

Redes sociais e suas relações com a articulação de transtornos alimentares em pré adolescentes

Maria Luisa Bolanho Pereira de Araujo¹

RESUMO

A pesquisa discute a relação entre as chamadas *trends* em redes sociais e transtornos alimentares e de imagem em adolescentes que se identificam como mulheres. Por meio de análise de dados e a pesquisa bibliográfica, buscou-se fazer um delineamento inicial da articulação possível entre esses. Como ilustração desse momento, foram utilizadas postagens da rede social Tik Tok no período de agosto de 2021 até novembro de 2021 e histórico da rede social Tumblr no ano de 2014. E, como olhar macro, a relação de redes sociais com a articulação de transtornos alimentares em mulheres pré-adolescentes.

PALAVRAS-CHAVE

Redes Sociais; Transtornos de Imagem; Transtornos de Alimentação; TikTok; Adolescentes

Introdução

As redes sociais estão estritamente relacionadas com a vida fora delas. Para aqueles que cresceram com tecnologias em mãos, geração nascida após o ano 2000, essa observação se manifesta até em hábitos cotidianos como a alimentação e olhar seu próprio reflexo em um espelho.

Como forma de destrinchar a relação entre redes sociais, hábitos alimentares, comportamento e imagem corporal, essa pesquisa analisa *trends* em redes sociais e suas implicações no mundo real. De maneira comparativa, serão dois casos principais, o Tumblr no ano de 2014 e o TikTok no ano de 2022. O objetivo é apresentar as semelhanças, diferenças, permanências e mudanças dessas duas redes sociais em suas respectivas janelas de tempo. Utilizando do recorte de gênero e faixa etária, é uma análise focada em indivíduos que se identificam como mulheres e na fase da adolescência.

¹ Aluna do 2o. ano do Curso de Jornalismo da Faculdade Casper Líbero. Bolsista do Centro Interdisciplinar de Pesquisa na mesma instituição. Email: malubolanho@gmail.com

Início da pesquisa

Ao iniciar o trabalho da pesquisa acadêmica, primeiro, foi essencial mergulhar e desbravar a pergunta “ O que é uma pesquisa acadêmica?”. Para isso, realizar leituras e discussões, junto do meu grupo de pesquisa e com orientação do meu orientador, foi ponto de partida. Roland Barthes escreve em seu artigo nomeado “Jovens Pesquisadores” o seguinte parágrafo “Ora, em nossa sociedade, em nossas instituições, o que se pede ao estudante, ao jovem pesquisador, ao trabalhador intelectual, nunca é o seu desejo: não se lhe pede para escrever, pede-se-lhe para falar (ao longo de inúmeras exposições) ou para 'relatar' (em vista de controles regulares)”. Observar o desejo como ponto inicial da pesquisa acadêmica foi incentivador para o grupo de pesquisa e o começo real do meu trabalho.

Após a leitura desse texto, a forma será o próximo objeto de análise. Afinal, como deve ser escrito um trabalho acadêmico, um artigo científico? José Luiz Braga, em seu artigo “Para começar um projeto de pesquisa” trilha um caminho que percorre essa dúvida magistralmente, estabelecendo diversos preceitos essenciais, como a reflexão e organização, por exemplo.

Diversos outros textos que instigam e refletem sobre o papel da pesquisa acadêmica e do pesquisador na sociedade, da forma e da importância destes foram lidos e discutidos. Até que o aprofundamento no meu objeto de estudo se firma como outro preceito para a realização do projeto. Para isso, o primeiro material analisado foi o livro "Incabível" da escritora brasileira Dani Rosolen. Um livro de poesias escritas sobre o transtorno alimentar e psicológico que a autora teve, sendo assim, a pesquisa partiu de um lugar vulnerável e pessoal, acompanhando a seriedade e a sensibilidade do próprio tema.

Em seguida, leituras como “O Patriarcado do Salário: Notas sobre Marx, gênero e feminismo (v. 1)” da filósofa italiana Silvia Federici, “O Mito da Beleza”, escrito por Naomi Wolf e “ Com que corpo eu vou?” e “O Intolerável Peso da Feiura” da Joana de Vilhena Novaes trouxeram perspectivas sobre o tema com recortes políticos, econômicos e de gênero. Todos moldaram novas perspectivas e aprendizados sobre transtornos alimentares e de imagem e seus desdobramentos psicológicos e na sociedade.

A pesquisa dentro do TikTok foi necessária para analisar as ferramentas de segurança do aplicativo em relação a conteúdos que incentivam transtornos alimentares e de imagem. Além da análise de público consumidor desta rede social. Por fim, a escrita do artigo e condensar as referências, leituras, trocas e pesquisas sobre o assunto.

