



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RECÔNCAVO DA BAHIA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
BACHARELADO EM NUTRIÇÃO
QUÉZIA SANTOS ARAUJO

ORTOREXIA NERVOSA E SUAS RELAÇÕES COM AS REDES SOCIAIS:
UMA REVISÃO DA LITERATURA

SANTO ANTÔNIO DE JESUS-BA

2023

QUÉZIA SANTOS ARAUJO

ORTOREXIA NERVOSA E SUAS RELAÇÕES COM AS REDES SOCIAIS:

UMA REVISÃO DA LITERATURA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Universidade Federal do
Recôncavo da Bahia (UFRB) como requisito
para obtenção do título de Bacharel em
Nutrição.

Orientadora: Prof^a. Msc. Amélia Borba
Costa Reis.

SANTO ANTÔNIO DE JESUS-BA

2023

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AN: Anorexia Nervosa

BIS: *Body Image Scale* (em português, Escala de Imagem Corporal)

BVS: Biblioteca Virtual em Saúde

DSM: *Diagnostic and Statistical Manual of Mental* (em português, Manual de Diagnóstico e Estatística das Doenças Mentais)

DOS: *Düsseldorf Orthorexie Skala* (em português Escala de ortorexia de Düsseldorf)

EAT-26: *Eating Attitudes Test* (em português, Escala de Atitudes Alimentares)

IMC: Índice de Massa Corporal

IPAQ: *International Physical Activity Questionnaire* (em português, Questionário Internacional de Atividade Física)

ON: Ortorexia Nervosa

ORTO-15: Teste de Ortorexia Nervosa

SAS: *Social Media Addiction Scale* (em português, Escala de Dependência em Redes Sociais)

SMEB: *Social Media and Eating Behavior Scale* (em português, Escala de Mídias Sociais e Comportamento Alimentar)

TA: Transtorno Alimentar

TOC: Transtorno Obsessivo-Compulsivo

APRESENTAÇÃO

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) será apresentado no formato de artigo científico intitulado “Ortorexia nervosa e suas relações com as redes sociais: uma revisão da literatura”, servindo como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharela em Nutrição, pelo Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, havendo pretensão de publicação em revista científica, porém ainda não selecionada.

A construção deste TCC foi iniciada no segundo semestre de 2022 com a elaboração do projeto. Fazia parte dos planos dar continuidade ao trabalho no semestre seguinte, porém houveram questões institucionais que impediram a concretização.

A escolha da temática se deu mediante as minhas inquietações ao me ver refletida no espelho... Não sei ao certo se o meu corpo, acompanhado do sobrepeso, desde a infância, realmente sempre me incomodava, ou se foram os comentários maldosos transvestidos de “é porque me preocupo com você”; “você fica mais bonitinha quando está magra”, ou até mesmo quando buscando o emagrecimento por meio de reeducação alimentar e musculação, ter que ouvir: “não sei para que você vai para academia, se só engorda”, que me levaram a essa constante insatisfação e insegurança comigo mesma. Saliendo que realmente existem pessoas que se preocupam com minha saúde e me incentivam a priorizá-la.

Não, eu não sou portadora da Ortorexia Nervosa (ON)! Porém eu sempre quis falar sobre insatisfação corporal elucidando algo “novo” e, este tema ainda é pouco difundido. Fui apresentada ao termo pelo professor, e até então meu orientador, Carlos Alberto Costa, que desenvolveu alguns projetos voltados à descoberta de possíveis portadores do distúrbio entre os estudantes de Saúde da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, campus Centro de Ciências da Saúde. Achei super interessante e desenvolvi o interesse em estudar sobre.

Ao descobrir que um dos eventos que levam ao desenvolvimento da ON é a insatisfação corporal, percebi que estava no caminho certo e que deveria investir meu tempo em explorar mais esse distúrbio, vislumbrando enriquecer o meu intelecto e auxiliar indivíduos que possam estar cursando com ON. Eu sei o quanto é difícil sentir-se constantemente insatisfeito, eu compreendo essas pessoas. Mas ao descobrir os possíveis gatilhos dessa insatisfação, talvez o tratamento seja facilitado e, quem sabe um dia tanto eu quanto os portadores de ON consigam olhar-se no espelho e dizer com boca cheia e convictos da afirmação:

- Nossa como eu sou linda (o) desse jeitinho que sou!

ORTOREXIA NERVOSA E SUAS RELAÇÕES COM AS REDES SOCIAIS: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Quézia Santos Araujo¹, Amélia Borba Costa Reis²

¹ Graduada no curso Bacharelado Interdisciplinar em Saúde e graduanda em Nutrição pelo Centro de Ciências da Saúde- Universidade Federal do Recôncavo da Bahia.

² Docente do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia.

RESUMO

A ortorexia nervosa (ON) é uma desordem alimentar ocasionada pela preocupação exacerbada com a qualidade dos alimentos, normalmente acarretada pela insatisfação corporal (SOUZA, 2022). As mídias sociais, podem exercer grande influência na baixa autoestima, incitando nos indivíduos o desejo de enquadrar-se nos padrões de beleza hegemônicos e com isso pode desencadear parcialmente da ON. **Objetivo:** Identificar o estado da arte acerca das possíveis relações entre ON e redes sociais. **Metodologia:** Revisão de literatura de artigos científicos originais, publicados nos últimos 10 anos, disponíveis na íntegra nas bases de dados PubMed, SciELO e BVS que apresentassem relações entre ON e redes sociais. **Resultados:** Foram considerados 09 artigos para este trabalho, os quais utilizavam metodologias distintas, podendo influir nos seus resultados - convergentes e divergentes acerca de possíveis relações entre redes sociais e ON. Enquanto alguns mostravam que quanto maior o tempo gasto nas plataformas maior a propensão ao desenvolvimento da ON, outros afirmaram que as pessoas que não possuíam ON passavam mais tempo nas redes sociais do que as diagnosticadas com ON. As publicações e *hashtags* utilizadas foram de cunho encorajador, o que sugere que o *Instagram*, a rede social mais utilizada, pode ser utilizado como uma comunidade de cooperação tanto para a recuperação, quanto para adoção de comportamentos alimentares mais saudáveis. Considera-se que as redes sociais e a ON estabelecem relações tanto para a adoção de comportamentos ortoréxicos, quanto também no auxílio para sua recuperação, onde indivíduos se agrupam virtualmente compartilhando apoio mútuo.

Palavras-chave: Ortorexia nervosa; rede sociais, mídias sociais; insatisfação corporal; transtorno alimentar.

ABSTRACT

Orthorexia nervosa (ON) is an eating disorder caused by an exacerbated concern with the quality of food, usually brought on by body dissatisfaction (SOUZA, 2022). Social media can have a great influence on low self-esteem, inciting in individuals the desire to fit into hegemonic beauty standards and this can partially trigger ON. **Objective:** To identify the state of the art on the possible relationships between ON and social networks. **Methodology:** Literature review of scientific articles, published in the last 10 original years, available in the PubMed, SciELO and BVS databases that presented relationships between ON and social networks. **Results:** 09 articles were considered for this study, which used different methodologies and may have influenced their results - converging and diverging on the possible relationship between social networks and ON. While some show that the more time spent on the platforms, the greater the propensity to develop ON, there is the claim that people who don't have ON spend more time on social networks than those diagnosed with ON. The posts and hashtags used are of an encouraging nature, which suggests that Instagram, the most used social network, can be used as a community of cooperation for recovery and the adoption of healthier eating behaviors. It is considered that social networks and ON establish relationships, both for the adoption of orthorexic behaviors, as well as in aiding their recovery, where individuals group together virtually sharing mutual support.

Keywords: Orthorexia nervosa; networking social; social media; body dissatisfaction; eating disorders.

INTRODUÇÃO

A ortorexia nervosa (ON) é uma desordem alimentar ocasionada pela preocupação exacerbada com a qualidade dos alimentos, normalmente acarretada pela insatisfação corporal (SOUZA, 2022). O termo foi descrito pela primeira vez pelo médico norte-americano Steven Bratman, em 1997, como “comportamento obsessivo patológico caracterizado pela fixação por saúde alimentar” (MARTINS, 2011, p.346). Este acarreta ainda em restrições e, por consequência, distúrbios alimentares, devido ao fato do indivíduo objetivar uma suposta e subjetiva saúde melhor, além da estética corporal perfeita. Bratman asseverou ainda que o objetivo é ingerir alimentos que “libertem o corpo e a mente de impurezas”, vislumbrando maior qualidade de vida e um corpo saudável (MARTINS, 2011).

Leonidas e Santos (2013) observaram que a maioria dos distúrbios alimentares ocorrem nas mulheres, visto que esse público se apresenta mais vulnerável às imposições dos padrões estéticos difusos pela sociedade, através, principalmente, das redes sociais em que a magreza é pregada como alvo. De acordo com Vermelho *et al.* (2014, p. 183) “o termo rede social tornou-se sinônimo de tecnologia da informação e comunicação”.

