvez possa trabalhar com a aparência física e ter uma rotina baseada em alimentação saudável e exercícios controlada por uma equipe à disposição. Isso acaba gerando certo desconforto, tristeza e vontade de replicar e se tornar aquilo que estão vendo na tela.

Absorvemos a informação sem pensar que em uma foto de um corpo idealizado como padrão pode haver edições, colocações específicas de ângulos e

toda uma vida diferenciada do modelo da foto, que, provavelmente, não vive a mesma realidade de todas as pessoas que curtem sua postagem (FERREIRA & PERES, 2019, p. 148 e 149).

Esta vontade de atingir o padrão e a comparação é que pode vir a ser um gatilho para o desenvolvimento dos TAs. As pessoas se comparam com o que estão vendo, se frustram e vão em busca de se tornarem magras não importa se for de forma não saudável, pois o importante é se encaixar naquele modelo.

### **Instagram como canal de empoderamento**

Em contrapartida do que foi relatado na segunda parte deste artigo, existem influencers que utilizam o Instagram como um espaço para desconstruir o corpo padronizado como magro, falar sobre amor próprio e também sobre experiências com TAs.

Como por exemplo Alexandra Gurgel, que é jornalista, influenciadora, dona do perfil @alexandrismos e do canal no Youtube também chamado “Alexandrismos”. Em ambas as plataformas ela demonstra o quanto ama seu corpo gordo e estimula outras pessoas a fazerem o mesmo; também traz pautas sobre body positive, auto aceitação, autoestima e luta contra a gordofobia. Ela também é fundadora do “Movimento Corpo Livre”, de aceitação corporal para todos os tipos de corpos em que diferentes mulheres compartilham suas fotos e suas histórias. Alexandra sofreu por anos com transtornos alimentares e dietas extremamente restritivas, além de ter realizado várias cirurgias por insatisfação com o corpo fora do padrão. Ela também é autora do livro “Pare de se odiar”, que incentiva os leitores a desenvolver o amor próprio e a construírem uma autoimagem positiva.

**FIGURA 4 - Alexandra Gurgel**



*Print de uma foto do perfil pessoal do Instagram de Alexandra Gurgel*

Mirian Bottan é jornalista, influenciadora e administra o perfil @mbottan no Instagram (que encontra-se desativado no momento) dedicado ao combate dos transtornos alimentares. Ela teve anorexia, compulsão alimentar, bulimia e ortorexia (obsessão pela alimentação saudável), pois desde pequena se preocupava com sua imagem por participar de concursos de beleza. Desenvolveu além dos TAs, vício em bebidas e drogas, anemia, amenorreia, depressão e ansiedade. Depois de muitos anos de tratamento, ela conseguiu finalmente se livrar desses distúrbios que tanto afetaram sua saúde e começou a compartilhar sua história pós-transtornos na internet relatando as dificuldades que enfrentou e incentivando outras pessoas a se

tratarem e vencerem os TAs, além de se libertarem dos padrões corporais e pararem de relacionar um corpo magro a um corpo saudável.

Existem homens também nesse combate aos padrões sociais, como Bernardo Boechat, do canal no Youtube “Beta” e que está no Instagram como @betafala. Colunista no Mídia NINJA e podcaster no programa “As tias do pavê”, ele compartilha em seus perfis assuntos sobre universo LGBT, games, cultura pop e movimento corpo livre. O namorado de Bernardo, Caio Cal (@caiorevela), ativista e stylist, também está na internet combatendo a gordofobia e em busca da normalização do corpo gordo na sociedade.

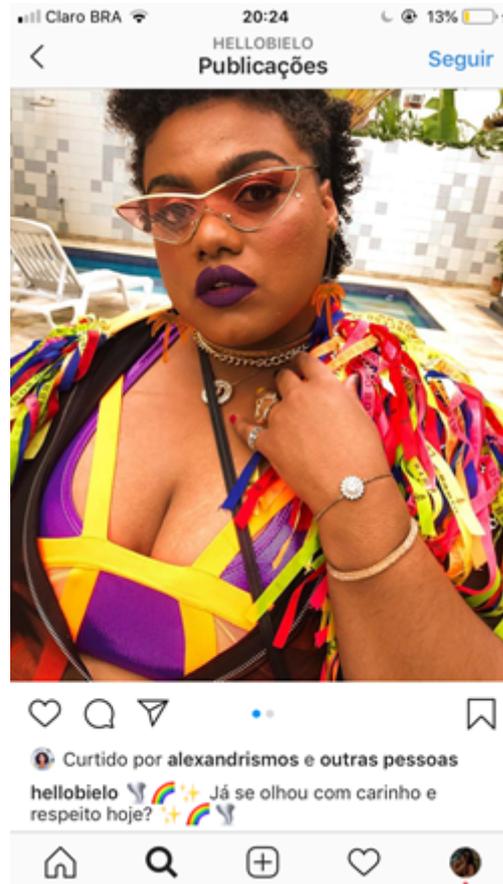
**FIGURA 5 - Bernardo Boechat**



*Print de uma foto do perfil pessoal do Instagram de Bernardo Boechat*

Outros perfis que fazem parte do movimento body positive nas redes sociais são: Luiza Junqueira (@luizajunquerida), dona do canal no Youtube “Tá Querida?” e criadora da hashtag #corpãoquerido, um incentivo a pessoas descobrirem seu corpo e aprender a amá-lo exatamente como é; Bielo Pereira (hellobielo), apresentadora

