



BAHIANA
ESCOLA DE MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA

CURSO DE BACHARELADO EM PSICOLOGIA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

CAMILA PERAZZO NERI

**A RELAÇÃO DO TIKTOK COM A ANOREXIA NERVOSA EM MENINAS
ADOLESCENTES: UMA REVISÃO NARRATIVA**

Salvador, 2024

**A Relação do TikTok com a Anorexia Nervosa em Meninas Adolescentes: uma Revisão
Narrativa**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
como requisito parcial para a obtenção do Título
de Bacharel em Psicologia, sob orientação da
Profª Drª Sylvia Maria Barreto da Silva.

Data: 19/11/2024

Banca Examinadora:

Orientadora: Profª Drª Sylvia Maria Barreto da Silva

Profª Drª Vania Maria Bitencourt Powell

Profª M.Sc. Naylana Rute da Paixão Santos

RESUMO

Introdução: a Anorexia Nervosa (AN) é um transtorno psiquiátrico caracterizado por restrição alimentar, medo de ganhar peso e distorção da imagem corporal. Costuma ser desenvolvido na adolescência e é mais prevalente em mulheres. **Objetivo geral:** compreender a relação da utilização do TikTok e seus conteúdos relacionados ao corpo no desenvolvimento e manutenção da AN em meninas adolescentes. **Objetivos específicos:** analisar a emergência e popularização de conteúdos relacionados ao corpo no TikTok; e examinar a relação entre a exposição a tais conteúdos e o aumento de comportamentos de risco para o desenvolvimento de AN. **Método:** revisão narrativa da literatura, abrangendo artigos publicados entre 2016 e 2024 em português e inglês, utilizando as bases de dados PubMed, SciELO e LILACS. Os descritores utilizados foram Transtornos Alimentares, Anorexia, Adolescentes, Redes Sociais e TikTok, combinados pelo operador AND. **Resultados e Discussão:** foram encontrados 56 artigos, dos quais 8 foram selecionados após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão. Após a análise, foi evidenciada a influência do TikTok sobre o desenvolvimento e manutenção da AN. As comunidades “*pro-ana*” promovem a anorexia como um estilo de vida. Vídeos de “*thinspiration*”, “*fitspiration*” e “*body challenges*” contribuem para a auto comparação negativa e perpetuação do ideal de beleza magro, sendo associados à insatisfação corporal e comportamentos alimentares disfuncionais. Conteúdos “*pro-recovery*”, “*body positivity*” e “*body neutrality*” representam uma visão mais positiva sobre corpo e alimentação. **Considerações finais:** a rede social TikTok influencia no processo de adoecimento da AN negativa e positivamente, dependendo de multifatores individuais e contextuais.

PALAVRAS-CHAVE: Transtornos Alimentares, Anorexia Nervosa, Adolescentes, Redes Sociais e TikTok

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	5
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	6
2.1. Transtornos Alimentares e Anorexia Nervosa.....	6
2.2. Adolescência.....	8
2.3. TikTok.....	10
3. METODOLOGIA.....	11
4. RESULTADOS.....	12
5. DISCUSSÃO.....	15
4.1. Categoria 1 - Padrão de funcionamento do TikTok e do seu algoritmo: fatores de risco desencadeantes e mantenedores da AN.....	15
4.2. Categoria 2 - Conteúdos “pro-ana” como fatores de risco, desencadeantes e mantenedores da AN.....	17
4.3. Categoria 3 - Conteúdos de “thinspiration”, “fitspiration” e “challenges” do TikTok como fatores de risco, desencadeantes e mantenedores da AN.....	19
4.4. Categoria 4 - Conteúdos de “body positivity”, “body neutrality” e “pro-recovery” como ferramentas de enfrentamento à AN.....	22
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	25
7. REFERÊNCIAS.....	26

1. Introdução

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), 4,7% da população brasileira apresenta um transtorno alimentar, sendo que, entre a população jovem, esse número se aproxima de 10%. Em paralelo, a rede social TikTok popularizou-se e é hoje a plataforma mais utilizada entre adolescentes de 12 a 17 anos, sendo ao menos um quarto dos usuários abaixo de 14 anos e aproximadamente 50% abaixo de 29 anos (Bahnweg & Omar, 2023). Por existir um grande volume de conteúdos dentro da plataforma de vídeos que abordam desafios “fitness”, diferentes dietas sem acompanhamento nutricional e culto ao corpo magro, é perceptível a influência e o encorajamento implícito a comportamentos alimentares desordenados, que são fatores de risco para o desenvolvimento de um transtorno alimentar como a Anorexia Nervosa (AN) (da Costa et al., 2022).

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM 5-TR) (APA, 2022), os transtornos alimentares (TAs) podem ser descritos como quadros psiquiátricos altamente crônicos e incapacitantes em que o comportamento alimentar e a forma como o sujeito percebe o próprio corpo são comprometidos, assim como os pensamentos e emoções ligados a esses aspectos. A Anorexia Nervosa é um TA grave, com altos índices de mortalidade e cronicidade, no qual ocorre restrição alimentar e perda proposital de peso, objetivando a magreza e levando a um peso corporal significativamente baixo no contexto de idade, gênero, trajetória de desenvolvimento e saúde física do sujeito. A preocupação com o peso torna-se obsessiva, apresentando medo intenso de engordar/ganhar peso e é frequentemente acompanhada de distorção de imagem corporal.

Dessa forma, é fundamental a compreensão do fenômeno da influência dessa rede social no desenvolvimento de psicopatologias do comportamento alimentar. O público adolescente utiliza em média 7 horas e 22 minutos diariamente a internet (Garcia, 2020), acompanhando, na maior parte do tempo, as rotinas de influenciadoras digitais magras, consideradas como o padrão de beleza a ser alcançado, mesmo que para isso tenham feito diversas cirurgias plásticas e altos investimentos nos mais diversos procedimentos estéticos. A partir desses conteúdos, muitas meninas adolescentes acabam por sentir-se insatisfeitas com o próprio corpo e aparência, criando o desejo de encontrar formas rápidas e não saudáveis para emagrecer e ter um corpo como o dessas influenciadoras.

De acordo com Garcia (2020), a literatura acerca da temática tem relacionado diretamente o aumento da popularização das redes sociais com o crescimento dos casos de anorexia em meninas adolescentes. Arain et al. (2013), por exemplo, afirmam que o cérebro adolescente ainda não está completamente desenvolvido biologicamente até por volta de 24 a

26 anos, de forma que é plausível a maior vulnerabilidade dessa população de ser influenciada significativamente pelo conteúdo consumido todos os dias nas redes sociais. Portanto, é socialmente relevante compreender as relações de influência entre o TikTok e a Anorexia Nervosa (AN) em adolescentes visando avançar no conhecimento acerca da temática, de estratégias de enfrentamento e de prevenção do agravamento de quadros alimentares disfuncionais como a AN.

Assim sendo, o presente Trabalho de Conclusão de Curso possui como objetivo compreender a relação da utilização do TikTok e seus conteúdos relacionados ao corpo no desenvolvimento e manutenção da Anorexia Nervosa em meninas adolescentes.

1. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Transtornos Alimentares e Anorexia Nervosa

De acordo com DSM 5-TR (APA, 2023), os transtornos alimentares (TAs) caracterizam uma perturbação persistente no comportamento alimentar, apresentando uma forma alterada de consumir ou absorver os alimentos, com intensidade e duração suficientes para causar importantes prejuízos para a saúde física e o funcionamento psicossocial. Também de acordo com o DSM, os TAs possuem como faixa etária de maior prevalência as crianças e adolescentes de 11 a 19 anos, sendo esta prevalência de 1,2% para meninos e 5,7% para meninas, número crescente na atualidade. Os principais e mais incidentes TAs que acometem a população global são a Anorexia Nervosa (AN), Bulimia Nervosa (BN) e Transtorno de Compulsão Alimentar (TCA).

