AS MÍDIAS SOCIAIS E SUAS IMPLICAÇÕES NA AUTOIMAGEM DOS ADOLESCENTES A PARTIR DE UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Débora Magna de Almeida Duarte[1]

Luana Michele da Silva Vilas Bôas[2]

RESUMO

Após perceber que os adolescentes passam por diversos questionamentos em suas vidas e que alguns deles geram inseguranças que perpassam as interações por meio das mídias sociais, apresenta-se este trabalho com a intenção de revisar de forma integrativa a literatura já produzida sobre o uso de mídias sociais e suas implicações na autoimagem dos adolescentes. Foi escolhida a revisão integrativa, uma vez que este método auxilia uma compreensão aprofundada e de maneira padronizada sobre o tema. Realizou-se extensa busca nas bases de dados SciELO, Lilacs e BVS-Psi, que chegou ao número de treze artigos, posteriormente tornados objetos da análise. Estes artigos, em sua maioria das áreas de Medicina e Psicologia, foram publicados em vários periódicos, com destaque para a Revista Ciência & Saúde Coletiva e Jornal da Psiquiatria. Traçaram-se quatro tópicos de discussão diferentes, explanados neste trabalho: a imagem corporal, analisada numa perspectiva a partir da influência do uso de redes sociais; a imagem do corpo relacionado ao processo de satisfação e insatisfação corporal; autopercepção dos adolescentes relacionados às diferentes questões que envolvem a saúde; e autoconceito artístico de adolescentes. Conclui-se a necessidade de maior atenção ao tópico da imagem corporal, analisada numa perspectiva a partir da influência do uso das redes sociais, a fim de melhor desenvolvimento em estudos futuros.

Palavras-Chaves: adolescente; autoimagem; redes sociais.

ABSTRACT

After noticing that adolescents go through several questions in their lives and that some of these insecurities permeate interactions through social media, this work is presented with the intention of reviewing in an integrative way the literature already produced on the use of social media and its implications for the self-image of adolescents. The integrative review was chosen, since this method helps an in-depth and standardized understanding of the subject. An extensive search was carried out in the SciELO, Lilacs and BVS-Psi databases, which reached the number of thirteen articles, later made the object of analysis. These papers, mostly from the areas of Medicine and Psychology, were published in several journals, with emphasis on Revista

1Graduada em Psicologia pela FCSMA

2Doutora em Psicologia Social-UERJ, Psicóloga Clínica e Professora do ensino superior. luanavilasboas@yahoo.com.br

Ciência & Saúde Coletiva and Jornal da Psiquiatria. Four different discussion topics were outlined, explained in this work: body image, analyzed from a perspective based on the influence of the use of social networks; body image related to the process of body satisfaction and dissatisfaction; self-perception of adolescents related to different issues involving health; and artistic self-concept of adolescents. It concludes that there is a need for greater attention to the topic of body image, analyzed from a perspective based on the influence of the use of social networks, in order to better develop future studies.

Keywords: adolescent; self image; social media.

1. INTRODUÇÃO

Diante do avanço na utilização por parte de crianças e adolescentes das mídias digitais, o trabalho em tela objetiva entender o quanto as redes sociais têm influenciado jovens e o quanto tais aplicativos de comunicação têm ganhado importância na vida dos mesmos. A metodologia consiste em uma revisão integrativa em que se almeja levantar as publicações pertinentes a essa temática, com o intuito de verificar e discorrer sobre o que tem sido debatido, além de construir considerações pertinentes acerca do tema em tela. Neste sentido, a pergunta que norteia este trabalho é: o que se tem produzido cientificamente sobre mídias sociais e suas implicações na autoimagem do adolescente?

Na primeira parte, busca-se analisar a dimensão e os impactos da internet no mundo e, logo em seguida, é feito um breve resumo das transformações na adolescência e os possíveis impactos das redes sociais nessa fase do desenvolvimento humano.