Transtornos alimentares e de imagem

O Tik Tok atualmente e o Tumblr em anos anteriores

Aplicativo da empresa chinesa *ByteDance*, o Tik Tok é uma rede social de vídeos curtos que está no ar desde 2018, popular desde então. O público dos usuários dessa rede social é essencial para a análise deste trabalho. Uma pesquisa do Comitê Gestor da Internet, realizada em agosto de 2022, apontou que 78% de crianças e adolescentes entre 9 e 17 anos acessam algum tipo de rede social e, o Tik Tok lidera esse índice, com 34% de adeptos à plataforma.

Assim como em outras redes sociais focadas no audiovisual, como o Instagram, o Tik Tok pode contar diversos gatilhos, ou seja, imagens ou insinuações que podem causar desconforto aquelas pessoas que já sofreram ou sofrem com as transtornos alimentares e/ ou de imagem, sejam eles explícitos ou não. Vídeos de mulheres famosas ou blogueiras podem gerar uma comparação em relação ao “corpo perfeito” e uma pressão constante para conseguir tal feito. É importante lembrar o recorte de classe ao analisar conteúdos na internet publicados, afinal muitas das influenciadoras digitais e mulheres famosas que trabalham com mídia tem a possibilidade de comprar comidas não tão acessíveis para parte da população brasileira, tempo para ir a academia com mais frequência e, claro, os procedimentos estéticos e cirurgias plásticas realizados por muitas. Além de vídeos “o que como em um dia”, grande trend no TikTok, onde meninas e mulheres acreditam que se seguirem aquela rotina conseguirão aquele corpo, sendo a genética fator importante para tal meta ser alcançada, fora os fatores citados acima. Também nesses vídeos a quantidade de comida apresentada pode ser nociva, pois não é o suficiente para um corpo manter sua funcionalidade. Ao me aprofundar no aplicativo, encontrei vídeos de “O que como em um dia” baseados em saladas de folhas e até desafios que consistem em beber apenas água por um dia inteiro, não consumindo alimentos sólidos ou líquidos durante 24 horas ou mais. A rede social está inundada de conteúdos explícitos de comunidades que incentivam esses transtornos, principalmente a anorexia e a bulimia em pró do culto à magreza.

Na internet, a cultura da busca constante pelo corpo ideal está presente desde o início, emprestando muito de sites como o Tumblr, plataforma de *blogging* que permite aos usuários publicarem textos, imagens, vídeo, links, citações, áudio e "diálogos". Uma rede social extremamente popular nos anos de 2012 a 2016 e majoritariamente navegada por mulheres pré-adolescentes, adolescentes e jovens. O Twitter, rede social muito utilizada até os dias de hoje, também teve grande protagonismo na criação de comunidades “pró - ana” e “pró - mia”, comunidades baseadas no culto a magreza com fotos explícitas de *"body checking"*, ou seja, fotos de corpos magros para a inspiração e incentivo à emagrecimento. Com dicas para induzir vômitos e como disfarçá-los, maneiras de evitar refeições, contagem de calorias e fotos de corpos extremamente magros, os blogs pessoais do Tumblr reinaram, conhecidos como “pró-ana” e “pró-mia”. A rede social era massivamente utilizada por adolescentes, que desejavam se encaixar na estética da época e não haviam recursos para evitar a disseminação dessas práticas, nem supervisão da plataforma sob o conteúdo publicado nela e suas reverberações. Grande influência desse pensamento foi a moda, com as estéticas *'heroin chic'*, *'twee'* e *"coquette"*, protagonizadas por mulheres extremamente magras.

Os termos seguintes termos de pesquisa eram consumidos por pré adolescentes até jovens adultas época. “Pró-ana”, “pró-mia” e *"thinspo"*, que eram fotos de inspiração para impor metas da magreza e do formato de seu corpo, como fotos de barrigas com costelas à mostra e das saboneteiras de mulheres muito magras. Um desafio comum nas comunidades do Tumblr era o de quantas moedas era possível equilibrar na sua saboneteira, quanto mais, mais sucesso em atingir a magreza tão desejada.

As imagens abaixo são exemplos do algoritmo do TikTok, atual rede social extremamente popular, inclusive entre crianças, pré-adolescentes, adolescentes e jovens. Nas imagens é possível ver o algoritmo de proteção do aplicativo. Ao pesquisar palavras relacionadas a termos nocivos, explorados no parágrafo anterior como pró ana e pró mia, o TikTok não apresenta vídeos relacionados à pesquisa e uma mensagem de ajuda é apresentada no lugar. “Você não está sozinho. Se você ou um conhecido seu estiver passando por dificuldades, a ajuda está sempre disponível.” e apresenta recursos. Estes recursos focam em problemas relacionados à alimentação e autoimagem, como é possível ver na última imagem.

Imagem 1: Ferramenta de proteção do TikTok ao pesquisar o termo "pró ana".



Fonte: Imagem retirada do aplicativo TikTok ao digitar o termo "pró ana" na barra de pesquisa.

Imagem 2: Título da Imagem



Fonte: Imagem retirada do aplicativo TikTok ao digitar o termo "pro mia" na barra de pesquisa.



Fonte: Imagem retirada do aplicativo TikTok ao digitar clicar no “Ver Recursos”.