A palavra “anorexia” deriva do termo grego para perda de apetite: a junção do prefixo “an” (privação, negação) e a palavra “orexis” (apetite) (Appolinario, Nunes & Cordás, 2022). Entre as características diagnósticas da AN, é importante destacar os três principais estabelecidos pelo DSM 5-TR (APA, 2023): o primeiro deles (critério A) é relativo à restrição persistente da ingesta calórica em relação às necessidades fisiológicas de alimentação, acarretando um peso corporal significativamente baixo, ou seja, inferior ao mínimo normal ou esperado para aquele indivíduo, levando em consideração a sua idade, gênero, altura, desenvolvimento etc.

Já o segundo critério (critério B), caracteriza o medo intenso de ganhar peso ou engordar, que geralmente não é diminuído pela perda de peso. Além disso, explicita a apresentação de comportamentos recorrentes que interferem no ganho deste peso, mesmo que este já esteja substancialmente baixo. Por fim, o critério C descreve a distorção de imagem corporal presente no transtorno, ou seja, há uma perturbação na compreensão do seu próprio

peso e forma corporal. Alguns indivíduos, apesar do importante baixo peso, se enxergam e sentem-se completamente acima do peso. Já outros, mesmo se percebendo enquanto pessoas magras, demonstram demasiada preocupação com certas partes do corpo, utilizando-se de diferentes métodos para avaliar incessantemente seus corpos, tais como pesagens frequentes e checagens regulares em espelhos em busca de “áreas de gordura”. Além disso, uma grande importância é concedida ao peso e ao corpo na autoavaliação desses indivíduos, sendo a sua autoestima extremamente dependente desses fatores. Ademais, indivíduos com anorexia frequentemente carecem de insight sobre o problema, não reconhecendo a gravidade do baixo peso corporal em que se encontram e as relevantes implicações médicas que o transtorno pode desencadear, sendo possivelmente fatais.

O transtorno geralmente inicia durante a adolescência ou na idade adulta jovem, costumando estar associado a um evento estressor desencadeador. É incomum a sua apresentação antes da puberdade ou depois dos quarenta anos. A AN apresenta prevalência de 0,6 a 0,8%, de acordo com o DSM 5-TR, com taxas muito mais altas em mulheres do que em homens, apesar de estudos em adolescentes demonstrarem taxas semelhantes para ambos os sexos nesta faixa etária. O transtorno é mais frequente na população adolescente, visto que 80% dos casos ocorrem entre os 12 e 20 anos de idade (Aratany et. al, 2017). Apesar da prevalência relativamente baixa, de acordo com os mesmos autores e com os dados do DSM, a anorexia pode ser considerada o mais letal dos transtornos mentais, com taxas de mortalidade 11 vezes mais alta do que a população em geral (Sjöström et. al, 2024), principalmente pelas alterações fisiológicas decorrentes da desnutrição e as taxas de suicídio significativamente elevadas nestes pacientes, apresentando dados alarmantes de que um quarto a um terço dos indivíduos acometidos pela AN apresentam ideação suicida (APA, 2023).

A AN apresenta dois subtipos: o restritivo e o purgativo. O tipo restritivo é caracterizado por uma perda de peso adquirida por meio de dieta restritiva, jejum e/ou exercícios físicos excessivos. Já o tipo compulsão alimentar purgativa indica que o indivíduo se envolve em episódios de compulsão alimentar e comportamentos purgativos em sequência, tais como vômitos autoinduzidos e/ou uso indevido de laxantes, diuréticos ou enemas. Um episódio de compulsão alimentar é habitualmente descrito como uma ingestão de uma grande quantidade de alimento, maior do que a maioria das pessoas comeria no mesmo intervalo e em um contexto semelhante, em um período de tempo determinado. Porém, no caso da anorexia nervosa, alguns indivíduos não apresentam necessariamente essa hiperfagia, mas

emitem comportamentos purgativos após o consumo de pequenas quantidades de alimento. Os dois subtipos podem alternar ao longo do curso do transtorno.

Entre as características associadas ao transtorno, é significativo o comprometimento nutricional que acomete os indivíduos, trazendo consequências fisiológicas como a amenorreia, anemia, anormalidades nos sinais vitais e nos achados laboratoriais, perda de densidade óssea, lanugo etc. No âmbito psicológico, pessoas gravemente abaixo do peso tendem a apresentar características obsessivo-compulsivas que podem ser exacerbadas pela subnutrição, impulsividade, inflexibilidade cognitiva, forte desejo de controle do próprio ambiente, receio em se alimentar publicamente e expressão emocional contida. Os processos psicológicos tais como dificuldades na regulação emocional, pensamento dicotômico, rigidez nos pensamentos têm sido associados a um quadro mais grave e crônico da AN (Sjöström et al, 2024). Além disso, é comum a aparição de sinais e sintomas característicos de transtornos depressivos, comorbidade comum à AN, como humor deprimido, isolamento social, insônia, irritabilidade e diminuição da libido (APA, 2023).

É possível identificar também fatores predisponentes, desencadeantes e mantenedores da anorexia, que são aspectos relevantes para o diagnóstico e tratamento do transtorno (Appolinario, Nunes & Cordás, 2022). Os fatores predisponentes, também chamados de fatores de risco, são aquelas características que antecedem o transtorno: ser do sexo feminino, possuir histórico familiar de TA, possuir alguma comorbidade psiquiátrica, baixa autoestima, perfeccionismo, dificuldade em expressar emoções e estar em uma cultura em que a valorização do corpo magro é extrema. Algumas profissões também se encontram no grupo de risco para o desenvolvimento do transtorno, tais como bailarinas, atletas, profissionais da moda, atrizes e outros grupos sociais com forte relação com o corpo e aparência. Já entre os fatores precipitantes, conhecidos popularmente como “gatilhos”, são acontecimentos que marcam o aparecimento do transtorno, tais como realização de dietas restritivas, perdas, alterações na dinâmica familiar e proximidade da menarca. Por fim, os fatores mantenedores, que auxiliam na permanência dos transtorno, incluem o reforçamento social de ser magro, associação dessa magreza ao sucesso, felicidade e beleza, e estar em um ambiente familiar no qual haja o controle ou forte atenção ao peso, alimentação e ao corpo.

2.2. Adolescência

A adolescência é a etapa de desenvolvimento da vida conceituada por Papalia & Martorell (2021) como um período de transição que envolve diversas mudanças biológicas, cognitivas, emocionais e sociais, variando de acordo com o contexto socioeconômico e

cultural de cada sociedade. De acordo com a OMS, a faixa etária em que a adolescência é compreendida se estende entre 10 e 19 anos de idade. Já de acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), os adolescentes estariam contemplados no intervalo de 12 a 18 anos de idade.

Durante o período da adolescência, o cérebro ainda está em desenvolvimento, com mudanças significativas ocorrendo nas estruturas cerebrais que regulam as emoções, julgamento, impulsividade, autocontrole, entre outras funções. Dessa forma, os adolescentes ainda são particularmente vulneráveis às influências do meio em que vivem, sendo mais sensíveis ao julgamento dos seus pares, da família ou de terceiros (Papalia & Martorell, 2021). Ainda de acordo com as autoras, esses indivíduos possuem maior tendência à impulsividade, comportamentos imprudentes, afastamento familiar e uma maior dificuldade de se concentrar em objetivos cuja recompensa é tardia, já que possuem seus sistemas límbicos e de recompensa mais desenvolvidos do que seu córtex pré-frontal, que funcionaria como um “freio” por estar associado às funções de controle inibitório, planejamento e estabelecimento de metas.

O desenvolvimento da imagem corporal é também um aspecto de importância crítica para as adolescentes, levando em consideração as diversas transformações físicas que são acarretadas pela puberdade, como o crescimento de pêlos corporais, acne, oleosidade da pele, odores corporais, desenvolvimento dos seios e dos órgãos sexuais e menstruação. Determinada por um conjunto de pensamentos, sensações e sentimentos, a imagem corporal é conceituada como a imagem tridimensional que o indivíduo constroi em sua mente com base no tamanho, contorno e forma do corpo, levando em conta também os aspectos emocionais acerca dessas dimensões (Appolinario, Nunes & Cordás, 2022). De acordo com os mesmos autores, a transformação do corpo infantil para o corpo adulto pode causar estranhamento para as adolescentes, trazendo um possível desejo de retornar para aquele corpo magro e sem formas da infância, e almejando uma maneira de negar aquele desenvolvimento que está ocorrendo em seu corpo e em diversos aspectos da sua vida. Ademais, este corpo que é visto no espelho pode trazer dificuldades para o indivíduo de se reconhecer, o que pode causar uma possível distorção da imagem corporal, que é um dos sintomas da anorexia nervosa.