Feitas tais reflexões, na segunda parte é exposta a metodologia de pesquisa, que neste caso será através da revisão integrativa. Este método é escolhido por ser a melhor forma de identificar e sintetizar sobre o que se tem produzido acerca do assunto, nas mais diferentes áreas de produção científica. Desta forma, pode-se analisar as possíveis falhas e aberturas sobre o tema, a fim de identificar a melhor forma de contribuição para engrandecimento do objeto de pesquisa.

Os textos filtrados são, a partir dos critérios definidores, analisados inicialmente de maneira quantitativa e em seguida submetidos a uma discussão que busca agrupar e correlacionar as publicações de acordo com o tema principal.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Com a globalização da Internet, houve diversos benefícios, como a facilidade no acesso a informações de qualquer lugar do mundo e o encurtamento na comunicação e nas relações. De acordo com Prioste (2013), a Internet se tornou cada vez mais corriqueira e fácil de ser explorada em suas diversas formas nos dias de hoje. Oliveira (2013) afirma que a Internet se tornou uma ferramenta indispensável para o trabalho, a educação, o uso pessoal e como meio de diversão, já que estamos expostos a qualquer tipo de informação.

As mídias sociais são um exemplo de ramificação dentro das possíveis utilizações da Internet. De acordo com Barcelos e Rossi (2014), mídias sociais são definidas como "aplicações baseadas na Internet que utilizam a plataforma Web 2.0 e permitem a criação e a troca de conteúdo gerado pelos usuários" (Kaplan: Haenlein, 2010 *apud* Barcelos; Rossi, 2014, p. 95). Hansen *et al.* (2011 *apud* Barcelos; Rossi, p. 95) abordam o tema como "um conjunto de ferramentas online que apoiam a interação social, incluindo serviços como e-mail, blogs, chats, sites de redes sociais, wikis, sites de compartilhamento de fotos e jogos multiplayer online".

Porém, com tantas funções, as pessoas passaram a ficar horas conectadas à rede, e a tecnologia digital deixou de ser uma ferramenta auxiliar para se tornar a principal na vida dos indivíduos. Segundo Gonçalves e Nuernberg (2012), é necessário averiguar a real necessidade dos conteúdos da internet na atualidade em que se vive. Silva e Silva (2017) afirmam que o rápido acesso às informações e o uso irracional da ferramenta geraram uma grande dependência à rede, resultando em problemas comportamentais e sociais.

A Internet interfere de diversas formas na vida do indivíduo e, nos últimos anos, seu uso tem provocado um desequilíbrio nos aspectos cognitivos, já que o uso excessivo pode resultar numa falsa sensação de aprendizagem, saturando a memória de trabalho e resultando numa sobrecarga cognitiva (Silva; Silva, 2017). Lima *et al.* (2016) destacam que a rapidez proporcionada pela revolução digital invadiu a vida social, levando ao abandono de velhas formas sociais e à mudança das percepções e das noções sobre identidade pessoal e sociedade.

O espaço virtual virou um lugar de fuga das questões mais complexas do ser humano, como a angústia, gerando um vazio existencial expressivo. Oliveira (2013) destaca que as pessoas recorrem à tecnologia como forma de preencher essa lacuna, buscando sempre se ocupar com algo superficial para evitar sentir esse vazio interno. Esse comportamento revela um desejo por comunicação, muitas vezes apontando para a falta de referencial interno que precisa de feedback externo constantemente.

O uso das redes sociais por adolescentes é um tema cada vez mais discutido pela sociedade atual. Para Spizzirri *et al.* (2012), a adolescência é uma fase em que o uso da internet ganha importância, e há muitos efeitos a serem considerados em relação ao desenvolvimento desses jovens. De acordo com Silva e Silva (2017), os adolescentes são mais sensíveis às mudanças das tecnologias digitais e, por isso, são mais propensos a viciar-se. Isso se deve ao fato de que a adolescência é uma fase de intensas mudanças biológicas, psicológicas e sociais, em que os jovens buscam uma identidade e um lugar na sociedade. Essa ambiguidade dificulta a percepção da vulnerabilidade psíquica e social, o que faz com que muitos jovens busquem nas redes sociais um meio de refúgio dos eventos e situações desconfortáveis, além de estresse e problemas comuns nessa fase (Prioste, 2013).