As mídias sociais podem exercer grande influência na baixa autoestima incitando nos indivíduos o desejo de enquadrar-se nos padrões de beleza hegemônicos, visto que em plataformas como *Facebook*, *Instagram*, dentre outras, expõe-se cotidianamente imagens de jovens aparentemente felizes, sempre bem arrumados, condizentes com a estética vigente, o que corrobora para incentivar nos usuários a constante luta para fazer parte desses espaços (COPETTI e QUIROGA, 2018).

Em um estudo realizado por Valente *et al.* (2022), o *Instagram* foi elencado como desencadeador parcial da ON, sob justificativa de que esta plataforma é utilizada para disseminar conteúdos incentivadores à beleza padronizada, através de postagens de refeições “saudáveis” e corpos “perfeitos”, em que os indivíduos buscam o sentimento de pertencimento a essas comunidades.

Mediante tais buscas pela imagem corporal referenciada como bela, a preocupação com a qualidade dos alimentos ingeridos e com os reflexos que os mesmos produzem na saúde, estão crescendo de forma significativa. Concomitante a isto, o apelo midiático para o consumo de produtos “saudáveis” como os: *in natura*, orgânicos, *light*, *diet*, *gluten free*, *low carb*, vem ganhando espaço entre os consumidores, apresentando índices crescentes no consumo. Em alguns casos, o consumo exclusivo dos alimentos supracitados, ou parte deles, pode vir a acarretar na irregularidade dos hábitos alimentares desencadeando a ON (SOUZA, 2022; DURAN et al 2020).

Apesar de algumas literaturas referenciar a ON como um Transtorno Alimentar (TA), este distúrbio não é diagnosticado como tal, por não constar no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos mentais (DSM-5, 2014). Entretanto é considerado como um tipo de Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC) e todo transtorno é passível de tratamento com profissionais capacitados (SILVEIRA, 2015), visto que acarreta em danos psicológicos, sociais e biológicos.

Na busca pela "pureza alimentar", os indivíduos com comportamentos ortoréxicos costumam ser muito seletivos nas escolhas dos alimentos, o que acarreta em condutas dietéticas cada vez mais restritivas, que podem levar à carência nutricional, oferecendo risco à saúde. Essas pessoas tendem a dedicar cada vez mais tempo planejando os cardápios, as compras e o

preparo dos pratos, o que demanda muitos esforços e tempo “em torno do ato de comer” (MARTINS, 2011).

Na ON é comum que o indivíduo elimine os alimentos ultraprocessados, alimentos fontes de lipídeos e carboidratos, por serem considerados impuros, acarretando numa restrição alimentar extrema com risco para anemia, fraqueza, quedas de cabelo, mudanças de humor e baixa imunidade. A problemática não gira apenas em torno da organização da rotina e da dieta, mas também da restrição intensa, da ansiedade desencadeada pela preocupação com as escolhas alimentares e com a dilatação do tempo dedicado a tal atividade, que pode atrapalhar a execução de outras atividades, como estudos, trabalhos, relações interpessoais, o lazer do indivíduo e assim ocasionar danos à saúde mental (SILVEIRA *et al.*, 2015; LORENZON *et al.*, 2020).

Diante aos agravos à saúde que podem ser desencadeados, se faz necessária a realização de um trabalho interprofissional, na busca de compreender o que acontece não somente no corpo/metabolismo do indivíduo com ON, mas também no emocional, nas questões psicológicas que o motivaram a tal comportamento alimentar.

Se faz perceptível, ainda, que os estudos sobre a ON e suas relações com as redes sociais ainda são escassos, de forma que tal associação é raramente abordada e difundida. Dessa forma, esta revisão de literatura, anseia contribuir com a ampliação dos estudos a respeito do tema, identificando o estado da arte acerca das possíveis relações entre ON e redes sociais.

METODOLOGIA

Esse estudo foi desenvolvido segundo os critérios necessários para a elaboração de uma de revisão de literatura, em que, a partir da definição do tema e do objetivo investigativo, foram realizadas buscas sobre a temática para seleção e posterior análise.

Assim, para a presente pesquisa, foram selecionados os estudos a partir dos descritores: ortorexia nervosa e mídias sociais, ortorexia nervosa e redes sociais, ortorexia nervosa e Instagram, Instagram e ortorexia, rede social e ortorexia, bem como os mesmos descritores em inglês: *nervous orthorexia and social media*, *nervous orthorexia and social network*, *nervous orthorexia and Instagram*, *Instagram and orthorexia*, *social network and orthorexia*. Essas buscas foram feitas nas bases de dados PubMed, SciELO e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no mês de julho de 2023.

Os critérios de inclusão para seleção foram: artigos originais, publicados nos últimos dez anos (2013 a 2023), disponíveis virtualmente, na íntegra e gratuitamente, nos idiomas originais (português, inglês e espanhol), e que em seus títulos tivessem os descritores acima explicitados. Quanto aos critérios de exclusão, levou-se em consideração os artigos com mais de 10 anos de publicados, artigos de revisão, aqueles indisponíveis para *download*, os trabalhos que associassem a ortorexia nervosa a patologias e os que não dialogassem sobre as possíveis relações desta com as redes sociais.

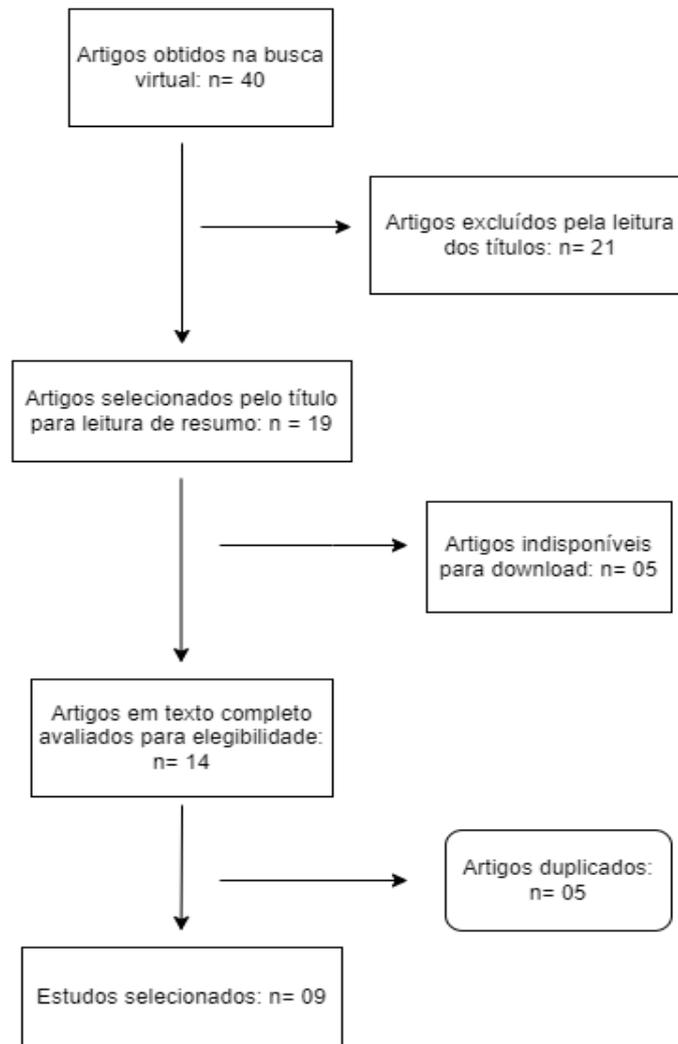
RESULTADOS E DISCUSSÕES

A partir das pesquisas realizadas nos periódicos, foram identificados um total de 40 manuscritos indexados, distribuídos da seguinte forma: PubMed, com 21 artigos, SciELO com 04 e BVS com 15.

Após a leitura dos títulos realizou-se a exclusão de 21 artigos. 19 artigos foram para a fase da leitura e análise dos resumos. Destes, 05 artigos não estavam disponíveis para *download*. Dessa forma, 14 estudos com textos completos foram avaliados quanto à elegibilidade.

Entre os 14 artigos, identificamos a presença de 05 artigos duplicados em diferentes plataformas, o que resultou em um total de 09 artigos considerados para compor a revisão de literatura, conforme demonstrado na Figura 1.

Figura 01: fluxograma da seleção dos artigos.



Apesar dos estudos que compõem a presente revisão terem sido publicados a partir do ano de 2017, observou-se maior quantidade de publicações em especial no ano de 2022 (n= 5; 55,5%). As publicações foram feitas em revistas do campo da saúde (n= 8; 88,9%) e das ciências humanas (n=1; 11,1%). Destaca-se ainda que na área da saúde a revista que mais concentrou publicações acerca da relação entre ON e redes sociais foi uma revista especializada em distúrbios alimentares (n=5; 55,5%), tendo, ainda, publicações em revista das áreas da psiquiatria, farmacologia e da nutrição.