Entre os 10 anos e os 14 anos e meio, as meninas adolescentes tendem a ter um estirão de crescimento, caracterizado por rápido e significativo aumento da altura, peso e musculatura. Essas mudanças ocorrem mais rápido do que o cérebro consegue processar e apreender o novo corpo na identidade da adolescente, sendo comum elas ocuparem um intervalo de tempo importante em frente ao espelho, buscando internalizar essa nova imagem

corporal. (Papalia & Martorell, 2021). As autoras salientam ainda o importante papel do corpo na construção da identidade dos adolescentes, por ser a característica mais visível que eles associam ao seu eu. Dessa forma, já que esses indivíduos tendem a associar a autoimagem com suas demais características, uma forma alterada ou problemática de se ver fisicamente poderia acarretar em alterações também na percepção geral de si mesmo, prejudicando a autoestima e autoconceito do adolescente como um todo, para além do físico.

A imagem corporal ainda em desenvolvimento das adolescentes é influenciada também pelo padrão de beleza presente nas redes sociais que elas utilizam todos os dias, como o Instagram e o TikTok. A idealização do corpo magro e perfeito como sinônimo de felicidade contribui significativamente para o aumento do sentimento de insatisfação corporal das adolescentes, assim como para os sentimentos advindos da frustração por não conseguir alcançar esse corpo, como tristeza, raiva, inferioridade e inadequação (Silva, 2021). Nas adolescentes, essa comparação com os corpos virtuais e a avaliação de si mesma tendo essas imagens como referências é ainda mais perigosa, por conta da maior susceptibilidade da faixa etária a engajar-se em comportamentos alimentares disfuncionais, tais como dietas restritivas, jejuns, exercícios físicos excessivos etc. Tais comportamentos, que são predisponentes para o desenvolvimento de AN, tendem a objetivar a conquista de um corpo supostamente perfeito como uma forma de ser validada, aceita ou até admirada pelas pessoas com quem convive, o que é comum na adolescência (Monara, 2022).

2.3. TikTok

O TikTok, uma das redes sociais mais influentes da atualidade em nível global, é uma plataforma de vídeos sobre os mais diversos assuntos que vão desde poucos segundos até dez minutos, sendo os vídeos de até 60 segundos os mais frequentes. Criado na China em 2016 sob o nome “*Douyin*”, o aplicativo possui aproximadamente 1 bilhão de usuários mensais, sendo os adolescentes de 12 a 17 anos do sexo feminino a maior parte deste público (Bahnweg & Omar, 2023). O Tiktok possui como “*landing page*”, ou seja, a primeira página que aparece ao abrir o aplicativo, a “*For You page*”, ou “página Para Você”, que possui um algoritmo administrado por meio de inteligência artificial, o qual aprende rápida e eficientemente o que o usuário gosta de assistir por meio do que curtiu, comentou ou interagiu de alguma forma, resultando em maior atenção do indivíduo e conseqüentemente um maior intervalo de tempo utilizando a plataforma (Montag, Yang & Elhai, 2021).

Em comparação a outros aplicativos semelhantes, as ferramentas interativas da rede social proporcionam o usuário a ir além dos “*likes*”, comentários e compartilhamentos, na

medida em que inclui “*challenges*” (desafios), uma vasta bibliografia de áudios e músicas a serem dublados, duetos (postagem de um vídeo lado-a-lado com o vídeo de outro criador da rede social), e uma opção de “*stitch*”, que permite aos usuários uma combinação do seu próprio vídeo sendo produzido com um outro vídeo pré-existente do TikTok (Seekis & Lawrence, 2023). Outro diferencial da plataforma é o fato de ser a única rede social na qual os usuários recebem conteúdos de qualquer conta cadastrada, e não apenas daquelas que escolheram seguir, sendo mais difícil controlar o que se está consumindo ou deixando de consumir ao navegar pela “*For You Page*” (Pruccoli et. al, 2022).

A rede social possui uma grande quantidade de conteúdos “fitness”, voltados para alimentação, exercícios físicos e estilo de vida, com foco na manutenção de um corpo magro, considerado o padrão ideal. Esses conteúdos são também chamados de “*fitspiration*”, sendo a junção das palavras fitness e inspiração (da Costa, Figueiredo & Ferreira, 2022). Uma vez que o algoritmo do TikTok é bastante eficiente em entregar aos usuários vídeos similares àqueles já consumidos, meninas adolescentes que começam a assistir conteúdos aparentemente inocentes sobre essa temática podem ser direcionadas a um nicho da plataforma possivelmente prejudicial para muitas delas, tendo em vista especialmente a maior vulnerabilidade de influência dos adolescentes. Esse nicho pode apresentar conteúdos voltados para desafios de perda de peso, exposição de rotinas alimentares restritivas e até conteúdos específicos sobre transtornos alimentares, tais como “O que eu como em um dia em compulsão alimentar”, “O que eu como em um dia me recuperando da anorexia” (Bahnweg & Omar, 2023). Muitas das “*trends*” (tendências populares do aplicativo) e *challenges* da plataforma também são centrados em aparência e imagem corporal.

2. METODOLOGIA

A estratégia metodológica utilizada para esta pesquisa consistiu em uma revisão narrativa de literatura, caracterizada pela Associação Americana de Psicologia (APA) como um tipo de artigo que analisa pesquisas anteriores de forma crítica, objetivando resumir e entender o estado atual de um campo de estudo, oferecendo uma visão abrangente do progresso até o momento. Além disso, uma revisão pode esclarecer um problema, destacar padrões, identificar contradições, lacunas ou inconsistências na literatura existente, assim como fazer sugestões para pesquisas futuras, indicando direções para estudos adicionais (APA, 2012).

Foi realizado um levantamento bibliográfico de artigos publicados entre 2016 e 2024, em língua portuguesa e inglesa nas bases de dados PubMed, Scientific Electronic Library

Online (SciELO) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Os descritores utilizados foram: Transtornos Alimentares, Anorexia, Adolescentes, Redes Sociais e TikTok, assim como suas versões traduzidas para a língua inglesa. Tais descritores estavam presentes em pelo menos um dos seguintes campos: título, resumo, assunto ou palavra-chave. As combinações dos termos foram realizadas por meio do operador do booleano AND, sendo elas: TikTok AND Transtornos Alimentares, TikTok AND Anorexia, TikTok AND Adolescentes e TikTok AND Redes Sociais.

Os critérios de inclusão foram artigos empíricos publicados em língua portuguesa ou inglesa no intervalo entre os anos 2016 e 2024 que discutiam sobre a Anorexia Nervosa, TikTok e Adolescência. Já os critérios de exclusão abarcaram textos cuja metodologia consiste em revisão de literatura, não estavam disponíveis gratuitamente e/ou estavam incompletos, não discutiam o tema ou não tinham como amostra de pesquisa o público adolescente.

3. RESULTADOS

Os resultados da pesquisa nas bases de dados mostraram, após a realização das combinações entre os descritores e a aplicação dos critérios de inclusão, um total de 56 artigos. Após a leitura dos respectivos títulos e resumos destas pesquisas, foram selecionados 8 artigos que se encaixavam nos critérios de inclusão e não foram descartados pelos critérios de exclusão, para análise e discussão aprofundada, apresentados na tabela a seguir:

Nº	Título	Autor e ano	Objetivo	Metodologia	Resultados
1	Assessment of Accuracy, User Engagement, and Themes of Eating Disorder Content in Social Media Short Videos	Lookingbill, Mohammedi, & Cai (2023).	Determine the associations among themes, accuracy of information, and user engagement of eating disorder content on a short video-sharing social media platform.	Qualitative study.	The analysis of misleading eating disorder information on social media found that pro-eating disorder and prorecovery communities were prevalent. However, social media users in the prorecovery community created more informative than misleading content.