Embora o uso da internet possa ser positivo para alguns jovens, como aponta Spizzirri *et al.* (2012), que destacam a melhora na comunicação e na forma de se conectar aos amigos, para outros, pode prejudicar a integração social offline, que é uma etapa crucial no desenvolvimento social e psicológico dos adolescentes (Nardon, 2006 *apud* Gonçalves e Nuernberg, 2012). Segundo Beserra *et al.* (2016), o uso das redes sociais é particularmente significativo para os adolescentes, pois é nessa fase que eles estão buscando sua identidade e expandindo sua rede social. As redes sociais permitem que os adolescentes realizem seus desejos, sejam reconhecidos e até mesmo se passem por outras pessoas (Medeiros, 2008 *apud* Gonçalves e Nuernberg, 2012).

No entanto, é importante destacar que o uso excessivo das redes sociais pode prejudicar as relações offline e contribuir para a liquidação dos laços sociais na sociedade atual (Lima *et al*., 2016). Além disso, segundo Prioste (2013), no mundo virtual, as pessoas se distraem de seu mundo real por alguns momentos, vivendo num mundo de completo prazer. Na internet, é fácil se passar por uma celebridade e ter uma plateia aplaudindo o tempo todo, mas essa fantasia não condiz com a realidade do adolescente, o que pode trazer consequências negativas ao se desconectar desse mundo virtual.

3. METODOLOGIA

A metodologia utilizada se baseou em Souza, Silva e Carvalho (2010), que descrevem a revisão integrativa como uma estratégia metodológica que surgiu para tornar o processo de pesquisa e seus resultados na área da saúde mais concisos, permitindo uma síntese do conhecimento e uma melhor aplicabilidade dos resultados dos estudos relevantes para a prática.

Esse método tem seis fases de desenvolvimento: formulação da pergunta norteadora, busca ampla na literatura, coleta de dados, análise crítica dos dados, discussão dos resultados e apresentação dos resultados de maneira clara e sucinta para melhor compreensão dos leitores. A revisão integrativa é uma técnica importante para os profissionais da saúde que buscam uma melhor síntese do conhecimento para aplicar em suas práticas.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este momento se preocupa em investigar o que tem sido pesquisado sobre o impacto das mídias sociais na autoimagem dos adolescentes. O objetivo é delinear as discussões realizadas entre 2010 e 2020 nas bases de dados selecionadas, com enfoque nos termos autoimagem, adolescência e mídias sociais.

A pesquisa utiliza três bases de dados diferentes: a Scientific Electronic Library Online (SciELO), a Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e a Biblioteca Virtual em Saúde - Psicologia (BVS-Psi). Essas bases foram selecionadas por conterem artigos científicos relevantes na área de interesse.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos completos publicados em português no Brasil, nos últimos 10 anos, contendo ao menos duas das três palavras-chave (adolescentes, autoimagem ou mídias sociais) no título e/ou resumo. Os critérios que não atenderam a essas condições foram excluídos da análise.

Após coleta dos dados, foi caracterizado o corpus de análise. Os artigos foram comparados e agrupados por similaridade de conteúdo, definindo-se quatro categorias empíricas.

Quadro 1 – Identificação dos estudos selecionados

TOTAL DE ARTIGOS SELECIONADOS				
N°	**TÍTULO**	**AUTOR**	**ANO**	**FONTE**
1	Mídias e a imagem corporal na adolescência: o corpo em discussão	Frois, Erica; Moreira, Jacqueline; Stengel, Márcia.	2011	Psicologia em Estudo
2	Auto percepção de saúde em adolescentes, adultos e idosos	Reichert, Felipe Fossati; Loch, Mathias Roberto;	2012	Ciência & Saúde Coletiva

