

PRODUTO AUDIOVISUAL EDUCATIVO PARA ADOLESCENTES: APRENDER DIFERENTE SOBRE IMAGEM CORPORAL E TRANSTORNOS ALIMENTARES

EDUCATIONAL AUDIOVISUAL PRODUCT FOR ADOLESCENTS:
LEARNING DIFFERENTLY ABOUT BODY IMAGE AND EATING DISORDERS

DOI: <https://doi.org/10.16891/2317-434X.v11.e3.a2023.pp3103-3111> Recebido em: 30.03.2023 | Aceito em: 01.07.2023

Alexandra Pinto Silva^a, Ângela Tâmara Souza Barroqueiro^a, Janaina Maiana Abreu Barbosa^a,
Maria Raimunda das Chagas Silva^a, Anna Regina Lanner de Moura^a,
Alexsandro Ferreira dos Santos^a

Universidade CEUMA^a

*E-mail: silvaalexandra206@gmail.com

RESUMO

Telas eletrônicas estão muito presentes na rotina infanto-juvenil. A linguagem virtual tornou-se um ambiente indispensável, sendo as mídias sociais um ambiente propício para educação. Os principais tipos de transtornos alimentares são: anorexia, bulimia, compulsão alimentar e vigorexia. Assim, objetivou-se confeccionar produtos técnicos na forma de vídeos para educação nutricional sobre a relação de imagem corporal e transtornos alimentares para adolescentes. Este é um estudo qualitativo de desenvolvimento realizado em universidade particular, de agosto a setembro de 2022. Foram selecionadas literaturas científicas sobre o assunto nas bases de informações: Scielo, Pubmed, Google Acadêmico e Ministério da Saúde de 2018 a 2022. Os produtos confeccionados foram direcionados à adolescentes alfabetizados, a partir do aplicativo de mídia social TikTok® baseado no resumo/fichamento de informações científicas extraídas. Foram criados cinco vídeos curtos (até 60 segundos cada), no aplicativo Videoscribe® através de ilustrações animadas e narração. Vídeo 1–“O que são os transtornos alimentares”; Vídeo 2–“A adolescência”; Vídeo 3–“Os principais tipos de TAs”; Vídeo 4–“Compulsão alimentar e vigorexia” e Vídeo 5–“Tratamento e a alimentação saudável”. Os vídeos com conteúdos de educação nutricional para o conhecimento da relação da imagem corporal e transtornos alimentares voltados para adolescentes, parecem ser recursos lúdicos importantes para educação em saúde, e podem ainda ser validados para efetivação e comprovação científica de seu efeito no público.

Palavras-chave: adolescente; anorexia nervosa; bulimia nervosa; imagem corporal; mídia audiovisual.

ABSTRACT

Electronic screens are very present in the juvenile routine. Virtual language has become an essential platform, with social media being a conducive environment for education. The main types of eating disorders are anorexia, bulimia, binge eating, and vigorexia. Thus, the objective was to produce educational materials in the form of videos for nutritional education on the relationship between body image and eating disorders for adolescents. This is a qualitative developmental study carried in private university, from August to September 2022. The scientific literature on the subject was selected from the information bases: Scielo, Pubmed, Google Scholar, and Ministry of Health from 2018 to 2022. The manufactured products were aimed at literate adolescents, from TikTok® app based on the summary/file of scientific information. Five short videos (up to 60 seconds each) were created in the Videoscribe® application through animated illustrations and narration. Video 1–“What are eating disorders”; Video 2–“Adolescence”; Video 3–“The main types of eating disorders”; Video 4–“Binge eating and vigorexia” and Video 5–“Treatment and healthy eating”. Thus, videos with nutritional education content for the knowledge of the relationship between body image and eating disorders aimed at adolescents seem to be important recreational resources for health education, and can also be validated for effectiveness and scientific proof of their effect on the public.

Keywords: adolescent; anorexia nervosa; nervous bulimia; body image; audiovisual media.

INTRODUÇÃO

A população busca frequentemente um corpo perfeito. Através de influências culturais, tendem a adquirir conhecimentos de maneira inadequada ocasionando disfunções alimentares sobre seu corpo, neste contexto, a alimentação é um direito assegurado na Declaração Universal dos Direitos Humanos, tratando-se de um hábito indispensável para o desenvolvimento do ser humano (GOMES et al., 2020; PEREIRA, 2021).