2	Chinese TikTok (Douyin) challenges and body image concerns: a pilot study	Hu, Gan, Shi, & Krug (2023).	Aimed to investigate the impact of social media, specifically short-video platforms like TikTok or Douyin, on body dissatisfaction in a non-Western, Chinese population, by examining the impact of these videos on both video creators and viewers.	Pilot study.	Preliminary findings showed that participants who objectified their bodies to a greater extent expressed more negative body image concerns. In addition, comments on the videos had themes of thin praise, self-comparison, and promotion of dieting behaviors.
3	Further evidence of the association between social media use, eating disorder pathology and appearance ideals and pressure: a cross-sectional study in Norwegian adolescents	Dahlgren, Sundgot-Borgen, Kvaalem, Wennersberg, & Wisting (2024)	Investigate associations and potential gender differences in time spent on SM, ED pathology, internalization of appearance ideals and pressure to conform to these ideals.	Cross-sectional study	Strong association between ED pathology and perceived pressure to conform to these appearance ideals. One fourth of the participants reported spending four hours or more on SM daily, and 80% of girls reported that SM, particularly Instagram and TikTok, had a negative influence on how they felt about their appearance.
4	Helpful or Not? A Qualitative Study on Female Adolescents' Experience of TikTok When Recovering From Anorexia Nervosa	Sjöström, Lindström, Kapetanovic & Claesdotter-Knutsson (2024)	Explore how female adolescents perceive the social media platform TikTok in relation to their recovery from AN..	Qualitative study.	Findings indicate both potential benefits and harm by TikTok use when in recovery from AN, depending on a complex interplay of individual and contextual factors.
5	How exposure to body neutrality content on TikTok affects young women's body image and mood	Seekis & Lawrence (2023)	Examine the impact of exposure to TikTok body neutrality content on young women's body image and mood.	Experimental study	Findings demonstrate that brief exposure to body neutrality content on TikTok may induce immediate positive body image and mood in young women whilst

					providing a useful alternative to the unrealistic beauty standards popularized on such platforms.
6	The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women	Vall-Roqué, Andrés, & Saldaña (2021)	Determine the impact of COVID-19 lockdown on social network sites (SNS) use and to explore whether SNS use is associated with body image disturbances and low self-esteem.	Cross-sectional and retrospective study	A statistically significant increase was found in the frequency of use of all studied SNS during lockdown, as well as in the number of women following appearance-focused accounts. Significant relationships were found between the frequency of use and body dissatisfaction, drive for thinness and low self-esteem in the younger age group.
7	The use of TikTok among children and adolescents with Eating Disorders: experience in a third-level public Italian center during the SARS-CoV-2 pandemic	Pruccoli, De Rosa, Chiasso, Perrone, & Parmeggiani (2022).	The goal is to identify general patterns in the use of TikTok by young people with ED in a group of children and adolescents referring to a third-level Italian center for ED during the SARS-CoV-2 (COVID-19) pandemic.	Cross-sectional study	Pro-Ana and pro-ED recovery contents were both actively searched by patients and proposed by the SM in a significant number of cases. For 59.0%, using TikTok reduced self-esteem, while 26.9% reported TikTok-related significant changes in their daily lives, and 3.8% reported experiences of body-shaming. Positive qualitative feedback on the SM was also reported.
8	Visions of recovery: a cross-diagnostic examination of eating disorder pro-recovery	Greene, Norling, Brownstone, Maloul, Roe, & Moody	Compare the presentation of eating disorders and eating disorder recovery across five different	Exploratory study	Our results indicate that there are clear differences in how recovery is envisioned on TikTok based on which diagnostic

	communities on TikTok	(2023).	diagnosis-specific hashtags: #anarecovery, #arfidrecovery, #bedrecovery, #miarecovery, and #orthorexiarecovery.		hashtags are employed.
--	-----------------------	---------	--	--	------------------------

4. DISCUSSÃO

Os estudos selecionados foram analisados e organizados em quatro categorias de análise, elegidas a partir da convergência entre os temas discutidos nos artigos analisados, permitindo o estudo mais minucioso e aprofundado de tais questões. São elas: 1) Padrão de funcionamento do TikTok e do seu algoritmo: fatores de risco desencadeantes e mantenedores da AN; 2) Conteúdos “*pro-ana*” como fatores de risco, desencadeantes e mantenedores da AN; 3) Conteúdos de “*thinspiration*”, “*fitspiration*” e “*challenges*” do TikTok como fatores de risco, desencadeantes e mantenedores da AN; e 4) Conteúdos de “*body positivity*”, “*body neutrality*” e “*pro-recovery*” como ferramentas de enfrentamento à AN.

Categoria 1 - Padrão de funcionamento do TikTok e do seu algoritmo: fatores de risco desencadeantes e mantenedores da AN

A rede social TikTok possui um modo de funcionamento único, complexo e multifacetado, administrado por inteligência artificial. Em função disso, uma vez que a página de conteúdos de uma adolescente apresenta diversos conteúdos prejudiciais sobre imagem corporal, alimentação, exercícios físicos, valorização e apologia à magreza etc., cada vez mais vídeos semelhantes serão recomendados para ela, criando um ciclo de influências danosas e uma espiral de reforçamento que podem escalar uma insatisfação pré-existente com a imagem corporal e atuar como um fator de risco para o desenvolvimento e manutenção da AN (Sjöström et. al, 2024).

Uma forma que as comunidades online possuem para disseminar e reunir informações são as *hashtags*, que agem como uma âncora, tanto no TikTok quanto em outras redes sociais, para referenciar e compilar os vídeos que abordam o assunto em um mesmo lugar (Lookingbill, Mohammadi & Cai, 2023). Qualquer comunidade, seja prejudicial, benéfica ou indiferente para as espectadoras, pode ser buscada ativamente por meio da hashtag a qual se refere. Alguns dos artigos analisados, tais como os de Pruccoli et. al (2022), Greene et. al (2023) e Seekis & Lawrence (2023) utilizaram as *hashtags* como amostra de pesquisa,

compreendendo-as enquanto um recorte do que as meninas adolescentes consomem em um panorama geral da rede social.

A relação de influência entre o TikTok e a Anorexia Nervosa depende de multifatores individuais e contextuais, tais como tempo e frequência de uso, vulnerabilidade pessoal, natureza do conteúdo consumido, padrões de interação com o aplicativo, impacto percebido do que é assistido, entre outros (Hu, Gan, Shi, & Krug, 2023; Sjöström et. al, 2024). Apesar disso, como discutem os últimos autores, o funcionamento singular do TikTok faz com que seja difícil controlar alguns aspectos essenciais, tais como o controle do que será exposto no próprio *feed* (página de conteúdos). Caso uma adolescente com anorexia em processo de recuperação, por exemplo, tenha tido um lapso ou recaída, e tenha passado um tempo interagindo (procura ativa por vídeos, curtidas ou compartilhamentos) com conteúdos sobre o assunto, uma quantidade cada vez maior de vídeos sobre o assunto aparecerá em seu *feed*, de forma que a espectadora não terá mais controle sobre o conteúdo prejudicial consumido, facilitando a exposição a “gatilhos” para pensamentos e comportamentos disfuncionais.

Para reverter o fenômeno citado acima, é necessário um número de ações ativas e conscientes por um tempo considerável, o que pode auxiliar na explicação do porquê algumas adolescentes, mesmo não sentindo-se confortável com o conteúdo consumido, continuam a engajar com tais vídeos repetidamente (Dahlgren et. al, 2024). Um exemplo trazido pelas adolescentes nas entrevistas realizadas por Sjöström et. al (2024) é a experiência de “não conseguir parar de assistir” outras meninas dançando, falando sobre comida, fazendo exercícios e filmando seus corpos, pois seus feeds já estavam cheios de vídeos de corpos magros, conteúdos sobre comida e abordando a normalização de comportamentos disfuncionais e não saudáveis. As adolescentes entrevistadas salientam também que, por vezes, apenas algumas curtidas podem fazer com que “entrem” em uma comunidade favorável aos transtornos alimentares, por exemplo, mesmo que ela não quisesse ou não fosse a intenção original.