		Capilheira, Marcelo Fernandes		
3	Estado nutricional, auto percepção do estado nutricional e experimentação de drogas lícitas em adolescentes	Garcia, Denise Máximo; Mekitarian Filho, Eduardo; Gilio, Alfredo Elias; Lotufo, João Paulo Becker; Lo, Denise Swei	2015	Revista Paulista de Pediatria
4	Autoestima, insatisfação corporal e internalização do ideal de magreza influenciam os comportamentos de risco para transtornos alimentares?	Fortes, Leonardo De Sousa; Meireles, Juliana Fernandes Filgueiras; Neves, Clara Mockdece; Almeida, Sebastião Sousa; Ferreira, Maria Elisa Caputo	2015	Revista de Nutrição
5	Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras	Lira, Ariana Galhardi; Ganen, Aline De Piano; Lodi, Aline Sinhorini; Alvarenga, Marle Dos Santos	2017	Jornal Brasileiro de Psiquatria
6	Mídias sociais: construção de narrativas de si de adolescentes	Ew, Raquel De Andrade Souza; Hamann, Cristiano; Gomes, Gustavo Affonso; Pizzinato, Adolfo; Rocha, Kátia Bones	2018	Psicologia & Sociedade
7	Auto percepção de saúde e determinantes sociais em adolescentes	Lemos, Stela Maris Aguiar; Rocha, Poliana Cristina; Martinez-Hernaez, Angel	2018	Revista CEFAC

	matriculados no ensino médio			
8	Auto percepção negativa de saúde associada à violência escolar em adolescentes	Silva, Bruno Rafael Vieira Souza; Silva, Alison Oliveira Da; Passos, Muana Hiandra Pereira Dos; Soares, Fernanda Cunha; Valença, Paula Andréa De Melo; Menezes, Valdenice Aparecida De; Et Al	2018	Ciência & Saúde Coletiva
9	Auto percepção de saúde e sua associação com atividade física e estado nutricional em adolescentes	Silva, Alison Oliveira Da; Diniz, Paula R. B.; Santos, Maria E. P.; Ritti-Dias Raphael M.; Farah, Breno Q.; Tassitano, Rafael M.; Oliveira, Luciano. M. F. T.	2019	Jornal de Pediatria
10	Autoimagem corporal, insatisfação com o peso corporal e estado nutricional de adolescentes brasileiros: um estudo nacional	Moehlecke, Milene; Blume, Carina Andriatta; Cureau, Felipe Vogt; Kieling, Christian; Schaan, Beatriz D	2020	Jornal de Pediatria
11	Percepção da imagem corporal e estado nutricional em adolescentes de escolas públicas	Pinho, Lucinéia De; Brito, Maria Fernanda Santos Figueiredo; Silva, Rosângela Ramos Veloso; Messias, Romerson Brito; Silva, Carla Silvana	2019	Revista Brasileira de Enfermagem

		De Oliveira E; Barbosa, Dulce Aparecida; Caldeira, Antônio Prates		
12	Imagem corporal autopercebida e satisfação corporal de adolescentes	Justino, Maraísa I. C.; Enes, Carla Cristina; Nucci, Luciana Bertoldi	2020	Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil
13	Tipo de ensino e autoconceito artístico de adolescentes	Pipa, Joana; Peixoto, Francisco	2014	Estudos de Psicologia

Após análise do material coletado, foram traçados os seguintes tópicos para discussão: a imagem corporal, analisada numa perspectiva, a partir da influência do uso de redes sociais (1, 5 e 6), a imagem do corpo relacionado ao processo de satisfação e insatisfação corporal (4, 10, 11, 12)**,** auto percepção dos adolescentes relacionados às diferentes questões que envolvem a saúde (2, 3, 7, 8, 9) e autoconceito artístico de adolescentes (13).

A influência das mídias sociais na autoimagem dos adolescentes é um tema amplamente discutido na literatura. No estudo 1, Frois, Moreira e Stengel (2011) destacam que essa influência é ainda mais forte durante a transição da infância para a adolescência, quando ocorrem mudanças físicas, hormonais e psicológicas significativas. Embora o estudo levante questões sem respostas objetivas e imediatas, as análises e reflexões realizadas ao longo da pesquisa podem alimentar compreensões sobre a construção de novos corpos do adolescente.