Esta concentração a quantidade de publicações recentes e no campo da saúde dialoga com o pensamento de Shah (2012) que indicou crescente onda de preocupação com o estilo de vida tido como saudável para fugir de doenças relacionadas à má alimentação, implicando em uma grande busca por novos hábitos alimentares que tenham ação profilática. Em consonância, Siqueira (2011) propõe que a contemporaneidade aponta para tendências narcisistas de verdadeira perseguição pela satisfação com a aparência corporal, estabelecendo

métricas que atingem um nível perigoso para a própria saúde. Frente a tais elucidações, pode emergir um cenário fértil para os casos emergentes de ON, com a potencialização promovida pelas redes sociais.

Em contraposto, o campo das Ciências Humanas e Sociais demonstrou um caminho já percorrido pelos estudos referentes à alimentação, outrora já delineados, e que recorrem nos dias atuais ao refletir acerca das proposições que associam o ato de alimentar-se para além de ingerir o alimento, indica que o ato de comer é antes de tudo um ato social e, como toda relação que se dá entre pessoas, traz convívio, diferenças e expressa o mundo da necessidade, da liberdade ou da dominação (Pedrazza 2004).

Acrescenta-se que visto os dados da figura 1, pode-se inferir a vivência no período da pandemia devido ao SARS CoV-2, dialogando com Graell *et al.*, (2020), que descrevem, em seu estudo retrospectivo, realizado em Madrid, na Espanha, que 41,9% das crianças e adolescentes apresentaram aumento dos sintomas de TA durante o confinamento. Adiciona a esta narrativa a potencialização advinda das redes sociais, apontadas por Tarsitano *et al.* (2022), como as principais fontes de entretenimento durante o tempo que foram submetidas ao enclausuramento.

Os países que concentram os estudos sobre o tema foram: Reino Unido, Canadá, Turquia, Rússia, Holanda, Estônia, Estados Unidos, Alemanha, México, e Itália, conforme descrito na Tabela 01. Os resultados da análise revelaram que todas as pesquisas sobre ON foram realizadas em países do hemisfério norte, mais especificamente na Europa (n=6; 66,6%) e na América do Norte (n=3, 33,4%).

Tentou-se identificar quantos autores e quantas autoras assinavam as publicações desta revisão. Do total de 30 autores, não foi possível identificar o gênero de 03 deles. Dos demais, 24 (80%) são mulheres e somente 03 (10%) são homens. Assim, percebe-se que a temática ON e redes parece ser investigada, na última década, mais por mulheres. Esse dado sobre o lugar das mulheres assumindo a maioria da autoria dos artigos desta revisão, acompanha o crescimento delas no mundo de cursos da pós-graduação e de publicações científicas.

Ao estudarem o lugar da mulher na ciência e na publicação científica, Carvalho, Coeli e Lima (2018) assinalam que, cerca de metade das publicações do quadriênio 2011-2015, no nosso país, tinha mulheres como autoras. Já Garcia e Duarte (2017) sinalizam que as mulheres constituem maioria na pós-graduação na área da Saúde, tendo sido elas beneficiárias de 68% das bolsas de pós-graduação, ofertadas pelo CNPq, no ano de 2015. As mulheres foram, ainda, responsáveis por 72% dos artigos submetidos e por 66% dos artigos publicados na *Epidemiologia e Serviços de Saúde: Revista do Sistema Único de Saúde do Brasil (RESS)*.

Essa maior proporção de autoria feminina dos artigos sobre ON e redes sociais, pode sugerir que as mulheres têm mais interesse ou experiência pessoal em temáticas relacionadas, uma vez que os distúrbios alimentares afetam desproporcionalmente as mulheres em comparação aos homens. Além disso, as mulheres podem enfrentar mais pressão social e cultural para se adequarem a padrões de beleza e magreza, o que pode influenciar sua autoimagem e seu comportamento alimentar. A magreza é associada ao sucesso, à competência feminina e à atratividade sexual, enquanto a obesidade é tratada com preconceito, relacionada à incapacitação do indivíduo (ASIL *et al.*, 2023; OLIVEIRA, HUTZ, 2010).

Tabela 01: Sistematização dos artigos quanto ao nome do estudo, autores, ano de publicação, local de realização dos estudos e revista de publicação.

Autores, ano	Nome do estudo	Local de realização do estudo	Revista de publicação
Pixie e Lefevre, 2017	Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa	Reino Unido, EUA e mais 40 países não informados	Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity
Santarossa, Lacasse, Larocque e Woodruff, 2019	#Orthorexia on Instagram: a descriptive study exploring the online conversation and community using the Netlytic software	Canadá	Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity
Yilmazel, 2021	Orthorexia tendency and social media addiction among candidate doctors and nurses	Turquia	Perspectives in Psychiatric Care
Zemlyanskaya, Valente e Syurina, 2022	Orthorexia nervosa and Instagram: exploring the Russian-speaking conversation around #орторекия	Rússia	Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity
Valente, Renckens, Bunders-Aelen e Syurina, 2022	The #orthorexia community on Instagram	Holanda	Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity

Arguedas, 2022	Diagnosis as Subculture: Subversions of Health and Medical Knowledges in the Orthorexia Recovery Community on Instagram	Reino Unido, Estados Unidos, Estônia, Alemanha, México, Canadá	Qualitative Sociology
Yurtdaş-Depboylu, Kaner e Özçakal, 2022	The association between social media addiction and orthorexia nervosa, eating attitudes, and body image among adolescents	Turquia	Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity
Tarsitano, Pujia, Ferro, Mocini, Proni, Lenzi, Pujia e Giannetta, 2022	Symptoms of Orthorexia Nervosa are associated with time spent on social media: a web-based survey in an Italian population sample	Itália	European Review for Medical and Pharmacological Sciences
Asil, Yilmaz, Ayyildiz e Yalçın, 2023	The effect of social media use on orthorexia nervosa: a sample from Turkey	Turquia	Nutrición Hospitalaria

A Tabela 2 discrimina os artigos quanto aos objetivos do estudo, à metodologia desenvolvida e aos principais resultados obtidos. Entre os objetivos dos artigos analisados, destaca-se majoritariamente a investigação da relação entre o uso de redes sociais e os sintomas da ON (n=05; 55,6%). Outros artigos abordam como as mídias sociais são utilizadas como uma rede de apoio para difundir informações sobre a ON, bem como suas formas de tratamento (n=04; 44,6%).

Tabela 2: Sistematização dos artigos quanto aos objetivos, metodologia e principais resultados

Objetivos	Metodologia	Principais resultados
Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa		
Investigar a relação entre o uso do <i>Instagram</i> e os sintomas de ortorexia nervosa	<p data-bbox="619 613 1007 976">Tipo de estudo: transversal</p> <p data-bbox="619 689 1007 976">Participante: 680 mulheres, com idades entre 18 e 75 anos (média=24,70 anos \pm7,87) e IMC médio de 22,14 Kg/m²(\pm3,89). Participantes viviam no Reino Unido (44,6%), EUA (26,7%) e os demais em 40 outros países.</p> <p data-bbox="619 1055 1007 1928">O inquérito investigativo incluiu aspectos referentes a: - uso de mídias sociais: quais eram usadas (opções entre: <i>Instagram, Facebook, Twitter, Pinterest, Google+, Tumblr e LinkedI</i>); frequência de uso e tempo usual de tempo nas respectivas mídias sociais eram usadas. Para usuários de Instagram avaliou-se, ainda, frequência de sugestão de conteúdos populares que apareciam no seu <i>feed</i> de notícias; - dados alimentares (tipos de dieta e de alimentos que a compunham); - ORTO-15 para avaliar sintomas de ON; - dados demográficos; - informação acerca do peso e altura (para posterior cálculo de IMC).</p> <p data-bbox="619 1973 1007 2040">Tempo/período de investigação: não informado.</p>	<p data-bbox="1038 613 1422 824">A maior utilização do <i>Instagram</i> foi associada a uma maior tendência para a ortorexia nervosa e nenhuma outra mídia social mostrou esse efeito.</p> <p data-bbox="1038 875 1422 1010">O uso do <i>Twitter</i> mostrou uma pequena associação positiva com sintomas da ON.</p> <p data-bbox="1038 1055 1422 1265">O IMC e a idade, o número de canais de mídia social acessados e o tipo de dieta seguida pelas participantes não tiveram efeito sobre os sintomas da ON</p> <p data-bbox="1038 1317 1422 1637">28,4% dos participantes declararam seguir uma dieta vegana, 24,7% uma dieta onívora e os restantes uma dieta vegetariana, pescatariana, paleo, à base de plantas, rica em hidratos de carbono e pobre em gordura, vegana crua, ou outra dieta.</p> <p data-bbox="1038 1682 1422 2007">A prevalência de ON foi de 90,6% com um com uma pontuação de corte de <40, ou 49,0% com uma pontuação de corte de <35. Isso não mudou entre a subamostra de usuários do <i>Instagram</i> (N = 669; 90,4% <40, ou 49,3% <35).</p>

Foi constatada uma prevalência mais elevada em instrutores de ioga (86%), nutricionistas (41,9%), estudantes de nutrição (35,9%), estudantes de ciências do exercício (84,5%) e pacientes em recuperação de AN ou bulimia nervosa (58%) em comparação com a população em geral (<1%).