A imagem corporal diz respeito a definição que o indivíduo possui sobre si, destacando-se o papel da autoestima, uma vez que são levados em consideração conhecimentos próprios e influências da sociedade, o que pode gerar alterações no estilo de vida do indivíduo e contribuir para uma relação desfavorecida com o alimento atrelada à insatisfação corporal (GOMES et al., 2021).

Os padrões de beleza estabelecidos pela sociedade atual destacam-se através de influências das mídias, com propagandas, postagens e perfis de pessoas com corpo perfeito. Através do aumento da disponibilidade dos meios tecnológicos, as redes sociais contribuem em aspectos negativos, como baixa autoestima, autoimagem negativa e sentimento de inferioridade, pois tais informações afetam o psicológico do indivíduo (SOUZA et al., 2021; OLIVEIRA; MACHADO, 2021).

Entre o público mais afetado na sociedade com tais influências, destacam-se os adolescentes, pois estão vulneráveis aos estereótipos sociais atuais. A adolescência é uma fase da vida de grandes transformações, de inconstância emocional e fragilidades, um período em que surgem indagações críticas da própria identidade social (BITTAR; SOARES, 2020).

Na adolescência há uma insatisfação e intensa preocupação com sua aparência corporal, sob as imposições frequentes da sociedade que impactam diretamente na saúde do adolescente. As mídias sociais e a sociedade exigem um corpo ideal, que interferem na maneira do indivíduo enxergar-se diante do espelho e no âmbito social (FONTENELE et al., 2019; BITTAR; SOARES, 2020).

O comportamento alimentar é desenvolvido desde a infância e se reflete por toda a vida. Pode ocorrer interferências na sua construção através dos hábitos dos pais, amigos e ainda pelo impacto da mídia, além de transformações corporais inerentes ao estado fisiológico. O hábito alimentar dos adolescentes muitas vezes baseia-se no consumo de alimentos gordurosos e industrializados, tendo preferência em satisfazer o seu paladar por

influências adquiridas (SILVA; FERREIRA, 2019; REIS; PAIXÃO, 2020).

Os transtornos alimentares (TAs) são considerados síndromes psiquiátricas decorrente de diversos fatores, onde o indivíduo apresenta desvio de padrão no comportamento alimentar, distorção de imagem corporal atrelada à insatisfação com o peso. Pode-se afirmar portanto, que o público mais atingido são os adolescentes (SALOMÃO et al., 2021; SILVA; DANIEL, 2020).

Os principais tipos de TAs são a anorexia e bulimia nervosa, transtorno de compulsão alimentar periódico, este último com maior tendência no sexo feminino, já a vigorexia (outro transtorno alimentar) é mais frequentemente citado entre o sexo masculino. Estes, tratam-se de distúrbios de grande incidência e prevalência na adolescência, pois estão ligados diretamente às transformações enfrentadas por este público e o meio sociocultural em que estão inseridos, ocasionando prejuízos físicos, psicológicos e sociais (GABRIEL; SILVA, 2021; SALOMÃO et al., 2021; MATOS; LIMA, 2020).

Observa-se uma nova realidade, na qual as telas eletrônicas estão cada vez mais presentes na rotina de crianças e adolescentes. A linguagem virtual tornou-se um ambiente indispensável, em que são desenvolvidos diversos processos criativos e autônomos, razão pela qual o uso das mídias sociais pode configurar-se como ambiente propício para a educação, contribuindo para importantes transformações sociais (COSTA, 2022).

Um produto audiovisual é reconhecido atualmente como uma forma de comunicação que reproduz uma linguagem falada e escrita, através de imagens e sons em sincronia ou não. Como instrumento para divulgação científica, estes são vistos com certa resistência pela academia, porém tal produto possui grande importância para a sociedade contemporânea, aproximando-se da sua linguagem (MAGALHÃES, 2020).

Dentre as mídias sociais, o TikTok® é uma das mais consumidas atualmente. Somente em 2020, 46% da população brasileira já possuía uma conta no TikTok®, em especial, a população de 10 a 17 anos como o principal público (TIC DOMICÍLIOS, 2020). Com a evolução da tecnologia, as mídias sociais tornaram-se um ambiente propício para a divulgação de informações. Estas, portanto, podem ser vistas como importante instrumento de orientação em saúde.