No estudo 2, realizado com adolescentes do sexo feminino de duas escolas públicas, Lira *et al.* (2017), mostraram que 80% das jovens, mesmo com corpos saudáveis, estavam insatisfeitas com seus corpos. A insatisfação começa na infância, entre 7 e 10 anos, mas se intensifica na adolescência, quando as questões de enquadramento social são mais presentes. A falta de diversidade como referencial de beleza na mídia contribui para a internalização de um ideal de magreza como padrão saudável e desejado.

O comportamento dos jovens como usuários de redes sociais é discutido no estudo 5, por Ew *et al.* (2018) em relação ao Facebook. Os resultados indicam que os jovens publicam o que acham que os outros vão gostar, buscando pertencimento e vinculação, comportamento muito presente na puberdade. Além disso, os jovens afirmaram sobre a facilidade de criar uma

personagem na rede social e de alimentá-la da forma mais interessante. Isso pode ser prejudicial para adolescentes que estão passando por uma fase sensível de influências sociais.

Esses estudos indicam a atualidade do tema de pesquisa, uma vez que a maioria dos artigos selecionados se concentra nos anos após 2015. Embora exista a escassez de pesquisas teóricas sobre o assunto, a reflexão sobre como as mídias sociais influenciam a autoimagem dos adolescentes é relevante e deve ser continuada.

O estudo 4 de Fortes *et al.* (2015) investigou a relação entre autoestima, insatisfação corporal e internalização do ideal de magreza com comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes do sexo feminino. Os resultados mostraram que a insatisfação corporal e a internalização do ideal de magreza estavam diretamente associadas à restrição alimentar, enquanto a autoestima não apresentou relação com a restrição de alimentos calóricos. Além disso, a insatisfação corporal e a internalização da magreza foram associadas positivamente com a bulimia. Adolescentes insatisfeitas e influenciadas pelo padrão culturalmente aceito são aquelas que controlam o que comem.

No estudo 10, de Moehlecke *et al.* (2020), foram avaliados fatores de risco para subestimação e superestimação entre o estado nutricional e a autoimagem corporal, bem como a prevalência e fatores associados à insatisfação com o peso corporal entre adolescentes brasileiros. Foi observado que cerca de 30% dos alunos brasileiros apresentaram percepção errada de sua imagem corporal, e 45% dos adolescentes estavam insatisfeitos com seu peso, especialmente do sexo feminino, abaixo do peso, sobrepeso e em casos de obesidade. Os meninos estavam mais propensos a subestimar seu peso real, enquanto a insatisfação corporal foi 10% mais comum em adolescentes com Transtornos Mentais Comuns. Os autores concluíram que a avaliação da saúde mental é importante para adolescentes que tendem a ter uma percepção distorcida de sua imagem corporal.

No artigo 11, Pinho *et al.* (2019) fortalecem os resultados apontados no estudo anterior, evidenciando que quase metade dos adolescentes que participaram da pesquisa estava insatisfeita com sua imagem corporal, com diferenças entre os sexos: as meninas estavam insatisfeitas com o excesso de peso, enquanto os meninos desejavam aumentar o peso corporal, o que os autores associaram à imagem masculina com corpos fortes e musculosos.

O estudo, 12 de Justino *et al.* (2020), apontou autopercepção errônea de peso pelos adolescentes, independentemente do sexo, com maior subestimação do estado nutricional pelas meninas. A pressão da mídia foi identificada como um importante fator na insatisfação com a forma corporal dos adolescentes. Todos os estudos concordaram que a insatisfação corporal é

mais prevalente entre adolescentes do sexo feminino, possivelmente devido à pressão para se encaixar em padrões de beleza irreais e excludentes, criados e incentivados pela sociedade machista e patriarcal.

O estudo 2 de Reichert, Loch e Capilheira (2012) mostra que variáveis são importantes em estudos epidemiológicos para entender a saúde como uma condição complexa e subjetiva. As mulheres adultas e idosas tendem a ter uma percepção mais negativa da saúde do que os homens, mas entre os adolescentes não há diferença. A autopercepção da saúde tende a ser pior com o aumento da idade e com menor nível socioeconômico e educacional. A autopercepção da saúde é vista como aspecto social, demográfico e, em menor escala, comportamental.