Algo em comum aos grupos supracitados é que todos têm um interesse acentuado na sua saúde e no corpo, igualmente como as comunidades de alimentação saudável no Instagram podem estar.

#Orthorexia on Instagram: a descriptive study exploring the online conversation and community using the Netlytic software

Investigar o conteúdo e o contexto da conversa online sobre a ortorexia nervosa no *Instagram*, usando a hashtag #orthorexia, com o uso do software “Netlytic”.

Foram utilizados vários métodos para este estudo.

Participante: homens e mulheres com idades não específicas.

Utilizando o programa Netlytic¹, realizou-se, no *Instagram*, em dados disponíveis publicamente, a análise de texto, análise de conteúdo de imagem e esquema de codificação de imagens para as imagens assinaladas por #ortorexia.

Entre os 4533 postagens, haviam 48.780 palavras e/ou hashtags associadas a #orthorexia.

Das 145 imagens analisadas, 68% continham comidas, 13% pessoas e 12% outras imagens.

Dos 63 autores únicos, 53 (84%) eram mulheres e 10 (16%) homens.

55 contas (87%) eram pessoais, ao lado de 08 (13%)

¹ De acordo com seu site oficial, o Netlytic é um analisador de texto e redes sociais Baseia-se no estudo do discurso público em mídias sociais (NETLYTIC, s/d). Disponível em: <https://netlytic.org/index.php>.

	<p>Analisou-se, também, as biografias dos autores.</p> <p>Foram baixados 4533 registros do #ortorexia. Destes, uma subamostra, aleatoriamente selecionada, foi destinada para a análise de imagem individual, contando, ao final, com 145 delas.</p> <p>Tempo/período de análise: 25 a 31 de outubro de 2016.</p>	<p>não pessoais ou promocionais.</p> <p>Entre os autores, 41% (n=26) mencionaram a recuperação total ou parcial da ON.</p> <p>47% das conversas sobre #orthorexia foi associada a bons sentimentos e a hashtags encorajadoras que sugerem que o <i>Instagram</i> pode ser utilizado como uma comunidade de apoio para a recuperação e adoção de comportamentos alimentares mais saudáveis.</p> <p>A maioria das imagens analisadas continha fotos com alimentos de verdade (89%), ao lado dos processados (39%). Ao total, 68% deles foram considerados saudáveis pelos autores do artigo.</p>
--	---	--

Orthorexia tendency and social media addiction among candidate doctors and nurses

<p>Examinar a tendência à ortorexia e o vício em mídias sociais entre estudantes de medicina e enfermagem na Turquia</p>	<p>Tipo do estudo: Transversal</p> <p>Participante: 969 estudantes de medicina e enfermagem; 619 mulheres e 350 homens; quanto as idades 619 (63,9%) dos participantes tinham ≤ 21 anos e 350 (36,1%) com idade ≥ 22 anos.</p> <p>O inquérito investigativo incluiu aspectos referentes a: ORTO-15 para avaliar sintomas de ON;</p> <p>Escala de Dependência em Redes Sociais (SAS): para medir o nível de vício da utilização das redes sociais;</p>	<p>Da população estudada, 78,8% eram viciados em redes sociais, com prevalência maior entre os estudantes de enfermagem.</p> <p>62,2% dos indivíduos apresentaram tendências ortoréxicas; dentro desse valor, 54,5% eram estudantes de enfermagem, e 73,0% eram estudantes de medicina.</p> <p>A taxa de tendência à ON entre as mulheres foi de 66%, enquanto que entre os homens foi de 60,1%.</p>
--	---	--

Tempo/período de investigação: entre outubro e dezembro de 2019.	A proporção de tendência à ON foi de 54,5% entre os candidatos a enfermeiros, enquanto entre os candidatos a médicos foi de 73,0%.
	A proporção de tendência à ON foi de 68,5% para aqueles com uma renda mensal familiar de 1.000 dólares ou mais;
	A tendência à ON, aumentava proporcionalmente com o nível de dependência das redes sociais.

Orthorexia nervosa and Instagram: exploring the Russian-speaking conversation around #орторексия

Explorar o conteúdo da conversa em russo sobre a ON no <i>Instagram</i> , usando a hashtag #орторексия ² .	<p>Foram utilizados métodos mistos para esse estudo;</p> <p>Participante: homens e mulheres, a partir dos 16 anos, com perfil no <i>instagram</i>. Não explicita idade máxima limite do público participante.</p> <p>O inquérito investigativo incluiu aspectos referentes a: -questionário virtual-criado utilizando o software de inquéritos Qualtrics³, composto por quatro partes: informações demográficas, utilização das redes sociais, conhecimentos gerais e opiniões sobre o ON, e atividade no <i>Instagram</i> relacionada com o ON. Os utilizadores de língua russa que partilharam conteúdos com a #орторексия receberam uma</p>	<p>Os posts eram feitos em sua maioria por mulheres, com média de 29 anos.</p> <p>Do total de 234 mensagens marcadas com #орторексия, 53,5% representavam comida, 19,8% pessoas, 13,6% texto e 13,2%. Em comparação, os 243 posts sobre #orthorexia consistiam em 52,1% de texto, 25,6% de pessoas, 20,1% de comida e 2,1% era 'outro'.</p> <p>A maioria dos "textos" para #орторексия era explicando o que é a ON e como pode ser a recuperação. Para #orthorexia foi principalmente de apoio, fornecendo apoio emocional apoio emocional à recuperação.</p>
---	---	---

² орторексия= ortorexia no idioma russo.

³ De acordo com seu site oficial, o Qualtrics é um soft que captura e armazena todos os dados de experiência, utilizando inteligência artificial. Disponível em: <https://www.qualtrics.com/pt-br/>

ligação para o questionário em linha através de uma mensagem direta no *Instagram*.

-entrevistas online: foram realizadas em russo através de chamadas áudio via *Whatsapp* e vídeo chamadas no *Skype*;
- análises comparativas de conteúdo: as publicações incluindo legendas, sob os títulos *#орторексия* (N = 243) e *#orthorexia* (N = 234) foram descarregadas, resultando num total de 477 mensagens para análise.

Tempo/período de investigação: fevereiro de 2020.

As legendas corresponderam ao conteúdo dos posts. As legendas para *#орторексия* (47,7%) eram principalmente registos os alimentos ou bebidas consumidos. No caso da *#orthorexia* (18,8%), as legendas eram maioritariamente de apoio emocional.

O estudo elucida que o *instagram* demonstra ter um efeito duplo, com potencial de desencadear a ON, mas em contrapartida, incentivar a recuperação. Apresentando postagens com conteúdo positivo, que incentivaram uma relação saudável com a comida, divulgam conselhos relacionados à recuperação. Porém, os conteúdos negativos, levantam ideais de padrões de beleza e dietas específicas.

The *#orthorexia* community on *instagram*

Explorar a comunidade *#Orthorexia* no *Instagram*, com o intuito de entender como essa discute, representa e promove a ON na plataforma.

Estudos com métodos mistos

Participante: homens e mulheres acima dos 16 anos. Não explicita idade máxima limite do público participante.

O inquérito investigativo incluiu aspectos referentes à:
- análise de conteúdo de 3.027 postagens no *Instagram* com a hashtag *#orthorexia*
- Questionário online, usando o software de inquéritos *Qualtrics*², que consistiu em seis partes: dados demográficos, opinião e conhecimento sobre

Existência de uma comunidade ativa que usa *#orthorexia*.

A maioria das publicações sobre o ON no *Instagram* era feitas por indivíduos do sexo feminino (95,2%), com uma idade média de 26,2 anos. As norte-americanas lideraram o ranking de postagens (45,2%), seguidas pelas britânicas (14,5%).

Dos indivíduos que se auto-identificavam como tendo ON e que publicaram sobre, no *instagram*, todos eram do

<p>ON; história pessoal, dinâmicas contextuais; experiências com ON; utilização das redes sociais e do Instagram relacionada com a ON;</p> <p>Tempo/período de investigação: Março de 2019</p>	<p>sexo feminino (n = 9), com uma idade média de 28,4 anos (intervalo 17-55).</p> <p>Entre as consequências negativas da ON: ansiedade (10,7%), interferência na vida cotidiana (9,9%); comprometimento psicológico (8,3%).</p> <p>8,3% dos do público participante denominou à ON como uma perturbação alimentar, enquanto 9,1% não usaram nenhum termo relacionado com a alimentação.</p> <p>O <i>Instagram</i> foi a plataforma de rede social mais utilizada (96,2%)</p> <p>Não foi encontrada uma diferença significativa nas horas de utilização das mídias sociais entre as pessoas que se identificaram como portadoras da ON e as que não se identificaram.</p> <p>A maioria dos outros entrevistados (n = 5) que o <i>instagram</i> afetou o desenvolvimento da ON,mas não foi a causa principal. 02 entrevistados não estavam no <i>Instagram</i> quando desenvolveram ON.</p> <p>Das 3027 imagens analisadas na análise de conteúdo, 42,5% eram de alimentos, 18,1% de pessoas, 34,8% de texto e 4,6% foram categorizados como "outros".</p>
--	--

Muitos dos posts analisados estavam relacionados a comportamentos ortoréxicos. Em contrapartida a comunidade também compartilhou experiências pessoais e ofereceu apoio mútuo, vislumbrando a recuperação da ON. Foi constatado um sentimento de pertença à comunidade, onde as pessoas partilhavam ideais e procuraram a validação dos outros.