Diante disso, o presente estudo buscou

confeccionar produtos técnicos na forma de vídeos sobre educação nutricional e sua relação com a imagem corporal e transtornos alimentares para adolescentes.

MATERIAL E MÉTODOS

O estudo foi do tipo qualitativo de desenvolvimento, e conduzido entre agosto e setembro de 2022 em Grupo de Pesquisa de uma Universidade particular. A pesquisa não careceu de análise de CEP (Comitê de Ética em Pesquisa), pois o mesmo não envolve diretamente seres humanos.

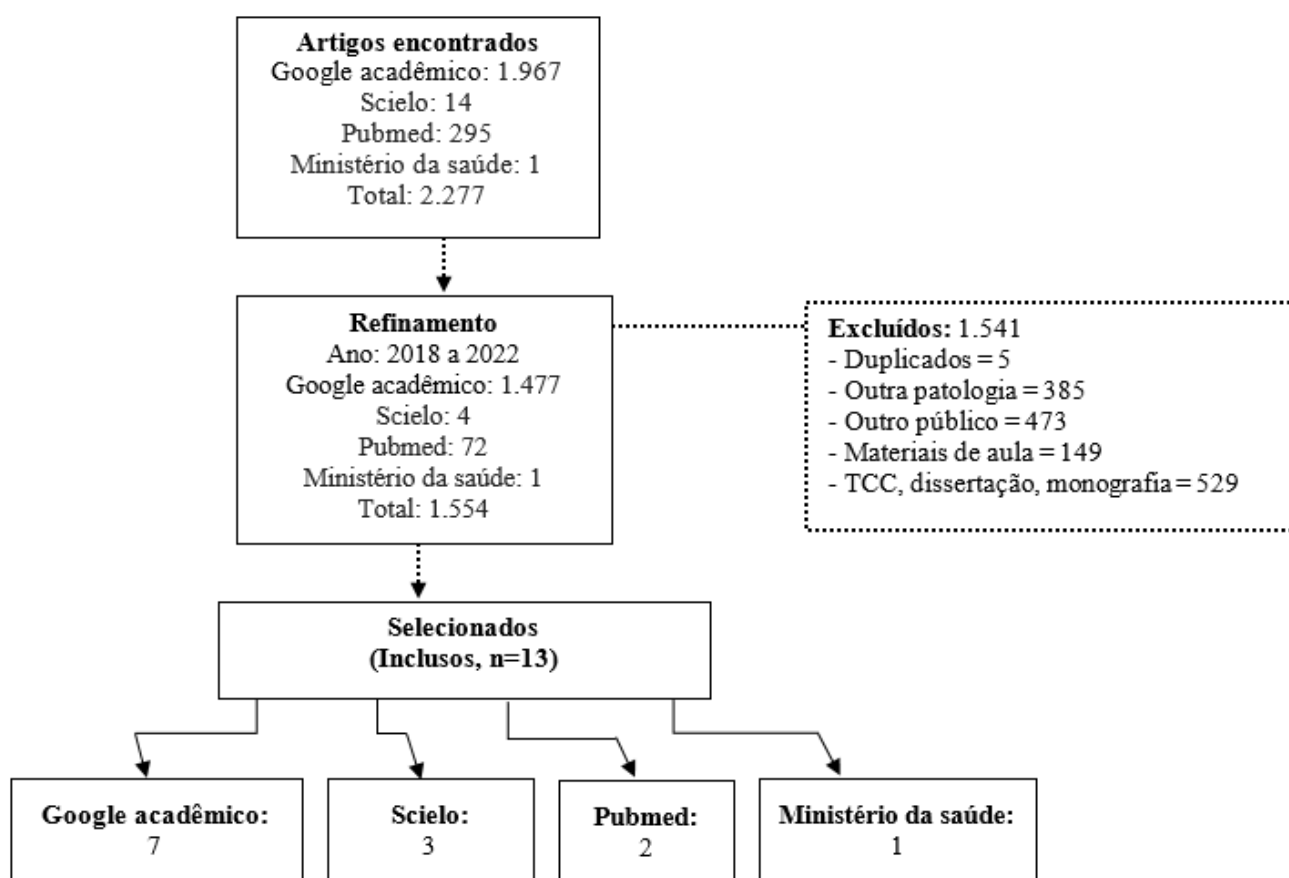
O público alvo escolhido engloba indivíduos adolescentes alfabetizados com faixa etária de 12 a 18 anos, de acordo com o Artigo 2º do Estatuto da Criança e do Adolescente (BRASIL, 1990). Para a visualização do instrumento aqui proposto, há necessidade de acuidade visual mínima.