O estudo 3, de Garcia *et al.* (2015), mostra que adolescentes que se percebem com sobrepeso ou obesidade têm maior chance de usar drogas lícitas, principalmente os meninos. O álcool é mais experimentado em torno dos 12 anos, e o tabaco e o álcool têm alta prevalência em adolescentes com sobrepeso ou obesidade. Isso pode estar relacionado ao bullying e à busca por aceitação. Os autores chamam a atenção para a promoção da saúde do adolescente e a prevenção do uso de drogas ilícitas.

O estudo 7, de Lemos, Rocha e Martinez-Hernaéz (2018), mostra que a maioria dos adolescentes considera a saúde importante e que 80% têm uma boa percepção da própria saúde. No entanto, um terço dos jovens tem algum problema de saúde. A cultura, a religião e a moradia própria são variáveis que afetam a autopercepção da saúde. A violência não parece afetar a percepção da saúde dos adolescentes, mas é importante avaliar a autopercepção em diferentes contextos culturais, familiares e escolares.

O estudo 8, de Silva *et al.* (2018), avalia a associação entre autopercepção negativa em saúde e violência escolar em adolescentes de Olinda/PE. A autopercepção negativa em saúde foi observada em 26,7% dos casos, com predominância no sexo feminino e com maior incidência em jovens mais velhos. A tristeza, o pensamento suicida, o bullying, a falta de segurança e o envolvimento com drogas ilícitas estão associados à autopercepção negativa da saúde. É importante avaliar a autopercepção em diferentes contextos.

O estudo 9, de Silva *et al.* (2019), investigou a associação entre atividade física no tempo livre, estado nutricional e autopercepção de saúde em adolescentes de ambos os sexos. Os resultados sugerem que a atividade física no tempo livre está associada a uma melhor autopercepção de saúde em jovens. No entanto, meninas com sobrepeso e jovens moradores de áreas rurais, filhos de mãe com menor grau de escolaridade, e que não praticavam atividade

física no tempo livre, insuficientemente ativos, sobrepesados e que preferiam práticas de lazer mais passivas, tinham uma autopercepção em saúde mais negativa.

O autor Alison Oliveira da Silva é um doutorando em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) e é conhecido por sua contribuição na pesquisa sobre atividade física e saúde em adolescentes. Ele participou da publicação de dois estudos (8 e 9), ambos utilizando a metodologia transversal na análise dos dados.

O estudo 13 apresenta uma reflexão sobre a abrangência dos estudos sobre autoconceito, comparando com a dinâmica das redes sociais na atualidade. Pipa e Peixoto (2014) analisam o autoconceito artístico dos adolescentes e utilizam uma abordagem quantitativa para analisar as variáveis de música, artes visuais, dança e representação. Os autores concluem que a exposição corriqueira dos adolescentes à música influencia positivamente o autoconceito nessa área.

A reflexão proposta no texto é que, com a dinâmica das redes sociais na atualidade, esse fenômeno pode ser ainda mais acentuado, não apenas na música, mas em outras áreas da vida dos adolescentes. As redes sociais facilitam o acesso a conteúdo de maneira instantânea, incluindo música, esporte, política e sociedade. Isso pode levar a uma maior exposição dos adolescentes a diferentes áreas, o que pode influenciar positivamente ou negativamente seu autoconceito nessas áreas.

Portanto, é importante considerar a dinâmica das redes sociais na análise do autoconceito dos adolescentes, uma vez que as mesmas podem influenciar significativamente suas percepções sobre diferentes áreas da vida. Isso pode ter implicações importantes para a educação e a formação dos jovens, exigindo uma abordagem mais abrangente e atualizada sobre o tema.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo de revisão integrativa propôs identificar e analisar a produção científica sobre as implicações das mídias sociais na adolescência, a partir da revisão de artigos publicados em periódicos de Psicologia, Psiquiatria e outras áreas da saúde. Foram selecionados 13 artigos que abordam a relação entre as mídias sociais e questões relacionadas à imagem corporal, autopercepção dos adolescentes em relação à saúde e autoconceito artístico.