do programa “Coisa Boa pra Vc” no canal GNT e podcaster do “As tias do pavê”, compartilha em suas redes diversas pautas sobre racismo, movimento corpo livre, conteúdo LGBT e moda.



*Print de uma foto do perfil pessoal do Instagram de Bielo Pereira*

### **Considerações finais**

O objetivo inicial deste artigo era mostrar como a rede social Instagram poderia ser um possível gatilho para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Como estudado ao longo da pesquisa os TAs, em linhas gerais, são disfunções na relação que um indivíduo têm com a comida e seu corpo, possuindo um enorme medo de engordar e uma imagem distorcida de si mesmo, essas doenças podem surgir por vários motivos e precisa de tratamento multiprofissional para que haja uma boa recuperação. À partir disso, surgiu-me a suposição de que um desses

muitos fatores causadores são conteúdos produzidos por *digitais influencers*, que usam discursos de valorização da magreza, conteúdos com foco total no corpo e incentivo a dietas e treinos. Como provado com reportagens e fotos, há sim blogueiras que utilizam das redes sociais para promoverem este tipo de comportamento que pode ser um estímulo a um corpo padrão, e que por conta do imediatismo da internet, gerar comparação dos leitores com aquilo que estão vendo do outro lado da tela, sem saber se é real ou não, gerando frustração e o aparecimento de doenças mentais e emocionais, como os TAs. Porém, seria necessário pesquisas com mais influenciadoras e estudos de casos por um período maior de tempo, para que houvesse uma análise de discurso mais completa, há ainda poucos estudos aprofundados sobre este, sendo um campo de pesquisa que precisa de maior exploração.

É possível compreender de antemão que a plataforma *Instagram* pode tanto ser negativa para quem enfrenta os transtornos alimentares, como também ser positiva. Tudo depende do conteúdo que é consumido e das pessoas que são seguidas. Para pessoas com problemas de autoimagem, é preciso haver um controle maior do que é consumido na internet. Aponto na parte final deste trabalho algumas blogueiras e também blogueiros que promovem discursos de amor próprio; estes sim seriam os indicados para todos seguirem, pois intensificam a aceitação acima de qualquer padrão.

## **Referências**

ASSOCIATION, *American Psychiatric*. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5ª edição. Porto Alegre: Editora ARTMED, 2014

BIERNATH, André. **Os 12 principais tipos de transtorno alimentar, de anorexia a compulsão**. Site da Revista Veja, fev. 2020 - São Paulo, Disponível em: <https://saude.abril.com.br/alimentacao/principais-tipos-transtorno-alimentar>. Acesso em: 23 de maio de 2020

CASTRO, Ana Lúcia. **Corpo, consumo e mídia**. Revista CMC: Comunicação, Mídia e Consumo - ESPM, 2004. Disponível em

<http://revistacmc.espm.br/index.php/revistacmc/article/view/2/2>. Acesso em: 23 de abril de 2020

CASTRO, Layanne de Oliveira. **A influência da mídia sobre a imagem corporal e os distúrbios/transtornos alimentares: anorexia e bulimia nervosa**. Disponível em:

<https://meuartigo.brasilecola.uol.com.br/saude/a-influencia-midia-sobre-imagem-corporal-os-disturbios-.htm>. Acesso em: 24 de abril de 2020

CAVALCANTE, Maria; LOVISI, Giovanni; THIENGO, Daianna. **Prevalência de transtornos mentais entre crianças e adolescentes e fatores associados: uma revisão sistemática**. Disponível em:

[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0047-20852014000400360&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0047-20852014000400360&script=sci_arttext&tlng=pt) Acesso em: 23 de maio de 2020

CORDÁS, Táki A. et al. **ANOREXIA E BULIMIA: O que são? Como ajudar? Um guia de orientação para pais e familiares** - Porto Alegre: ARTMED, 1998

CORDÁS, Táki. **Transtornos Alimentares: classificação e diagnóstico**. Revista de Psiquiatria Clínica, vol.31, nº4, 2004 - São Paulo. Disponível em:

[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-60832004000400003](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832004000400003). Acesso em: 20 de abril de 2020

DE SÁ, Paula Magalhães. **Gabriela Pugliesi no Instagram: Influenciadores digitais e convergência do meio**. UFRJ, 2017. Disponível em:

<https://pantheon.ufrj.br/handle/11422/3847>. Acessado em 20 de abril de 2020

FERREIRA, Kátia; PERES, Milena. **O Instagram e seus reflexos nos transtornos alimentares: a influência da rede social no desenvolvimento da anorexia e bulimia**. Desafios na Convergência entre Mídia, Comunicação e Jornalismo. Editora Atena, 2019. Disponível em:

<https://www.finersistemas.com/atenaeditora/index.php/admin/api/artigoPDF/21307>.