Para embasamento científico (confeção dos produtos técnicos na forma de vídeos) foram selecionadas inicialmente literaturas científicas nas bases de informações Scielo, Pubmed, Google Acadêmico e Ministério da Saúde de acordo com os seguintes descritores de saúde: “adolescência”, “imagem corporal”, “dismorfismo”, “autoimagem corporal”, “transtornos alimentares” e “comportamento alimentar”.

Foram utilizados artigos, livros, E-books, vídeos e cartilhas publicados nos últimos 5 anos (período entre 2018 a 2022) com idiomas em português e inglês.

Não foram utilizados estudos de materiais de aulas, trabalho de conclusão de curso, monografia, dissertação e estudos que não foram aplicados sobre a temática da adolescência ou relacionados a outras patologias. Toda a literatura utilizada para a construção do material aqui proposto, encontra-se demonstrado na Figura 1.

Figura 1. Fluxograma de seleção da literatura utilizada.



Inicialmente foram selecionados artigos científicos nas bases de dados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. Para a seleção dos artigos foram considerados a escolha do ano de publicação, títulos, resumo e tipo de estudo. Posteriormente, utilizou-se uma ficha de registro das informações, que foi preenchida a partir da literatura científica selecionada e composta por dados como: autor, ano, título, tipo de estudo, objetivos, principais tipos de transtornos alimentares avaliados, satisfação e insatisfação corporal e observações extras.

Após a escolha da literatura, foram selecionadas imagens que representassem os conteúdos que foram sintetizados na referida ficha de registro de informações, estas imagens foram então registradas em uma outra ficha de registro de imagens, a qual era composta por dados como: palavra-chave/expressão a serem significadas, banco de imagem, imagem e link de acesso. Estas imagens foram pesquisadas nos bancos de imagens online Canva® e VídeoScribe® com versões por assinatura (versão premium) as quais foram expressas na forma de vídeos. Foram confeccionados cinco vídeos com duração de até 60 segundos. A edição dos vídeos foi realizada no aplicativo VídeoScribe® (versão web) a partir das imagens do próprio aplicativo e dos bancos de imagens citados acima.

Os áudios dos vídeos foram confeccionados com a utilização do aplicativo Logick Pro®, após a gravação,

estes foram editados nos aplicativos Sony Sound Forge® (versão 9.0) e Adobe Premiere Pro® (versão 2023), garantindo o bom funcionamento dos áudios propostos. Uma vez editadas as imagens, aos textos e áudios foram adicionadas músicas de fundo, por fim, estes, foram postados na mídia social TikTok® (versão 24.8.3).

O presente estudo foi desenvolvido através de aplicativo de mídia social denominado TikTok® (versão 24.8.3). Com orientação vertical, dimensões de 9:16, resolução de 1080x1920 pixels. Tendo duração disponíveis de 15 segundos, 60 segundos e de 3 minutos, com atualização mais recente de 10 minutos. O tamanho do arquivo de 287,6 MB para usuários do iOS e até 72 MB para usuários do Android, o formato dos vídeos foi de MP4.

A análise do discurso nos textos foi procedida por meio de resumo/fichamento das informações contidas na ficha de registro de informações e na ficha registros de imagens.

RESULTADOS

Foram criados cinco vídeos curtos com duração de até 60 segundos cada um, os quais foram desenvolvidos no aplicativo Vídeoscribe® através de ilustrações animadas e narração. As capas estão demonstradas na Figura 2 (A, B, C, D e E).

Figura 2. Capas dos Produtos Técnicos de Comunicação (vídeos).



Legenda: (A) Capa do Vídeo 1 (O que são os Transtornos Alimentares); (B) Capa do Vídeo 2 (A adolescência); (C) Capa do Vídeo 3 (Os principais tipos de TAs); (D) Capa do Vídeo 4 (Compulsão e vigorexia); (E) Capa do Vídeo 5 (Tratamento e alimentação saudável).