Os resultados da revisão integrativa apontaram que a maioria dos estudos aborda a relação entre as mídias sociais e a satisfação e insatisfação corporal dos adolescentes. Além disso, alguns estudos também exploram a autopercepção dos adolescentes em relação ao estado nutricional e determinantes sociais, bem como o autoconceito artístico.

Constatou-se a importância de se dar mais atenção ao eixo temático que analisa a relação entre as mídias sociais e a imagem corporal dos adolescentes, visto que as mídias sociais têm uma influência cada vez maior na vida dos jovens e podem afetar negativamente sua autoimagem e autoestima. Profissionais de saúde, educadores e pais devem estar atentos aos efeitos das mídias sociais na saúde mental dos adolescentes e tomar medidas para minimizar possíveis danos.

REFERÊNCIAS

BARCELOS, R. H.; ROSSI, C. A. V. **Mídias sociais e adolescentes: uma análise das consequências ambivalentes e das estratégias de consumo**. BASE - Revista de Administração e Contabilidade da UNISINOS, v. 11, n. 2, pp. 93-110, 2014. Disponível em <http://revistas.unisinos.br/index.php/base/article/view/base.2014.112.01>. Acesso em 21 jun 2021.

BESERRA, G. L.; PONTE, B. A. L.; SILVA, R. P.; BESERRA, E. P.; SOUSA, L. B.; GUBERT, F. A. **Atividade de vida "comunicar" e uso de redes sociais sob a perspectiva de adolescentes.** Cogitare Enfermagem, [s.l.], v. 21, n. 1, 2016. Disponível em <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/41677>. Acesso em 21 jun. 2021.

EW, R. A. S.; HAMANN, C.; GOMES, G. A.; PIZZINATO, A.; ROCHA, K. B. **Mídias sociais: construção de narrativas de si de adolescentes.** Psicologia & Sociedade, Belo Horizonte, v. 30, 2018. Disponível em <https://www.scielo.br/j/psoc/a/DbWfS7ZQtdHYQm3XRkh4vTG/abstract/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

FORTES, L. S.; MEIRELES, J. F. F.; NEVES, C. M.; ALMEIDA, S. S.; FERREIRA, M. E. C. **Autoestima, insatisfação corporal e internalização do ideal de magreza influenciam os comportamentos de risco**. Revista de Nutrição, Campinas, v. 28, n. 3, pp. 253-264, 2015. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rn/a/nhtnptkxTq4kGQtCXZTyCFp/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

FROIS, E.; MOREIRA, J.; STENGEL, M. **Mídias e a imagem corporal na adolescência: o corpo em discussão.** Psicologia em Estudo, Maringá, v. 16, n. 1, pp. 71-77, 2011. Disponível em <https://www.scielo.br/j/pe/a/7yndSDgPJX4jXXYJymhcWkM/abstract/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

GARCIA, D. M.; MEKITARIAN FILHO, E.; GILIO, A. E.; LOTUFO, J. P. B.; LO, D. S. **Estado nutricional, autopercepção do estado nutricional e experimentação de drogas lícitas em adolescentes**. Revista Paulista de Pediatria, [s.l.], v. 33, n. 3, pp. 332-339, 2015. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rpp/a/rtWkN7FfGXvKHs7bxKyrnYg/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

GONÇALVES, B. G.; NUERNBERG, D. **A dependência dos adolescentes ao mundo virtual.** Revista de Ciências Humanas, Florianópolis, v. 46, n. 1, p. 165-182, out. 2012. ISSN 2178-4582. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/revistacfh/article/view/2178-4582.2012v46n1p165>. Acesso em 21 jun. 2021.