Diagnosis as Subculture: Subversions of Health and Medical Knowledges in the Orthorexia Recovery Community on Instagram

Analisar como os usuários do *Instagram* que se identificam como portadores da ON criam uma subcultura de recuperação que subverte os conhecimentos convencionais de saúde e medicina em suas jornadas de recuperação da ortorexia.

Tipo de estudo: qualitativo, etnográfico virtual

Participante: homens e mulheres do Reino Unido, Estados Unidos, Estônia, Alemanha, México, Canadá, com idades não especificadas.

O inquérito investigativo incluiu aspectos referentes à: análise de perfis e em 34 entrevistas virtuais;

Tempo/período de investigação: janeiro e agosto de 2018.

A subcultura de recuperação da ON no *Instagram* é formada por usuários, mulheres em sua maioria, que se apropriam do diagnóstico não oficial para construir uma identidade coletiva e uma comunidade de apoio mútuo.

Esses usuários desafiam os discursos, as práticas e a estética dominantes.

Utilizam da linguagem no enquadramento da medicina para dar sentido às experiências relatadas.

The association between social media addiction and orthorexia nervosa, eating attitudes, and body image among adolescents

Avaliar a associação entre o vício em mídias sociais e a ON, as atitudes alimentares e a imagem corporal entre adolescentes na Turquia

Tipo de estudo: transversal

Tempo/período de investigação: fevereiro a maio de 2022.

O uso excessivo das mídias sociais foi associado a maior risco à distúrbios do comportamento alimentar e tendência à ON.

Participante: 1.232 estudantes do ensino médio (9° ao 12° ano), 712 (57,8%) mulheres e 520 (42,2%) homens, com idade entre 13-18 anos ($15,7 \pm 1,19$ anos). Da amostra total, 21,6% tinham excesso de peso, e 74,8% dos adolescentes tinham um índice de massa corporal (IMC) normal (eutrofia).

O inquérito investigativo incluiu aspectos referentes à: dados sócio demográficos (idade, género, grau de escolaridade, nível de escolaridade dos pais, renda mensal familiar, etc), hábitos alimentares, utilização das redes sociais, horas diárias que passam nas redes sociais e frequência de leitura de publicações sobre nutrição nas redes sociais,

Escala de Dependência em Redes Sociais (SAS) - escala que mede a dependência dos adolescente das mídias sociais;

Escala de Atitudes Alimentares-26 (EAT-26) - teste que mede os sintomas dos transtornos alimentares;

Escala de Imagem Corporal (BIS)- Teste para avaliar as percepções corporais;

Questionário ORTO-11 -para avaliar sintomas de ON.

Foi constatado que 49,7% dos adolescentes passavam 1-3 horas por dia nas redes sociais, enquanto 34% passavam 4-6 h.

Os níveis de dependência das redes sociais foram mais elevados nas mulheres ($20,4 \pm 6,84$) do que nos homens ($17,6 \pm 6,83$).

A pontuação referente aos níveis de percepção de imagem corporal das mulheres ($127,7 \pm 24,95$) foram significativamente mais baixos do que os dos homens ($137,5 \pm 25,24$);

De acordo com o EAT-26, uma pontuação acima de 20, indicando um alto risco de desenvolver transtornos alimentares foi encontrada em 21,5% das mulheres e 12,5% dos homens.

Dos adolescentes, 27,9% foram considerados em risco de desenvolver ON.

Quanto ao nível de dependência das redes sociais, entre 4,4% dos adolescentes era alto, 33,5% era moderado e 62,1% era baixo.

As pontuações do BIS dos adolescentes com baixo nível de dependência de mídia social ($136,7 \pm 24,93$) foram mais elevadas do que as dos adolescentes com altos ($118,8 \pm 28,82$) e moderados níveis de dependência de mídia social ($124,7 \pm 23,89$).

Symptoms of Orthorexia Nervosa are associated with time spent on social media: a web-based survey in an Italian population sample

<p>Avaliar a associação entre o tempo gasto nas mídias sociais e os sintomas de ON em uma amostra da população italiana</p>	<p>Tipo de estudo: pesquisa online, pelo google forms e anônima;</p> <p>Participante: 4.107 indivíduos, 3916 (95%) mulheres e 154 (5%) homens, acima dos 18 anos, sem idade máxima limite explicitada. Idade média dos participantes 31 (\pm9) anos.</p> <p>O inquérito investigativo incluiu aspectos referentes à: 10 itens do questionário escala da Ortorexia de Düsseldorf (I-DOS) - Para avaliar os sintomas da ON; -questionário sobre dados sócio demográficos, sexo, idade, nível de escolaridade, estado civil, peso e altura para calcular o IMC, ocupação, existência de doenças metabólicas, tipo de dieta, atividade física e a imagem corporal satisfatória, redes sociais utilizadas e o tempo gasto nelas.</p> <p>Tempo/período de investigação: 26 a 28 de fevereiro de 2022</p>	<p>Esse artigo mostra como o tempo gasto nas mídias sociais pode influenciar o comportamento alimentar e a saúde mental dos indivíduos, especialmente aqueles que são mais expostos aos conteúdos relacionados à alimentação saudável nas mídias sociais.</p> <p>A prevalência de ON na amostra, foi de 28,5%.</p> <p>A prevalência de obesidade foi de 14%.</p> <p>A pontuação média do I-DOS foi de 30,6.</p> <p>Os hábitos alimentares diários dos participantes foram: Uma dieta onívora 71,4% vegetariana 17,5% dieta vegana por 8,5% e outro tipo de dieta por 2,6%</p> <p>Os participantes (31%) que relataram usar as mídias sociais por mais de 60 minutos tiveram maior prevalência de ON do que aqueles (21,8%) que usavam as mídias sociais por menos de 15 minutos por dia.</p> <p>Foi constatado que as mulheres são mais susceptíveis a ON.</p>
---	---	--

The effect of social media use on orthorexia nervosa: a sample from Turkey

Os autores buscaram entender como o uso das redes sociais, pode influenciar o desenvolvimento ou agravamento da ortorexia nervosa.

Tipo de estudo: transversal

Participante: 2.526 (696 homens e 1830 mulheres), com idade entre 19-65 anos;

O inquérito investigativo incluiu aspectos referentes à: informações pessoais;
 - Escala de Ortorexia Nervosa (ORTO-11): para medir os sintomas da ON;
 - Escala de Mídias Sociais e Comportamento Alimentar – (SMEB)- para medir o efeito do uso das mídias sociais sobre o comportamento alimentar;
 - Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): para medir o nível de atividade física dos indivíduos;
 - O índice de massa corporal (IMC) foi calculado a partir do peso e da altura registrados pelos participantes.

Tempo/período de investigação: julho a agosto de 2021;

Os resultados sugeriram que 56,1 % (de acordo com o ORTO-11), dos participantes tinham uma tendência para a ON;

O IMC médio dos participantes era de $23,6 \pm 4,3$ kg/m² e 60,6% tinham um peso corporal normal.

O tempo diário de utilização das redes sociais foi de $167,4 \pm 141,2$ minutos

A pontuação da escala SMEB foi de $46,3 \pm 21,3$

A pontuação da escala ORTO-11 foi de $25,6 \pm 5,4$.

A tendência para o desenvolvimento desta, aumentava com a idade e o IMC;

Verificou-se que 74,6% dos participantes com tendência a ON eram do sexo feminino, e tanto a idade média quanto o IMC foram significativamente maiores do que aqueles sem tendência à ON ($29,3 \pm 10,7$ anos, $27,2 \pm 9,5$ anos; $23,9 \pm 4,2$, $23,2 \pm 4,4$;

Foi constatado ainda que as pessoas sem ON ($172,2 \pm 119,9$ min/dia), passavam mais tempo nas redes sociais, do que as diagnosticadas;

Entretanto, os participantes que acompanham páginas com recomendações de dietas saudáveis e práticas esportivas, tiveram um risco aumentado de ON quando

comparados com aqueles que não seguiram essas páginas.