Vídeo 1 – O que são os Transtornos Alimentares

O primeiro vídeo foi referente ao conceito dos Transtornos Alimentares, no qual mostrou-se a definição segundo a literatura científica selecionada. O vídeo pode ser visualizado a partir do acesso disponibilizado na Figura 3 A.

Vídeo 2 – A adolescência

O segundo vídeo buscou definir a adolescência e a influência que a mídia exerce sobre este público, através dos padrões de beleza impostos, podendo contribuir para o desenvolvimento dos TAs. O acesso para a visualização deste está disponibilizado na Figura 3 B.

Vídeo 3 – Os principais tipos de TAs

O terceiro vídeo abordou os principais tipos de

transtornos alimentares como a anorexia, bulimia, compulsão alimentar e a vigorexia. A visualização deste se faz através do acesso disponibilizado na Figura 3 C.

Vídeo 4 – Compulsão alimentar e vigorexia

No quarto vídeo apresentou-se dois dos principais tipos de TAs, dando continuidade sobre o terceiro vídeo. O acesso à visualização do referido está disponível na Figura 3 D.

Vídeo 5 – Tratamento dos TAs e alimentação saudável

O quinto vídeo referiu-se ao tratamento dos transtornos alimentares através de um acompanhamento de uma equipe multiprofissional e apontou a alimentação saudável como forma de prevenção e tratamento. Este pode ser visualizado através do acesso disponibilizado na Figura 3 E.

Figura 3. QR Codes para o Acesso aos Produtos Técnicos de Comunicação (vídeos).



Legenda: (A) Capa do QR Code 1 (QR code do vídeo 1); (B) Capa do QR Code 2 (QR code do vídeo 2); (C) Capa do QR Code 3 (QR code do vídeo 3); (D) Capa do QR Code 4 (QR code do vídeo 4); (E) Capa do QR Code 5 (QR code do vídeo 5).

DISCUSSÃO

Foram criados cinco vídeos curtos com duração de até 60 segundos cada um, o primeiro – “O que são os transtornos alimentares” que abordou o conceito da doença; o segundo – “A adolescência” que buscou definir a adolescência e apontar como a principal faixa etária para o desenvolvimento dos TAs; o terceiro – “Os principais tipos de TAs” o qual definiu-se quatro tipos principais

apontados pela literatura; o quarto – “Compulsão alimentar e vigorexia” que se deu continuidade aos principais tipos de TAs; e o quinto – “O tratamento dos TAs e alimentação saudável” que teve como foco o tratamento multiprofissional e a intervenção nutricional através da alimentação saudável. Com o objetivo de despertar a atenção dos expectadores. Definiu-se uma linguagem acessível para o público adolescente e introduziu-se uma música de fundo juntamente com a

narração através de áudios.

Os transtornos alimentares são doenças psiquiátricas, que acometem principalmente os adolescentes (SALOMÃO et al., 2021). Os resultados obtidos no presente estudo permitem inferir que as expressões através dos vídeos compostos por imagens, a fala e animações podem contribuir para uma melhor compreensão da doença dos transtornos alimentares.

A sociedade patriarcal estipulou um ideal de corpo sensual e provocante, que é reforçada com a mídia, através do consumo de dietas milagrosas e mágicas. Além disso, há imposição de padrões femininos de uma “mulher elegante”, “esbelta” e “bem-sucedida”, desconsiderando a diversidade cultural desse público. Entre os homens, o corpo robusto e musculoso são os ideais a serem conquistados com menores pressões, se comparado ao sexo feminino. Tais padrões de beleza provocam uma insatisfação generalizada na sociedade, na qual destacam-se os adolescentes (MURARI; DORNELES, 2018).

Em um cenário de conflitos de transformações, pressões da mídia, da sociedade e de si mesmo, os adolescentes tornam-se um público vulnerável em todos os aspectos, até mesmo nutricionais, pois estes desenvolvem mais autonomia e começam a tomar decisões nas suas escolhas alimentares. Apesar disso, a imaturidade dessa fase da vida, permite que o grau de liberdade em suas escolhas seja limitado, pois as mídias digitais e o próprio ambiente social nos quais encontram-se inseridos podem exercer grande poder de influência sobre suas decisões (BITTAR; SOARES, 2020).