Acesso em: 14 de junho de 2020

FOLHA DE S. PAULO. **As polêmicas de Gabriela Pugliesi**. São Paulo, 2020.

Disponível em:

<https://www1.folha.uol.com.br/webstories/entretenimento/2020/06/as-polemicas-de-gabriela-pugliesi/>. Acesso em: 17 de junho de 2020

GONÇALVES, Emanuelle dos Santos. **Valorização ao corpo, influência da mídia**.

Portal Educação, São Paulo. Disponível em:

<https://siteantigo.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/idiomas/valorizacao-ao-corpo-influencia-da-midia/56454>. Acesso em: 24 de maio de 2020

HUTZ, Cláudio Simon ; LANGLOIS, Letícia Oliveira. **Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo**. Revista Psicologia em Estudo, Universidade Estadual de Maringá - PR, 2010. Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-73722010000300015&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722010000300015&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt). Acesso em: 21 de abril de 2020

IDA, Sheila Weremchuk ; SILVA, Rosane Neves. **Transtornos alimentares: uma perspectiva social**. Revista Mal Estar Subjetividade, 2007. Disponível em:

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482007000200010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482007000200010). Acesso em: 22 de junho de 2020

KIRBY, Sophie. **Como as redes sociais podem agravar distúrbios alimentares**.

Made for minds, 2016. Disponível em:

<https://www.dw.com/pt-br/como-as-redes-sociais-podem-agravar-dist%C3%BArbios-alimentares/a-19005837>. Acesso em: 22 de junho de 2020

MACIAL, Heloísa; PINHEIRO, Gina. **Blogs Pró-Anorexia**. Revista de Psicologia - UNIFOR. Fortaleza, 2010. Disponível em:

<ttp://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/09/859483/blogs-pro-anorexia.pdf>. Acesso em: 16 de junho de 2020

MARIPALHETA, Francine; SANTOS, Méri Rosane. **As Anas e as Mias e suas gírias como demarcadores de identidade.** Revista Didática Sistêmica - Edição Especial - Evento Extremos do Sul. Universidade Federal do Rio Grande, 2009.

Disponível em:

<http://repositorio.furg.br/bitstream/handle/1/1597/AS%20ANAS%20E%20AS%20MIAS.pdf?sequence=1>. Acesso em: 17 de junho de 2020

OLIVEIRA, Érika; SANTOS, Manoel. Perfil psicológico de pacientes com anorexia e bulimia nervosas: a ótica do psicodiagnóstico. Disponível em

<http://www.periodicos.usp.br/rmrp/article/view/391/392> Acessado em 22 de junho de 2020

PASSOS, Letícia. **De rinação a compulsão: os transtornos alimentares que afetam os jovens.** Site Revista VEJA, 11 de jan. 2020. Disponível em:

<https://veja.abril.com.br/saude/de-ruminacao-a-compulsao-os-transtornos-alimentares-que-afetam-os-jovens/>. Acesso em: 20 de abril de 2020

PUGLIESI, GABRIELA. **A nova dieta de Gabriela Pugliesi.** 2016 (5m59s).

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=GvFCJY9tw4>. Acesso em: 14 de junho de 2020

REIS, Vanessa. **Ana e Mia na “nova” rede: comunidades reúnem anoréxicas e bulímicas na Web 2.0.** Revista RuMoRes - USP, 2008. Disponível em:

<http://www.revistas.usp.br/Rumores/article/view/51115/55185>. Acesso em: 15 de junho de 2020

SOPHIA, Bianca. **Quando a magreza passa a ser considerada um ideal masculino: Um olhar sócio antropológico acerca dos transtornos alimentares em homens.** Revista Intratextos - RJ, 2013. Disponível em:

<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/intratextos/article/view/6225/7030>. Acesso em: 22 de junho de 2020

VEJA SÃO PAULO. **Gabriela Pugliesi provoca revolta ao sugerir técnica polêmica em vídeo do Snapchat.** São Paulo, 2015. Disponível em:

<https://vejasp.abril.com.br/blog/pop/gabriela-pugliesi-provoca-revolta-ao-sugerir-tecnica-polemica-em-video-do-snapchat/>. Acesso em: 17 de junho de 2020