Com base nesses achados, torna-se evidente a necessidade de aprofundar a imersão em estudos que versem sobre as interfaces entre ON e redes sociais como evidenciado em um estudo realizado por Pixie *et al.* (2017) com um público de 680 mulheres, onde obteve como resultado a prevalência de 90,6% destas citadas com ON, apontando o *Instagram* dentre os preditores. Lira *et al.* (2017) salientam que a influência das redes sociais sobre os usuários trata-se de uma questão elencada como foco de estudos e vem sendo alvo de diversas áreas do conhecimento, a fim de descobrir as correlações existentes.

As evoluções tecnológicas, sobretudo a *Internet*, trouxeram muitos benefícios com as mídias sociais, porém há também questões passíveis de atenciosas discussões, pois carregam em seus contextos pontos capazes de influenciar negativamente a vida dos usuários, com destaque aos jovens e adolescentes, os que mais utilizam esses meios. As redes sociais como *Facebook e Instagram* estão diretamente relacionados ao desenvolvimento de TA e da ON, visto que nestas plataformas são disseminados os padrões de estética hegemônicos ocidentais, motivando a constante busca para obtenção do corpo “perfeito”, ainda que as ações adotadas acarretem em danos à saúde (TURNER, LEFEVRE, 2017; LEONIDAS, SANTOS, 2013).

Quanto à metodologia, percebe-se que são utilizadas abordagens distintas, como estudos transversais, observacionais, descritivos, qualitativos, quantitativos, mistos, etnografias visuais, com a utilização de questionários sociodemográficos, entrevistas, análises de postagens, Teste Ortorexia Nervosa (ORTO-15); a *Düsseldorfer Orthorexie Skala* (DOS) - em português Escala de Ortorexia de Düsseldorf; ORTO-11; a *Eating Attitudes Test* (EAT-26) - em português Escala de Atitudes Alimentares; *Body Image Scale* (BIS) - em português, Escala de Imagem Corporal; *Social Media Addiction Scale* (SAS) - em português Escala de Dependência em Redes Sociais; *Social Media and Eating Behavior Scale* (SMEB) - em português, Escala de Mídias Sociais e Comportamento Alimentar e o *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ)- em português, Questionário Internacional de Atividade Física.

Os variados métodos utilizados como inquéritos investigativos podem sugerir a origem de algumas diferenças entre os resultados aqui encontrados, visto que cada país e cada grupo de investigadores optou por artifícios distintos para obtenção dos dados. Pode-se ter partido do pressuposto de que cada região apresenta peculiaridades que devem ser consideradas, na tentativa de obtenção de resultados mais precisos. Salienta-se, ainda, que as pesquisas

apresentavam públicos com diferentes faixas etárias e que cada tipo de questionário era, certamente, pensado e aplicado para atender às demandas do público.

Silva *et al.* (2022) e Anjos (2018) descrevem a ferramenta “ORTO 15”, como um questionário autoaplicável desenvolvido por Donini *et al.* em 2004, constituído por quinze perguntas direcionadas ao comportamento alimentar, às questões socioeconômicas e acompanhada de figuras da *Stunkard Rating Scale*, que emprega representações ilustrativas para avaliar a distorção da imagem corporal do indivíduo entrevistado. Para diagnosticar a ON, o resultado deve apresentar valor igual ou inferior a 40 pontos. Outra escala para medir a ON também citada nos artigos da revisão, foi a *Düsseldorfer Orthorexie Skala* (DOS ou I-DOS), que foi elaborado por Barthels, Meyer, Pietrowsky e consiste em um questionário de autorrelato com dez itens que escalona o comportamento alimentar de ortorexia nervosa. Pontos mais altos apontam comportamentos ortoréxicos, em que a pontuação máxima do questionário é de 40 pontos, com escore de corte para indicar a presença de ON uma pontuação ≥ 30 (SOUZA, 2021). A escala ORTO-11, é a versão espanhola do ORTO-15, sendo também utilizada para diagnosticar ON nos indivíduos

Fortes (2016) descreve que a Escala de Atitudes Alimentares (EAT-26) é um questionário de autopreenchimento elaborado por Garner *et al.*, (1982), composto por 26 questões na forma de escala Likert de pontos. Quanto maior o escore, maior o risco de desenvolvimento de TA, em que os escores maiores que 21 são preditores de comportamento alimentar de risco para os transtornos alimentares.

A Escala de Imagem Corporal (BIS), por sua vez, avalia as percepções sobre a imagem corporal. Yurtdaş (2022) afirma que refere-se a “vários sentimentos e graus de satisfação com o corpo”. A escala é constituída por 40 itens e a pontuação mais alta pode ser 200, enquanto a mais baixa é 40. As mais altas indicam que a satisfação corporal do indivíduo aumenta, logo a mais baixa a satisfação diminui.

Já a Escala de Dependência em Redes Sociais (SAS) foi desenvolvida para medir a dependência em redes sociais. Quanto à pontuação, pode-se obter o mínimo de 41 e o máximo de 205 pontos. A interpretação das pontuações consiste em 41-73: não viciante, 74-106: pouco viciante, 107-139: médio viciante e 140-172: alta dependência, 173-205: muito alto vício. (YILMAZEL, 2012).

Asil *et al.* (2023) elucida em sua obra que a Escala de Mídias Sociais e Comportamento Alimentar (SMEB) foi desenvolvida por Keser *et al.* e consiste em 18 perguntas, com a escala Likert 5 pontos. Para análise dos resultados, segue a lógica de que quanto maior a pontuação, maior o efeito das mídias sociais sobre o comportamento alimentar. Os autores abordam

também sobre o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), o qual é utilizado para determinar os níveis de atividade física executados pelos indivíduos, sendo classificados como baixo, médio e alto, à proporção que a pontuação aumenta.

De acordo com os dados desta revisão, observou-se que 88,9% (n=8) das pesquisas apresentaram interesse sobre a ON e rede social entre o público homens e mulheres, enquanto 11,1% (n=1) optou por desenvolver estudos apenas com mulheres para suas análises.

Quanto à faixa etária, 01 pesquisa (11%) abarcou exclusivamente o público adolescente entre 13 e 18 anos. Dentre os artigos que optaram por abranger o público adulto (n=07; 77,7%), 02 estudos (22,2%) elencaram como requisito de inclusão a partir dos 16 anos como idade mínima, mas a idade máxima limite não foi determinada. Outro estudo (n= 01; 11%) definiu 18 anos como idade mínima como premissa, mas também sem requisitos para idade máxima limite. Já 02 pesquisas (22,2%) mostraram interesse por incluir o público idoso junto ao adulto nos estudos apresentando como idade máxima limite 65 e 75 anos, respectivamente. Observou-se ainda que 01 (11%) estudo não apresentou idade mínima e nem máxima para delimitar as características do público participante.

Sabe-se que os distúrbios alimentares são mais frequentemente observados em mulheres e adolescentes devido à interação de fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais. Os adolescentes, por passarem por uma mudança estética na puberdade, possuem maior propensão de se sentirem insatisfeitos com o seus corpos. Além disso, as projeções de imagens corporais magras e musculosas, propagadas pelas redes sociais, contribuem com o aumento da insatisfação, fazendo com que os adolescentes adotem medidas, como dietas restritivas e práticas de exercícios físicos sem acompanhamentos de profissionais capacitados, para alcançar os estereótipos impostos e assim possam se sentir pertencentes aos grupos de beleza consagrada como padrão (KLUMP *et al.*, 2007; Yurtdaş *et al.* 2022).

Por conta das pressões sociais e culturais, as mulheres fora das medidas elencadas como ideais, estão propensas a apresentar baixa autoestima, insegurança, sentimentos de inferioridade e a buscarem incansavelmente o corpo perfeito. Esses fatores podem desencadear transtorno de ansiedade e/ou alimentar (LEONIDA; SANTOS, 2013). Conflitos com a família, problemas de relacionamento, comentários negativos sobre o peso ou forma corporais, atrelados à busca pela magreza propagada pelas mídias sociais são, também, preditores que podem vir a impulsionar o risco de mulheres, bem como os adolescentes, desenvolverem algum tipo de distúrbio alimentar (GONÇALVES *et al.*, 2013; APPOLINÁRIO; CLAUDINO, 2000).

O envelhecimento é processo natural inerente ao ser humano, que envolve alterações bioquímicas, morfológicas, fisiológicas e funcionais (CHAGAS e ROCHA, 2012). No estudo

realizado por Asil *et al.* (2023, p.388) foi elucidado que o aumento da idade e do Índice de Massa Corporal (IMC) se mostraram como preditores para tendenciar comportamentos ortoréxicos. Os autores afirmam que “é possível que as razões para esta relação entre a ON e o IMC incluam o instinto de proteção contra os riscos de saúde causados pela obesidade através de uma alimentação completamente saudável.” Apesar dos jovens e adolescentes serem mais assíduos nas redes sociais, os idosos também acessam essas páginas e sofrem influências das mesmas. Tarsitano *et al.*, (2022) constataram em seu estudo que o tempo gasto nas mídias sociais pode influenciar o comportamento alimentar e a saúde mental dos indivíduos, especialmente aqueles que são mais expostos aos conteúdos relacionados à alimentação tida como saudável nas mídias sociais.