JUSTINO, M. I. C.; ENES, C. C.; NUCCI, L. B. **Imagem corporal autopercebida e satisfação corporal de adolescentes.** Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, Recife, v. 20, n. 3, pp. 715-724, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/xLD5WFCCLcHXKXLgpgGNf9C/abstract/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

LEMOS, S. M. A.; ROCHA, P. C.; MARTINEZ-HERNAEZ, A. **Autopercepção de saúde e determinantes sociais em adolescentes matriculados no ensino médio.** Revista CEFAC, [s.l.], v. 20, n. 5, pp. 604-612, 2018. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rcefac/a/mVpM8TrxStRM34KL6qTrZmJ/abstract/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

LIMA, N. L; MOREIRA, J. O.; STENGEL, M.; MAIA, L. M. **As redes sociais virtuais e a dinâmica da internet.** Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia, Juiz de Fora, v. 9, n. 1, pp. 90-109, 2016. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202016000100008&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

LIRA, A. G.; GANEN, A. P.; LODI, A. S.; ALVARENGA, M. S. **Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras**. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, Rio de Janeiro, v. 66, n. 3, pp. 164-171, 2017. Disponível em

<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

MOEHLECKE, M.; BLUME, C. A.; CUREAU, F. V.; KIELING, C.; SCHAAN, B. D. **Auto-imagem corporal, insatisfação com o peso corporal e estado nutricional de adolescentes brasileiros: um estudo nacional.** Jornal de Pediatria, [s.l.], v. 96, n. 1, pp. 76-83, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/j/jped/a/3hyT8qTDCvYwZ4bGRXMJDqG/abstract/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

OLIVEIRA, M. P. M. T. **Internet e o risco da desmedida**. Junguiana, São Paulo, v. 32, n. 1, pp. 30-38, 2013.

PRIOSTE, C. D. **O adolescente e a internet**: **laços e embaraços no mundo virtual.** 2013. Tese (Doutorado em Educação) - Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013. Disponível em <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/48/48134/tde-21052013-113556/pt-br.php>. Acesso em 21 jun. 2021.

SILVA, A. O.; DINIZ, P. R. B.; SANTOS, M. E. P.; RITTI-DIAS, R. M., FARAH, B. Q.; TASSITANO, R. M.; OLIVEIRA, L. M. F. T. **Autopercepção de saúde e sua associação com atividade física e estado nutricional em adolescentes.** Jornal de Pediatria, [s.l.], v. 95, n. 4, pp. 458-465, 2019. Disponível em <https://www.scielo.br/j/jped/a/dMQ5SSxCxV3rgyLW8xBydZG/abstract/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

SILVA, T. O.; SILVA, L. T. G. **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais**. Psicopedagogia, São Paulo, v. 34, n. 103, pp. 87-97, 2017. Disponível em <https://www.revistapsicopedagogia.com.br/detalhes/520/os-impactos-sociais--cognitivos-e-afetivos-sobre-a-geracao-de-adolescentes-conectados-as-tecnologias-digitais>. Acesso em 21 jun. 2021.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D; CARVALHO, R. **Revisão integrativa: o que é e como fazer**. Einstein, São Paulo, v. 8, n. 1, pp. 102-106, 2010. Disponível em <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTBkVJZqcWrTT34cXLjtBx/abstract/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

SPIZZIRRI, R. C. P.; WAGNER, A.; MOSMANN, C. P.; ARMANI, A. B. **Adolescência conectada: Mapeando o uso da internet em jovens internautas.** Psicologia Argumento, [s.l.], v. 30, n. 69, pp. 327-335, 2017. Disponível em

<https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/23288>. Acesso em 21 jun. 2021.

PINHO, L.; BRITO, M. F. S. F.; SILVA, R. R. V.; MESSIAS, R. B.; SILVA, C. S. O.; BARBOSA, D. A.; CALDEIRA, A. P. P**ercepção da imagem corporal e estado nutricional em adolescentes de escolas públicas.** Revista Brasileira de Enfermagem, [s.l.], v. 72, n. sup. 2, pp. 240-246, 2019. Disponível em <https://www.scielo.br/j/reben/a/NcmxvskW4NKTtpcXkLJ5DZz/abstract/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.

PIPA, J.; PEIXOTO, F. **Tipo de ensino e autoconceito artístico de adolescentes**. Estudos de Psicologia, Campinas, v. 31, n. 2, pp. 159-167, 2014. Disponível em <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/MNqvRZ6PVxDWnv5CRp3GZnq/?lang=pt>. Acesso em 21 jun. 2021.