Um dos aspectos que fazem do TikTok uma rede social “viciante”, como a pesquisa dos autores supracitados discute, é o fato do conteúdo ser mais espontâneo e de maior entretenimento quando comparado com outras redes sociais, como o Instagram, cujo conteúdo costuma ser mais editado e calculado. Estas adolescentes evidenciam também a facilidade que é ficar presa no “*scrolling*” (“rolar” o feed para baixo, o modo como os vídeos são passados no TikTok) eterno, sendo difícil sair da rede social e deixar o celular de lado. Por conta desses fatores, Seekis & Lawrence (2023) evidenciam como não é surpreendente o aplicativo possuir a maior taxa de engajamento por postagem dentre as redes sociais.

O algoritmo da rede social pode criar padrões de interação entre os pares que influenciam as atitudes de uma forma ainda mais profunda, quando comparado ao offline (Hu, Gan, Shi, & Krug, 2023; Sjöström et. al, 2024). A comparação social, promovida pelo consumo de conteúdos relacionados ao corpo, peso e alimentação, contribui para o desenvolvimento de insatisfação corporal, internalização do ideal de beleza enquanto um corpo magro, pressão estética e comportamentos alimentares disfuncionais como restrição alimentar e dietas, sendo estes fatores de risco para o desenvolvimento de Anorexia Nervosa, assim como podem facilitar a manutenção do transtorno naquelas já acometidas.

Categoria 2 - Conteúdos “pro-ana” como fatores de risco, desencadeantes e mantenedores da AN

Apesar de a Anorexia Nervosa ser reconhecida pelo DSM-5-TR e pela comunidade global de saúde como um transtorno psiquiátrico grave, ainda existem algumas pessoas, especialmente algumas pacientes com o transtorno, que acreditam que viver em restrição alimentar e em busca da magreza cada vez mais extrema é um estilo de vida a ser seguido. Tais ideais podem ser observados por toda a internet, assim como no TikTok. Autores como Lookingbill, Mohammadi & Cai (2023), Prucoli et. al (2022) e Greene et. al (2023) discutem sobre as comunidades “*pro-ED*” (favoráveis aos transtornos alimentares) e “*pro-ana*” (favoráveis à anorexia nervosa, apelidada de “Ana”) no TikTok, abordando o seu funcionamento e impacto nas espectadoras.

Prucoli et. al (2022) conceituam e realizam uma breve recapitulação histórica acerca das comunidades “*pro-ana*”, abreviação para “*promoting anorexia*” (promovendo anorexia), sendo estas sites, blogs e comunidades virtuais em redes sociais que enaltecem, romantizam e incentivam a AN enquanto um estilo de vida e uma identidade. As criadoras de conteúdo fornecem conselhos sobre como alcançar a magreza extrema por meio de restrição alimentar, exercícios físicos excessivos e outros comportamentos compensatórios e/ou purgativos. De acordo com os autores, a primeira aparição do movimento na internet se deu por volta de 1990, e encontra, nas redes sociais mais recentes, entre elas o TikTok, uma nova forma de construir comunidades, tendo em vista o caráter interativo, de fácil acesso e menor rigidez de controle.

Assim como corroborado pelas autoras supracitadas, Greene et. al (2023) e Seekis & Lawrence (2023), as evidências de que o consumo desse tipo de conteúdo é prejudicial para as espectadoras são inúmeras, sendo associado a uma maior insatisfação corporal, ansiedade relacionada ao peso e o corpo, rebaixamento do humor, internalização de ideais de beleza e

valorização da magreza, e o desenvolvimento e manutenção de comportamentos alimentares disfuncionais ou transtornos alimentares, assim como pode favorecer o escalonamento de sintomas pré-existentes de anorexia.

Um fator que possivelmente contribuiu para a existência das comunidades “*pro-ana*” é a diferença nas formas de interpretação social dos transtornos alimentares. De acordo com Greene et. al (2023), a Anorexia Nervosa é vista como um transtorno alimentar “superior” à Bulimia Nervosa (BN) ou ao Transtorno de Compulsão Alimentar (TCA), que tendem a ser estigmatizados como problemas de “falta de autocontrole” e até enquanto uma escolha individual, enquanto a AN seria um transtorno sério que a pessoa acometida não consegue controlar. Tal hipótese é corroborada também pela supervalorização da magreza nos ideais de beleza da sociedade, na medida em que os corpos magros possuem credibilidade maior, até para o fato de se estar doente ou não, do que os corpos gordos, o que pode ser o caso na BN e especialmente no TCA.

Alguns dos temas abordados pelas criadoras de conteúdo dentro das comunidades *pro-ana* incluem vídeos de contagem de calorias; dietas restritivas; exercícios físicos excessivos para o cumprimento de uma meta de perda de peso estabelecida por elas; alimentos que elas, como portadoras de um transtorno alimentar, comem durante o dia; romantização de viver com um TA; e sentimentos de culpa por comer. Lookingbill, Mohammadi & Cai (2023), em sua análise qualitativa de vídeos do TikTok, trazem como um dos exemplos o vídeo de uma criadora mostrando um aplicativo de contagem de calorias com apenas 339 kcal consumidas no dia inteiro. Este exemplo ilustra a valorização da restrição alimentar por essa comunidade, podendo influenciar espectadoras a seguirem o exemplo de comportamento alimentar disfuncional.

Em vista desta situação, o TikTok implementou algumas medidas para combater as comunidades *pro-ana* e proteger usuários mais vulneráveis, como as meninas adolescentes. Tais medidas são discutidas por Sjöström et. al (2024) e incluem banir as *hashtags* relacionadas à anorexia nervosa e *pro-ana*; encorajar e dar maior visibilidade a conteúdos positivos que apoiam a recuperação dos transtornos alimentares; a introdução de um filtro de conteúdo no aplicativo chamado “*AN harm reduction page*” (página de redução do prejuízo da AN), retirando do feed aqueles conteúdos relativos à alimentação e corpo que podem ser prejudiciais a indivíduos vulneráveis; e oferecer recursos e meios para a busca de ajuda profissional. Apesar disso, Greene et. al (2023) trazem que as criadoras de conteúdo do aplicativo criam formas variadas de burlar essas regras, sendo um exemplo a troca de letras

por números nas hashtags (ex.: #*Anor3xia*) ou a transformação do nome do transtorno no nome de uma pessoa, utilizando “Ana” para a anorexia e “Mia” ou “Bia” para a bulimia.

Dessa forma, conclui-se que as comunidades favoráveis aos transtornos alimentares, especialmente a AN, continuam existindo e gerando impactos significativos nas espectadoras, atuando enquanto significativo fator de risco, desencadeante e mantenedor da Anorexia Nervosa em meninas adolescentes. Apesar dos esforços do TikTok e das demais redes sociais para diminuir os prejuízos e até excluir essas comunidades, tal tipo de conteúdo ainda é facilmente burlado pelas criadoras e disseminado no mundo virtual, indicando o ainda longo caminho a ser trilhado para proteger indivíduos vulneráveis desta exposição.

Categoria 3 - Conteúdos de “thinspiration”, “fitspiration” e “challenges” do TikTok como fatores de risco, desencadeantes e mantenedores da AN

Existem alguns conteúdos do TikTok, tais como aqueles relativos ao “*thinspiration*” e “*fitspiration*”, que não fazem apologia específica a um transtorno alimentar ou à anorexia nervosa. Porém, é evidenciado nas pesquisas o quanto tais tipos de conteúdos impactam tanto para o desenvolvimento do transtorno quanto para a manutenção da AN e para o processo de recuperação daquelas adolescentes que vivem com este diagnóstico. As pesquisas feitas por Lookingbill, Mohammadi & Cai (2023), Hu, Gan, Shi, & Krug (2023), Sjöström et. al (2024), Pruccoli et. al (2022) e Greene et. al (2023) discutem de forma mais aprofundada sobre esta temática.