Em um estudo transversal realizado por Turner e Lefevre (2017) foi constatado que alguns grupos mostraram-se mais suscetíveis ao desenvolvimento da ON, apresentando a prevalência mais elevada em instrutores de ioga, estudantes de ciências do exercício, pacientes em recuperação de anorexia (AN) ou bulimia nervosa, nutricionistas e estudantes de nutrição, em comparação com a população em geral. Algo em comum aos grupos supracitados é que todos demonstram interesse acentuado na saúde e no corpo em perspectiva biomédica ocidental, igualmente como as comunidades de alimentação saudável no *Instagram* podem estar demonstrar o mesmo empenho.

O tempo de condução de estudo apresentou uma alta variabilidade, existindo estudos com o período de pesquisa de 02 dias e outros com duração de 4 meses, conforme descrito abaixo.

Vê-se nos dados que Yilmazel (2021) trabalhou com o público universitário da Turquia, e encontrou uma correlação positiva entre ON e redes sociais, ou seja, quanto mais tempo o indivíduo se expõe ao uso dessas plataformas online, maior tendência ao desenvolvimento da ON, principalmente entre as mulheres. Alguns fatores que podem explicar essa associação são: a exposição a imagens idealizadas de alimentos tidos como saudáveis e corpos magros; e influenciadores digitais que promovem dietas restritivas e que se dizem ter estilos de vida saudáveis; a busca por validação social e pertencimento a grupos que compartilham os mesmos valores e interesses; e a falta de informação confiável e crítica sobre nutrição e saúde nas redes sociais (ALVARENGA, 2010).

Em consonância com o estudo feito com universitários, o mesmo se viu em uma amostra de indivíduos adolescentes em investigação realizada por Yurtdaş *et al.* (2022), onde também as redes sociais exerceram grande influência no desenvolvimento do distúrbio, em que a relação mais tempo gasto \times maior tendência, se mostrou confirmada, apontando maiores percentuais

para o público feminino. Os autores asseveram ainda que estas sofrem pressões com maiores intensidades por conta da pressão social para seguir padrões estéticos e dietéticos.

Copetti e Quiroga (2018, p.165), por sua vez, elucidam que a adolescência é um período de grandes transformações fisiológicas e bioquímicas e que nas meninas pode ocorrer o acúmulo de gordura, devido as alterações hormonais. Essas mudanças físicas “acarretam em consequências psicológicas, pois é neste período que concomitantemente ocorre a construção da identidade” (COPETTI e QUIROGA, 2018, p. 165). Percebe-se nas meninas tendências a mostrarem-se insatisfeitas por desejarem serem mais magras, e nos meninos a busca intencionando um corpo com maior definição muscular. Mediante buscas para alcançar os objetivos relacionados à mudança na imagem corporal são adotados planos alimentares que podem proporcionar o surgimento de distúrbios alimentares.

Autores que realizaram sua pesquisa na Itália, afirmaram que o tempo gasto exposto às redes sociais é diretamente proporcional aos danos que estas podem causar, influenciando no comportamento alimentar, no desenvolvimento da ON e na saúde mental dos indivíduos, especialmente aqueles que mais acompanham conteúdos relacionados à alimentação saudável nas mídias sociais. Afirmam ainda que as mulheres são mais susceptíveis à ON (TARSITANO, *et al.*, 2022).

Em contrapartida, Asil *et al.*, (2023) realizaram um estudo, que trouxe à luz um resultado controverso dos estudos supracitados, em que foi constatado que as pessoas que não tem ON passavam mais tempo nas redes sociais do que as diagnosticadas com ON. Entretanto, os participantes que acompanham páginas com recomendações de dietas saudáveis e práticas esportivas tiveram um risco aumentado de ON quando comparados com aqueles que não seguiram essas páginas. Assim, descobriram com suas pesquisas que a idade e o IMC podem se conformar como preditores do distúrbio em questão. À medida que esses aumentam há um aumento da preocupação com a saúde e com os alimentos ingeridos nas dietas.

As pesquisas que exploraram as comunidades do *Instagram*, investigando os conteúdos abordados nesses espaços sobre a ON, como as realizadas na Itália, Rússia, Holanda, Canadá, Reino Unido, Estados Unidos, Estônia, Alemanha, México, elucidaram que as redes sociais desenvolvem ainda um papel crucial no auxílio da recuperação da ON, pois os usuários utilizam as plataformas como um lugar de apoio mútuo para tratamento e até mesmo encorajar outros indivíduos a se libertarem dessas ações compulsivas (ARGUEDAS, 2022; VALENTE *ET AL.* 2022; SANTAROSSA *ET AL.*, 2019; ZEMLYANSKAYA *ET AL.*, 2022).

Foi constatado ainda que há consonância nos estudos, no que concerne às mulheres liderarem o ranking de postagens. As publicações e *hashtags* utilizadas são de cunho

encorajador, o que sugere que o *Instagram*, a rede social mais utilizada nos estudos, pode ser utilizado como uma comunidade de cooperação para a recuperação e adoção de comportamentos alimentares mais saudáveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A seleção dos artigos com essa temática partiu da necessidade de conhecer quais relações se estabelecem entre as redes sociais e a ortorexia nervosa, visto que as mídias sociais vêm se apresentando como fontes de informações de grandes impactos no cotidiano dos indivíduos de qualquer faixa etária.

Em contrapartida, os estudos sobre ON são relativamente recentes e aliado ao uso das redes sociais como difusor de ideias, apresentam-se de maneira mais contemporânea, tendo essa constatação através do baixo número de artigos indexados encontrados nas plataformas de busca, o que ressalta a necessidade da elaboração de novos trabalhos na perspectiva de expandir os conhecimentos sobre a temática.

Vislumbra, ainda, poder auxiliar os indivíduos que optam por desenvolver hábitos saudáveis na alimentação, de modo que consigam estabelecer limites, para que esse anseio não venha a se tornar uma desordem alimentar, associado a algum TA, ocasionado por insatisfações corporais.

Com tudo, após todas as etapas concluídas para realização dessa revisão de literatura, fez-se notório que as redes sociais e a ON estabelecem fortes relações, podendo ser de influência para adoção de comportamentos ortoréxicos, como também no auxílio para recuperação, onde indivíduos se agrupam virtualmente compartilhando apoio mútuo.

REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, Marle dos Santos et al. Influência da mídia em universitárias brasileiras de diferentes regiões. **Jornal brasileiro de psiquiatria**. Rio de Janeiro v. 59, n. 2, p. 111-118, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S004720852010000200006&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 19/09/2023
- ANJOS, Lucas Pereira dos. SALOMON, Ana Lúcia Ribeiro. Comportamento de risco para desenvolvimento de ortorexia nervosa em estudantes de nutrição do centro universitário de Brasília. **Centro Universitário de Brasília – UniCEUB**. 25 f. Monografia (graduação)- Faculdade de Ciências da Educação e Saúde. 2018. Acesso em 26/07/2022.

APPOLINÁRIO, José Carlos; CLAUDINO, Angélica M. Transtornos alimentares. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 22, p. 28-31, 2000. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/26373134_Transornos_alimentares>

ASIL, Esma *et al.* The effect of social media use on orthorexia nervosa: A sample from Turkey. **Nutricion Hospitalaria**. Madrid , v. 40, n. 2, p. 384-390, abr. 2023. Disponível em: <http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112023000300021&lng=es&nrm=iso>. Acesso em: 28 agosto 2023. Publicado em 05 de Junho de 2023. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04217>.

BARNES Ma, CALTABIANO MI. The interrelationship between orthorexia nervosa, perfectionism, body image and attachment style. **Eating and Weight Disorders**. Vol.12 n.1, p. 177-184. January, 2017. Disponível em: < <https://doi.org/10.1007/s40519-016-0280-x>>. Acesso em 25 de agosto de 2023.

CARVALHO, Marília Sá; COELI, Claudia Medina; LIMA, Luciana Dias de. Mulheres no mundo da ciência e da publicação científica. **Cadernos de Saúde Pública** [online], 2018, v. 34, n. 3. Disponível em: <www.scielosp.org/pdf/csp/2018.v34n3/e00025018/pt> Dóci: doi: 10.1590/0102-311X00025018. Acesso em: 28/09/2023.

CASTRO, M.J., GOLDSTEIN, J.S. Eating attitudes and behaviors of pre-and postpubertal females: clues to the etiology of eating disorders. **Physiology and Behavior**, Elmsford, v.58, n.1, p.15-23, 1995. Disponível em: <www.scielo.br/j/rn/a/pY3V9dxyX9HKtttWR6pW64y/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 30 de Julho de 2023.

CHAGAS, Adriana Moura; ROCHA Eliana Dantas. Aspectos fisiológicos do envelhecimento e contribuição da odontologia na saúde do idoso. **Revista brasileira de odontologia**. vol.69 no.1. Rio de Janeiro Jan./Jun. 2012. Disponível em: http://revodonto.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-72722012000100021 Acessado em: 29/09/2023.