Entretanto, os usuários acham maneiras de burlar essas ferramentas e vídeos que incentivam transtornos alimentares podem chegar nas páginas principais de muitas pessoas, principalmente meninas pré-adolescentes e adolescentes, além de gerar gatilhos em pessoas que estão se recuperando dessas doenças. Em artigo publicado pela Vogue em 2 de janeiro de 2022, especialistas e analistas de ciclos de tendências afirmam o retorno do chamado “Estilo Tumblr 2014”, este artigo porém falha em apresentar as consequências desse estilo. Moda, comportamento e transtornos alimentares e de imagem estão intrinsecamente ligados, como descreve Naomi Wolf em seu livro “O Mito da Beleza”, “O mito da beleza está sempre prescrevendo comportamentos, não aparência. Uma consequência do amor próprio feminino é que as mulheres crescem convencidas de seu valor social. Vence aquela que se acha bonita e desafia o mundo a mudar para realmente vê-la”.

Reflexões sobre análise e considerações finais

Doenças psicológicas, como depressão, transtornos de personalidade e ansiedade, geralmente estão associadas aos transtornos alimentares e de imagem. Entre os principais fatores para o

desenvolvimento dessas condições estão a mídia e os ambientes sociais e familiares, dado e análise retirados da pesquisa “Transtornos alimentares na infância e na adolescência”, feita por Juliana de Abreu Gonçalves, Emilia Addison M. Moreira, Erasmo Benício S. de M. Trindade e Giovanna Medeiros F. Fiate.

O uso massivo das redes sociais, iniciado pela Geração Y (denominados *Millenials*) e perpetuado e intensificado pela Geração Z (denominados *Zoomers*), é um fator importante, não para o desenvolvimento, mas para o fortalecimento dos transtornos alimentares e de imagem em mulheres pré adolescentes e adolescentes. A constante exposição de imagens de “corpos perfeitos”, rotinas alimentares não saudáveis e comunidades online que incentivam práticas nocivas, como passar dias sem comer, exercícios físicos que excedem a capacidade do corpo e bulimia, estão a um toque na telas dos celulares. Por isso, o desenvolvimento de ferramentas que buscam minimizar esses conteúdos, como as apresentadas pelo algoritmo do TikTok, são importantes, mas também falhas. O tratamento psicológico, em alguns casos psiquiátrico, e acompanhamento e supervisão de responsáveis e amigos das adolescentes que sofrem desses transtornos é imprescindível para a intervenção e administração desses transtornos.

“O mundo começa numa mesa de cozinha. Não importa o quê, temos que comer para viver. As oferendas da terra depois de preparadas são postas sobre a mesa. Sempre foi assim desde a criação e continuará a ser. Afastamos as galinhas e os cães. Os bebês rompem os dentes nas esquinas. E arranham os joelhos debaixo dela. É aqui que as crianças recebem instruções sobre o que significa ser humano. É aqui que nos tornamos homens ou mulheres. Nesta mesa, mexericamos, recordamos os inimigos e os fantasmas dos amantes. Os nossos sonhos tomam café connosco, enquanto abraçam os nossos filhos. E riem dos nossos pobres egos em queda e de quando nos recompomos mais uma vez à mesa. Esta mesa foi uma casa à chuva e um refúgio ao sol. Guerras começaram e terminaram nesta mesa. É o lugar onde nos podemos esconder da sombra do terror. Um lugar para celebrar a terrível vitória. Demos à luz nesta mesa e preparamos aqui os nossos pais antes de serem enterrados. Nesta mesa, cantamos com alegria e com tristeza. Oramos por sofrimento e remorso. Agradecemos. Talvez o mundo acabe na mesa da cozinha, enquanto rimos e choramos, comendo o último bocado doce.” Poesia “Talvez o Mundo Acabe Aqui”. (HARJO, Joy)



CURSOS E HABILITAÇÕES RECONHECIDAS:

Jornalismo: Portaria SERES nº 206, de 25/06/2020 – D.O.U. de 07/07/2020
Publicidade e Propaganda: Portaria SERES nº 206, de 25/06/2020 – D.O.U. de 07/07/2020
Relações Públicas: Portaria SERES n. 1345 de 15/12/2017 - D.O.U. 18/12/2017
Rádio, TV e Internet: Portaria SERES Nº 543 de 23/09/2016 - D.O.U. de 26/09/2016
Mestrado em Comunicação: Portaria MEC n. 609, de 14/03/2019, DOU de 18/03/2019

Referências

ROSOLEN, Dani. **Incabível**. São Paulo: Editora Patuá, 2019.

WOLF, Naomi. **O mito da beleza**: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres. São Paulo: Rosa dos Tempos, 2018.

FEDERICI, Silvia. **O patriarcado do salário**: notas sobre marx, gênero e feminismo (v. 1). São Paulo: Boitempo, 2021.

[site para abnt https://more.ufsc.br](https://more.ufsc.br)