O “*thinspiration*” é uma junção dos termos “*thin*” (magreza) e “*inspiration*” (inspiração), sendo conceituado como imagens, textos e vídeos que promovem e glorificam corpos extremamente magros como o corpo ideal a ser conquistado (Lookingbill, Mohammadi & Cai, 2023). Já o “*fitspiration*”, junção de “*fitness*” (cuja tradução é “estar em boa forma física”, mas é apresentado na internet como um símbolo de tudo que é considerado saudável) e “*inspiration*” (inspiração), abarca conteúdos com a premissa de promoção e preocupações com a saúde e construção de um estilo de vida “extremamente saudável”, evidenciando corpos magros e tonificados a partir da realização de dietas e exercícios físicos. Ambos os tipos de conteúdo no TikTok incluem vídeos de rotinas de exercícios, “o que eu como em um dia”, quais alimentos são saudáveis e quais seriam “proibidos” e dicas para perda de peso. Sjöström et. al (2024) discutem como especialmente os vídeos de “o que eu como em um dia” podem servir como fator desencadeante para auto-comparação e restrição alimentar, na medida em que as meninas adolescentes entrevistadas para esta pesquisa compartilham sentir-se “inspiradas” ao assistirem vídeos de outras meninas comendo pouco,

de forma a desejar ser aquela que come menos dentre todas, como é ilustrado pelo relato: “*Se eu visse outras comendo menos do que eu, me sentia ansiosa e culpada*”.

Os *body challenges*, exemplificados pelo “*A4 waist challenge*” e o “*headphone challenge*”, são realizados pelas participantes para mostrar o seu corpo e magreza. Tais vídeos, de acordo com a pesquisa de Hu, Gan, Shi, & Krug (2023), geram uma influência significativa no desenvolvimento ou reforçamento de insatisfação corporal e comportamentos alimentares disfuncionais tanto nas espectadoras quanto nas criadoras destes conteúdos, na medida em que facilitam a internalização da magreza enquanto o ideal de beleza e a auto-comparação negativa com os pares, assim como o engajamento em comportamentos de risco visando alcançar um corpo tal qual o exemplificado no vídeo, que tende fortemente a ser um corpo magro. Logo, como sugerem Dahlgren et. al (2024), o engajamento em ver, manipular e postar fotos e vídeos, o envolvimento na auto-comparação de imagens corporais e a busca de feedback de terceiros acerca da própria apresentação física podem ser alguns dos principais motivos para a associação negativa entre a utilização de redes sociais como o TikTok e a saúde mental de adolescentes. As autoras concluem, assim como Dahlgren et. al (2024), Greene et. al (2023), Pruccoli et. al (2022) e Sjöström et. al (2024), que as possíveis consequências supracitadas são fatores de risco significativos para o desenvolvimento de Anorexia Nervosa.

Na pesquisa supracitada, as autoras analisaram vídeos de *body challenges* em que as criadoras, além da realização do desafio em si, mencionam nos vídeos dicas para ajudar outras pessoas a alcançarem o mesmo resultado, tais como sugestões de exercícios físicos para “queimar gordura” em partes específicas do corpo, restrição alimentar e dietas, além de apresentar justificativas para as espectadoras se engajarem na busca por um corpo magro, como saúde, sucesso na vida amorosa e maior reconhecimento dos pares. O encorajamento para se exercitar por motivos estéticos, porém, é relacionado na literatura com uma imagem corporal negativa, comer transtornado e sintomas depressivos, segundo Hu, Gan, Shi, & Krug (2023). Ademais, as mesmas autoras também analisam os comentários nos vídeos destes *challenges*, de forma a compreender o impacto da exposição destes conteúdos nas espectadoras. Os temas recorrentes abarcaram inveja dos corpos, conselhos sobre como perder peso e alcançar o mesmo corpo da criadora, perguntas sobre a rotina de alimentação e exercícios e auto comparações negativas frente ao corpo sendo exibido. As autoras trazem alguns exemplos de comentários, como: “*olhando para a cintura delas, eu silenciosamente parei de comer o hambúrguer que estava em minhas mãos*” e “*você ficou ainda mais magra, você parece muito melhor!*”. À vista disso, os resultados preliminares desta pesquisa

defendem que os prejuízos da exposição aos *body challenges* podem ser equivalentes, se não ainda mais adversos para as meninas adolescentes, do que o consumo de conteúdos de *thin* ou *fitspiration*.

O tema compartilhado pelos três tipos específicos de conteúdos supracitados e que aparece com frequência nos diversos conteúdos do TikTok é o *thin ideal* (ideal magro), conceito que versa sobre o padrão de beleza contemporâneo, caracterizado por corpos magros idealizados (Seekis & Lawrence, 2023). Intimamente associado ao *thin ideal* está a cultura da dieta, que se apresenta em uma associação direta entre peso e saúde, propagando mitos sobre alimentação e uma hierarquia moral de corpos, como discutido por Greene et. al (2023), em que corpos magros são vistos como sempre saudáveis e bonitos, enquanto corpos gordos não seriam, independentemente dos multifatores envolvidos na relação entre forma corporal, peso e saúde fisiológica e metabólica.

A exposição sucessiva de indivíduos vulneráveis a conteúdos que abordam alguma forma de *thin ideal* no TikTok pode gerar consequências significativamente prejudiciais para essas espectadoras. De acordo com Seekis & Lawrence (2023), a literatura prévia estabelece que um alto consumo de imagens de beleza idealizadas nas diferentes redes sociais promove comparações negativas e rebaixamento do humor, assim como o desenvolvimento e manutenção de insatisfação corporal e comer transtornado. Esses dados são corroborados por Greene et. al (2023), que apresenta evidências da associação do consumo deste tipo de conteúdo com maior probabilidade de desenvolver transtornos alimentares e qualidade de vida mais baixa. Equitativamente, Hu, Gan, Shi, & Krug (2023) discutem sobre como a exposição a conteúdos que idealizam a magreza nas redes sociais vem sendo associada com o aumento da auto-objetificação, auto-comparação negativa entre os pares, restrição alimentar e ansiedade em relação a questões corporais. Sjöström et. al (2024) solidificam esses aspectos ao demonstrarem que a exposição discutida pode escalonar uma insatisfação corporal prévia e atuar como fatores de risco para o desenvolvimento ou agravamento do quadro de anorexia.

Outras consequências semelhantes podem ser apontadas na pesquisa realizada por Pruccoli et. al (2022), apresentando em seus resultados que 59% dos entrevistados sentem insegurança ao assistir conteúdos do TikTok, além de os adolescentes que pesquisavam com maior frequência conteúdos sobre dieta relataram impacto negativo da rede social em sua autoestima. Na discussão da pesquisa citada, os autores citam outras evidências de que o uso de redes sociais por adolescentes pode potencialmente levar ao desenvolvimento de comportamentos alimentares disfuncionais e TAs, assim como este público é mais provável de mudar os próprios comportamentos a partir das atitudes de outras pessoas que

acompanham na internet. Ademais, está posta na literatura a associação negativa, especialmente em meninas adolescentes, entre o uso das redes sociais e saúde mental de uma forma geral, de acordo com o trabalho de Dahlgren et. al (2024). Nesta pesquisa, com vasta amostra, 55,1% das meninas adolescentes relataram que o TikTok, de forma específica, influencia negativamente em sua autoestima e sentimentos sobre a aparência, corroborando os resultados de Pruccoli et. al (2022), em que a influência foi considerada positiva para apenas 39,6% das respondentes.

As consequências pela exposição aos vídeos que abordam o *thin ideal* se relacionam e podem ser agravados devido a outro fenômeno comum na rede social: diversos vídeos e fotos do TikTok utilizam filtros que modificam a aparência do corpo daquela criadora, sendo difícil para as espectadoras diferenciarem quando a magreza que está sendo exposta é natural e fisiologicamente possível, ou quando é atribuída a um filtro, que frequentemente cria imagens falsas de corpos inalcançáveis, de acordo com Hu, Gan, Shi, & Krug (2023), especialmente com o avanço da inteligência artificial. Estas mesmas autoras obtiveram como resultado em sua pesquisa que a maior parte dos vídeos do TikTok analisados na amostra utilizavam filtros modificadores da aparência. A exposição e a normalização de tais imagens, principalmente sem o discernimento explícito do ajuste digital realizado, pode ser perigosa para quem assiste, especialmente no caso de adolescentes mais vulneráveis à influência de seus pares.