COPETTI, Aline Vieira Sá; QUIROGA, Carolina Villanova. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia**. IMED, Passo Fundo, v. 10, n. 2, p. 161-177, dez. 2018 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-50272018000200011&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 19 set. 2023. <http://dx.doi.org/10.18256/2175-5027.2018.v10i2.2664>.

DURAN, S; ÇIÇEKOĞLU, P; KAYA, E. Relationship between orthorexia nervosa, muscle dysmorphic disorder (bigorexia), and self-confidence levels in male students. **Perspect Psychiatr Care**, v.56, n.4, p 878-884, 2020 Oct. Disponível em: < <https://doi.org/10.1111/ppc.12505>> Acesso em 30 de Junho de 2022.

FORTES, Leonardo de Sousa. Qualidades Psicométricas do Eating Attitudes Test (EAT-26) para Adolescentes Brasileiros do Sexo Masculino. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 32, n. 3, pp. 1-7, Jul-Set 2016. Disponível: <<https://doi.org/10.1590/0102-3772e323220>>. Acesso em: 20 de setembro de 2023.

GARCIA, Leila Posenato; DUARTE, Elisete Duarte. Equidade de sexo e gênero na pesquisa e na publicação científica. **Epidemiologia Serviço de Saúde**, Brasília, v.26, n 3, pp. 431-432,

jul-set 2017. Disponível em:

<www.scielo.br/j/ress/a/QRwcTWxgYsrxg3MRdtzrsG/?format=pdf&lang=pt> Dói: doi: 10.5123/S1679-49742017000300001. Acesso em: 28 de setembro de 2023.

GONÇALVES, Juliana de Abreu et al. Transtornos alimentares na infância e na adolescência. **Revista paulista de pediatria**, v. 31, p. 96-103, 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rpp/a/FhGt8KPLRMTDkmKvM4HtQPh/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 25 de agosto de 2023.

GRAELL, M.; MORÓN-NOZALED A M.G.; CAMARNEIRO R. et al. Crianças e adolescentes com transtornos alimentares durante o confinamento da COVID-19: Dificuldades e desafios futuros. **Revisão Europeia dos Transtornos Alimentares**, v 28, n 6, pp 864-870, nov. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1002/erv.2763>>. Acesso em: 03 de agosto de 2023.

KLUMP, Kelly L. et al. Changes in genetic and environmental influences on disordered eating across adolescence: a longitudinal twin study. **Archives of general psychiatry**, v. 64, n. 12, p. 1409-1415, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1001/archpsyc.64.12.1409>>. Acesso em: 15 de agosto 2023.

LEONIDAS, Carolina; SANTOS, Manoel Antônio dos. Redes sociais significativas de mulheres com transtornos alimentares. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 26, n. 3, p. 561-571, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000300016>>. Acessado 27 de Junho de 2022.

LIRA, Ariana Galhardi *et al.* Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, n. 3, pp. 164-171. 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166>>. Acesso em 5 Julho 2022.

LORENZON, Luís Felipe Lopes, Minossi, Patrícia Beatriz Pedroso e Pegolo, Giovana Eliza. Ortorexia nervosa e imagem corporal em adolescentes e adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. v. 69, n. 2, p. 117-125. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000266>>. Acessado 15 Julho 2022.

MARTINS, Márcia Cristina Teixeira *et al.* Ortorexia nervosa: reflexões sobre um novo conceito. **Revista de Nutrição**. V. 24, n. 2, p. 345-357. 2011. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1415-52732011000200015>>. Acesso 02 de julho 2022

OLIVEIRA LL, HUTZ CS. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Psicologia em estudo**. V.15, n. 3, p. 575–82. Setembro, 2012. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/pe/a/MGVrVGGGrjn8VPDYyCqdmNLj/>> Acesso em: 19 de setembro de 2023.

PEDRAZA, Dixis Figueroa. Padrões Alimentares: da teoria à prática – o caso do Brasil. Mneme – **Revista Virtual de Humanidades**, n. 9, v. 3, jan./mar.2004. Disponível em <http://www.seol.com.br/mneme>. Acesso 27/09/2023.

ROSS Arguedas A. Diagnosis as Subculture: Subversions of health and medical knowledges in the orthorexia recovery community on Instagram. **Qualitative Sociology**. 2022; V 45, n 3.

p.327-351.Julho, 2022. Disponível em:< doi: 10.1007/s11133-022-09518-2>. Acesso em: 27/07/2023.

SANTAROSSA S, LACASSE J, LAROCQUE J, WOODRUFF SJ. #Orthorexia on Instagram: a descriptive study exploring the online conversation and community using the Netlytic software. **Eating and Weight Disorders**. 2019 Abril, v. 24 n. 2, p. 283-290. Disponível em:< doi: 10.1007/s40519-018-0594-y>. Acesso em: 27/07/2023

Shah, Sonia Mahesh, "Orthorexia nervosa: Healthy eating or eating disorder?" Monografia. 2012. **Masters Theses**. V. 991. Disponível em: < <http://thekeep.eiu.edu/theses/991>>

SILVA, Andressa Melina Becker da et al. **Jovens Insatisfeitos com a Imagem Corporal: Estresse, Autoestima e Problemas Alimentares**. *Psico-USF*. 2018, v. 23, n. 3, p. 483-495. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/HSP7zqggvW8D54QYcXvhzrK/abstract/?lang=pt#>. doi.org/10.1590/1413-82712018230308>. 2018. Acesso em 4 Julho 2022.

SILVEIRA JR, Luiz Alberto da Silva et al. **Ortorexia nervosa e transtorno obsessivo-compulsivo: qual a relação?** *Psicol. hosp. (São Paulo)*, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 47-63, ago. 2015. Disponível em:<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-74092015000200004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 15 julho de 2022.

SIQUEIRA, A. J. (2011). As representações do corpo na idade média. **Vivência**, 33, 49-58. Disponível em: <http://www.cchla.ufrn.br/Vivencia/sumarios/37/PDF%20para%20INTERNET_37/03_Ant%C3%B4nio%20Jorge%20Siqueira.pdf> Acesso em 19 de setembro de 2023.

SOUZA, Emily Porto de; COSTA, Carlos Alberto Soares da. Estudo do comportamento de risco para ortorexia nervosa entre estudantes universitários da área de saúde: uma revisão da literatura brasileira. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 6. 2022 Disponível em:< <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/29213>>.Dóí: e37811629213. Acesso em: 19 de Outubro de 2021.

TARSITANO MG, PUJIA R, FERRO Y, MOCINI E, PRONI G, LENZI FR, PUJIA A, GIANNETTA E. Symptoms of Orthorexia Nervosa are associated with time spent on social media: a web-based survey in an Italian population sample. **Rev Med Pharmacol Sci**. V. 26, n. 24, p. 9327-9335, Dezembro, 2022. Disponível em: http://doi:10.26355/eurrev_202212_30683. Acesso em: 28 de Julho de 2023

TURNER PG, LEFEVRE CE. Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa. **Eating and Weight Disorders**. v. 22, n. 2, p. 277-284. Julho, 2017. Disponível em:<http://doi:10.1007/s40519-017-0364-2>. Acesso: 30/08/2023

VALENTE M; RENCKENS S, BUNDERS-AELEN J, Syurina EV. The #orthorexia community on Instagram. **Eating and Weight Disorders**. v. 7 n, 2, p 473-482, Abril, 2021. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/350776073>. Acesso em 25 de Maio de 2022.

VERMELHO SC, Velho APM, Bonkovoski A, Pirola A. Refletindo sobre as redes sociais digitais. **Educação e Sociedade**. V. 35, n. 126, p.179–96. Janeiro, 2014. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/es/a/4JR3vpJqsZLSgCZGVr88rYf/#>>.
[Dóí.org/10.1590/S0101-73302014000100011](https://doi.org/10.1590/S0101-73302014000100011)> Acesso em: 19 de setembro de 2023.

YILMAZEL G. Orthorexia tendency and social media addiction among candidate doctors and nurses. **Perspect Psychiatr Care**. V. 57, n. 4, p.1846-1852. Fevereiro, 2021. Disponível em: <http://doi: 10.1111/ppc.12758>. Acesso em: 28 de Julho de 2023.

YURTDAŞ-Depboylu G, KANER G, Özçakal S. The association between social media addiction and orthorexia nervosa, eating attitudes, and body image among adolescents. **Eating and Weight Disorders**. V. 27, n. 8, p.3725-3735. Dezembro, 2022. Disponível em: <http://doi: 10.1007/s40519-022-01521-4>. Acesso em: 27 de Julho de 2023.

ZEMLYANSKAYA Y, VALENTE M, SYURINA EV. Orthorexia nervosa and Instagram: exploring the Russian-speaking conversation around #орторексия. **Eating and Weight Disorders**. V. 27, n. 3, p.1011-1020. Abril, 2022. Disponível em: <http://doi: 10.1007/s40519-021-01230-4>. Acesso em: 27 de Julho de 2023.