À vista disso, conclui-se que muitas das próprias adolescentes consideram o TikTok como um fator contribuinte para o desenvolvimento de Anorexia Nervosa e como uma barreira para a recuperação do transtorno, na medida em que desempenha uma função catalisadora para auto-comparação negativa acerca da imagem corporal, peso e alimentação (Sjöström et. al, 2024).

Categoria 4 - Conteúdos de “body positivity”, “body neutrality” e “pro-recovery” como ferramentas de enfrentamento à AN

Em contraponto às comunidades favoráveis aos transtornos alimentares ou aos conteúdos que reforçam a cultura da dieta e padrões de beleza irreais e inalcançáveis, surgem, tanto no mundo digital de forma geral como no TikTok, as comunidades de “*pro-recovery*” (favoráveis à recuperação dos transtornos alimentares), “*body positivity*” (positividade corporal) e “*body neutrality*” (neutralidade corporal). Esses novos tipos de conteúdo são discutidos com maior aprofundamento nas pesquisas feitas por Lookingbill, Mohammadi & Cai (2023), Dahlgren et. al (2024), Sjöström et. al (2024), Seekis & Lawrence (2023) e Greene et. al (2023).

O movimento de “*body positivity*”, como conceituado por Seekis & Lawrence (2023), tem o objetivo de reestruturar o ideal de beleza inalcançável vigente ao promover autoamor, aceitação e apreciação por diferentes tipos de corpos, sendo um exemplo “minha barriga pode não ser reta, mas ela ainda é bonita e eu a amo”. Já o “*body neutrality*” é um movimento crescente nas redes sociais que também visa ir contra os padrões de beleza, mas possui como diferença o enfoque no que o corpo pode fazer ao invés de como ele se parece, visando retirar a valência positiva ou negativa de sentimentos relacionados à imagem corporal.

Ambos os movimentos visam uma forma respeitosa e de não-julgamento de pensar sobre os próprios corpos, indo de encontro aos conteúdos que enaltecem e reforçam os padrões de beleza vigentes, como é o caso do *thinspiration*, *fitspiration* e *body challenges*. De acordo com as mesmas autoras citadas acima, as criadoras de conteúdo dessas comunidades no TikTok tendem a ser jovens mulheres com uma diversidade de tamanhos, formas e funcionalidades corporais, assim como tendem a aparecer sem filtros de edição ou maquiagem. Os tópicos discutidos nestes vídeos abarcam discussões sobre os impactos da cultura da dieta na saúde mental; a realização de exercícios físicos como uma forma de cuidado com o corpo, ao invés de uma forma de perder peso; o entendimento de que as roupas são feitas para caber nos corpos, e não o contrário; e o respeito pelos próprios corpos independentemente do seu peso ou forma (Seekis & Lawrence, 2023). As autoras demonstram em sua pesquisa que o engajamento com os conteúdos discutidos pode ser útil na promoção de maior satisfação e apreciação corporal, sendo uma alternativa benéfica para o padrão de beleza e ideal de magreza promovidos em muitos conteúdos do TikTok, como abordado na categoria de análise anterior. Logo, interagir com conteúdos de *body positivity* ou *neutrality* pode ajudar a moldar o algoritmo da rede social, para que cada vez menos conteúdos idealizando corpos magros sejam sugeridos para a usuária, e seu feed possa conter mais vídeos com uma abordagem de aceitação e gentileza para com o corpo.

Um outro tipo de conteúdo que funciona como uma forma de enfrentamento aos conteúdos que valorizam ou promovem a anorexia é os espaços *pro-recovery* do TikTok, sendo estes conceituados por Greene et. al (2023) como ambientes favoráveis à recuperação dos transtornos alimentares, com compartilhamento de informações, construção de comunidades de apoio e motivação para a busca do tratamento e recuperação. Neste tipo de conteúdo, as criadoras compartilham as suas histórias pessoais, dificuldades e experiências com o transtorno, promovem aconselhamento e dão suporte umas às outras em seus processos de recuperação do transtorno alimentar, promovendo assim um senso de comunidade (Prucoli et. al, 2022). Além disso, visam educar outras pessoas, desmistificar e trazer

atenção à seriedade do tema da anorexia e dos TAs e como tais problemas podem se apresentar, assim como combater a romantização e glamourização destes transtornos (Lookingbill, Mohammadi & Cai, 2023; Greene et. al, 2023).

A pesquisa de Sjöström et. al (2024) versa especificamente sobre o impacto do TikTok na recuperação de pacientes com AN, e tem seus resultados corroborados pelos artigos de Lookingbill, Mohammadi & Cai (2023), Greene et. al (2023) e Prucoli et. al (2022). As adolescentes entrevistadas para o trabalho percebem o TikTok como um potencial benefício em sua recuperação, na medida em que este se configura, por vezes, enquanto um ambiente de esperança, inspiração e conforto, ao sentirem-se compreendidas e pertencentes, diminuindo os sentimentos de isolamento. Além disso, salientaram o papel educativo da plataforma, complementando o tratamento profissional, tendo em vista que os vídeos discutem tópicos como o cultivo de hábitos saudáveis, formas de alimentação adequadas e maneiras de encontrar atividades sociais prazerosas em que pudessem se engajar. Lookingbill, Mohammadi & Cai (2023) corroboram essas informações ao evidenciarem como a exposição às informações sobre recuperação dos transtornos alimentares podem ter influências significativas na formação de novos hábitos de saúde das pacientes. Tais conteúdos transformam a recuperação em algo palpável e possível, ao invés de abstrato, mostrando-as que a vida para além da anorexia é possível e está ao alcance. O relato “*Elas me mostraram como é a vida quando se está recuperada, como é comer e socializar com os outros*” (Sjöström et. al, 2024) ilustra como a influência dos pares na rede social pode ser uma ferramenta de instilação de esperança nas meninas adolescentes.

Algumas evidências acerca dos benefícios das comunidades de “*body positivity*”, “*body neutrality*” e “*pro-recovery*” podem ser encontradas nos artigos analisados para este trabalho. Lookingbill, Mohammadi & Cai (2023) evidenciam em seus resultados que o *pro-recovery* é o domínio mais prevalente dos conteúdos que mencionam os TAs no TikTok, sugerindo que cada vez mais usuários estão se voltando para as redes sociais em busca de informação, inspiração e suporte social para lidar com os transtornos alimentares. Dahlgren et. al (2024) evidenciam como os conteúdos sobre *body positivity* estão associados na literatura a maior satisfação e apreciação corporal, assim como ao aumento da autoestima e do humor positivo. Seekis & Lawrence (2023) solidificam tais informações com os resultados do seu trabalho, no qual as participantes que consumiram vídeos da comunidade *body neutrality* no TikTok apresentaram maiores níveis de satisfação corporal, maior humor positivo, maior alívio da ansiedade em relação ao corpo e menor auto-comparação do que aquelas que consumiram vídeos sob a temática do *thin ideal*.

Apesar dos pontos positivos mencionados, o próprio modo de funcionamento do TikTok, que sugere vídeos de forma personalizada baseados na estrutura e temática similares ao que já foi consumido e curtido, os conteúdos das comunidades favoráveis aos TAs (*pro-ED e pro-ana*) e os favoráveis à recuperação (*pro-recovery*) podem acabar coexistindo em um mesmo *feed*, sugerindo uma linha tênue entre os dois tipos de conteúdo (Greene et. al, 2023). Além disso, de acordo com esta mesma pesquisa, algumas criadoras de conteúdo, mesmo apresentando intenções de ajudar e fornecer apoio à comunidade de recuperação, podem acidentalmente compartilhar vídeos prejudiciais para outras meninas. Um exemplo dessa situação é quando a criadora do vídeo, ao relatar sua história pregressa com a AN, detalha comportamentos alimentares disfuncionais que apresentou no passado, porém, esse compartilhamento acaba ensinando uma espectadora a realizar a mesma ação.

De forma semelhante, as meninas adolescentes entrevistadas na pesquisa de Sjöström et. al (2024) salientam a imprevisibilidade dos conteúdos aos quais seriam expostas ao abrir o aplicativo do TikTok, assim como as suas possíveis reações emocionais decorrentes do assistido. As próprias exemplificam esse fenômeno com o desencadeamento de ansiedade e restrição alimentar durante um dia inteiro após assistir a um vídeo acerca de conselhos para a recuperação de anorexia. Dessa forma, pelos motivos supracitados, por mais que a repercussão do que foi dito não esteja no controle de quem grava o vídeo, as usuárias da rede social podem ser expostas a conteúdos sensíveis ou prejudiciais que não estavam buscando ativamente, o que evidencia a cautela que pacientes vulneráveis em processo de recuperação de Anorexia Nervosa devem ter ao utilizar o TikTok.

Sendo assim, entende-se que, apesar dos riscos oferecidos pelo TikTok, os conteúdos da rede social podem atuar também enquanto uma forma de suporte e inspiração para as espectadoras, encorajando uma abordagem mais gentil sobre o corpo, promovendo a recuperação do transtorno e a construção de hábitos saudáveis (Sjöström et. al, 2024).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados do presente trabalho evidenciaram os diversos papéis que os conteúdos da rede social discutida podem apresentar no processo de adoecimento da Anorexia Nervosa. Para algumas adolescentes, o engajamento com os vídeos do TikTok podem adequar-se enquanto suporte e inspiração ao encorajar a recuperação e a construção de um estilo de vida saudável, enquanto para outras pode amplificar sintomas de AN através de comparações ansiogênicas, promovendo restrição alimentar e comportamentos alimentares disfuncionais e/ou compensatórios. Independentemente da valência da influência se configurar enquanto

positiva ou negativa, conclui-se que o TikTok e os conteúdos relacionados ao corpo nele presentes possuem um papel significativo no desenvolvimento e manutenção da anorexia neste público-alvo, especialmente levando em consideração a vulnerabilidade biológica adolescente.

Ademais, o objetivo desta revisão não é colocar o TikTok enquanto “vilão” ou causa de TAs e anorexia, mas sim trazer atenção à sua importante influência nos comportamentos alimentares e imagem corporal das adolescentes. Por conta disso, os profissionais de saúde que trabalham com este público devem estar atentos a forma de utilização do TikTok pelas pacientes adolescentes, podendo ser de utilidade o questionamento ou monitoramento dos conteúdos consumidos e a psicoeducação acerca dos possíveis impactos do alto consumo de imagens de beleza idealizadas e da auto-comparação negativa, assim como sobre a possibilidade de manipulação digital das imagens assistidas.

Os artigos que compõem a presente revisão são exclusivamente internacionais e no idioma inglês, evidenciando a lacuna na literatura nacional relativa à temática. Além disso, apenas três dos artigos selecionados se referiam de forma específica à anorexia, TikTok e adolescência simultaneamente, corroborando com a justificativa de relevância desta pesquisa na medida em que é necessário atenuar as limitações e lacunas identificadas nacionalmente desta temática emergente. Um ponto forte do presente trabalho consiste na totalidade da presença de artigos recentes, sendo o mais antigo deles publicado no ano de 2021, o que sugere uma amostra de dados consistentes com a realidade atual.

Mais pesquisas são necessárias para a compreensão dos multifatores associados à utilização do TikTok e o desenvolvimento e manutenção da AN nas adolescentes, tendo em vista que, como as redes sociais se constituem cada vez mais como parte importante do cotidiano deste público, o papel do TikTok precisa ser entendido tanto quanto uma influência significativa para o desenvolvimento da anorexia, quanto como parte crucial do processo de recuperação do transtorno. Esta e outras redes sociais influenciam substancialmente nos pensamentos, emoções e comportamentos das usuárias, assim como nas representações e imaginários que as adolescentes constroem sobre os transtornos alimentares (Greene et. al, 2023; Pruccoli et. al, 2022), evidenciando a relevância do tema para a prática profissional.

6. REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association (APA). (2012). Manual de publicação da APA. 6. ed. Porto Alegre: Penso.

American Psychiatric Association (APA). (2023). Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR. 5. ed., texto revisado. Porto Alegre: Artmed.

Appolinario, J. C., Nunes, M. A. & Cordás, T. A. (2022). Transtornos Alimentares: diagnóstico e manejo. Porto Alegre: Artmed.

Aratangy, E.W., Buonfiglio, H.B., Cobelo, A., Cordás, T.A., Pinzon, V., Souza, M.I., Teixeira P.C. & Thurm, B.E. (2017). Como lidar com os transtornos alimentares: Guia prático para familiares e pacientes. 7. ed. São Paulo: Hogrefe.

Bahnweg, E., & Omar, H. (2023). Effects of TikTok on Adolescent Mental Health and Wellbeing. *Dynamics of Human Health*: 10(1).

da Costa, J. P., Figueiredo, R. S., & de Sales Ferreira, J. C. (2022). O impacto das mídias sociais em transtornos alimentares: The impact of social media on eating disorders. *Brazilian Journal of Health Review*, 5(6), 22859-22875.

Dahlgren, C. L., Sundgot-Borgen, C., Kvalem, I. L., Wennersberg, A. & Wisting, L. (2024). Further evidence of the association between social media use, eating disorder pathology and appearance ideals and pressure: a cross-sectional study in Norwegian adolescents. *Journal of Eating Disorders*, 12(1).

Garcia, J. (2020). *The effects of social media on the development of anorexia nervosa and bulimia nervosa in adolescent females* [Tese de doutorado, Seton Hall University]. DigitalCommons@SHU.

Greene, A. K., Norling, H. N., Brownstone, L. M., Maloul, E. K., Roe, C., & Moody, S. (2023). Visions of recovery: a cross-diagnostic examination of eating disorder pro-recovery communities on TikTok. *Journal of Eating Disorders*, 11(1).

Hu, S., Gan, J., Shi, V., & Krug, I. (2023). Chinese TikTok (Douyin) challenges and body image concerns: a pilot study. *Journal of Eating Disorders*, 11(1).

Lookingbill, V., Mohammadi, E., & Cai, Y. (2023). Assessment of Accuracy, User Engagement, and Themes of Eating Disorder Content in Social Media Short Videos. *JAMA Network Open*, 6(4), e238897–e238897.

Monara, B. (2022). Percepções de adolescentes acerca da influência negativa das redes sociais na autoestima (Trabalho de Conclusão de Curso). Centro Educacional Fasipe (UNIFASIPE).

Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2021). On the Psychology of TikTok Use: A First Glimpse From Empirical Findings. *Frontiers in Public Health*, 9, 641673.

Papalia, D. E. e Martorell, G. (2021). *Desenvolvimento Humano*. 14ª ed. Porto Alegre, AMGH.

Pruccoli, J., De Rosa, M., Chiasso, L., Perrone, A., & Parmeggiani, A. (2022). The use of TikTok among children and adolescents with Eating Disorders: experience in a third-level public Italian center during the SARS-CoV-2 pandemic. *Italian journal of pediatrics*, 48(1), 138.

Seekis, V. & Lawrence, R. K. (2023). How exposure to body neutrality content on TikTok affects young women's body image and mood. *Body Image*, 47, 101629–101629.

SILVA, M. C. A relação entre redes sociais e autoestima. *Revista Ibero- Americana de Humanidades, Ciências e Educação- REASE*. São Paulo, 2021.

Sjöström, D. K., de Mendonca Lindström, T., Kapetanovic, S., & Claesdotter-Knutsson, E. (2024). Helpful or Not? A Qualitative Study on Female Adolescents' Experience of TikTok When Recovering From Anorexia Nervosa. *The International journal of eating disorders*, 10.1002/eat.24265. Advance online publication.

World Health Organization. (2022). World health statistics 2022: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals. *Who.int*. World Health Organization.