Diante disso, infere-se que a mídia está diretamente relacionada com os conflitos que os adolescentes enfrentam. A adolescência é uma fase de muitas descobertas, que podem ser benéficas e maléficas. O uso das redes sociais pode possuir dois lados: o conhecimento que se enquadra nos benefícios, proporcionando o aprendizado de maneira lúdica; e ainda o uso desenfreado das mídias contribuindo para o surgimento e desenvolvimento de malefícios à saúde, com destaque principalmente aos distúrbios de autoimagem e consequentemente, aos transtornos alimentares.

Em um estudo realizado por Santos et al. (2020), em um colégio público federal de Sergipe, com 220 estudantes adolescentes do ensino fundamental e médio, foram utilizados questionários autoaplicáveis, baseados em escalas validadas sobre Transtornos Alimentares. Foram demonstradas frequências consideráveis em relação a comportamentos de risco para os TAs, como temor intenso ao ganho de peso (45,5%); idealização da magreza (40,9%); preocupação excessiva com os alimentos (56,1%); episódios de compulsão alimentar

(46,9%) e uso de métodos purgativos (8,7%). Identificou-se ainda forte associação da insatisfação com a imagem corporal e comportamentos de risco, e que 67,3% nunca procuraram ajuda profissional.

Diante do exposto, pode-se observar que existem comportamentos de risco para o desenvolvimento dos transtornos alimentares, sendo os mais evidenciados: a preocupação excessiva com os alimentos e o pavor de ganho de peso, somados a estes, a insatisfação corporal e a falta da procura de ajuda profissional.

O século XXI está a ser marcado pela era dos influencers, microinfluencers e opinion leaders (líderes de opinião). Pessoas comuns, na grande maioria jovens entre 17 e 30 anos, que utilizam sua imagem, a rotina e comunicação digital para compartilharem momentos, serviços, produtos, etc. Termos como blogger, instagrammer ou influencer estão cada vez mais em uso nos dias de hoje. Os influencers permitem que os seguidores sintam tal pessoa como alguém que pertence ao seu grupo de amigos, fazendo com que o indivíduo esteja distante, mas ao mesmo tempo sinta-se próximo, pois o digital possui estas vantagens, em quebrar barreiras ou limites de espaço e tempo. A comunicação está para todos, em tempo real, em qualquer lado (JORGE, 2018).

Com a aceleração tecnológica que pode ser vista no decorrer dos anos, o comportamento e preferência das pessoas têm se modificado. As gerações têm se alterado por períodos de tempo cada vez mais curtos, pois tais alterações estão de acordo com seus interesses e formas de agir. Nos dias atuais, especialistas apontam a existência de seis gerações, e que cada uma é influenciada por vários contextos (social, cultural, político, etc), impactando diretamente com a forma como irão se expressar. Gerações que iniciam no “Baby Boomers” (pessoas nascidas entre 1946 e 1964) e aos que estão nos chamados de geração “Alpha” (nascidos a partir do ano 2010) (JORGE, 2018).

Na atualidade, existem quatro gerações que trabalham e convivem simultaneamente: os chamados Baby Boomers, a geração X (nascidos entre meados da década de 60 até final dos anos 70), a geração Y (nascidos na década de 80 até meados dos anos 90), e a geração Z (nascidos a partir de meados da década de 90). Há atualmente, a existência de uma nova geração: a geração Alpha – os nascidos a partir do ano 2010 (ZOMER, SANTOS, COSTA, 2018; OLIVEIRA, 2019).

Visto que houveram frequentes mudanças desde a era “Baby Boomers” até a geração “Alpha”, a comunicação através do uso do digital pode ser considerada uma extensão do ser humano, pois com a facilidade do uso dos celulares, tablets, notebooks e outros, permitem com que a comunicação e a

acessibilidade entre as pessoas sejam mais eficientes, tornando esse contexto o novo normal do dia a dia dos indivíduos.

Em um estudo realizado por Silva, Gonçalves e Martins (2020) foi possível constatar que o desenvolvimento de tecnologias educacionais pode ser considerado como estratégia de ações em saúde destinadas à estas “novas gerações de adolescentes” pois através do uso destas, soma-se à capacidade de benefícios, na compreensão de um tipo de material dialógico, e que em essência, é lúdico. Destaca-se que um único tipo de material educativo pode ser utilizado em diferentes campos de atuação, desde que estejam adequados aos objetivos que se pretende atingir.

Viana, Oliveira e Santana (2020), em estudo realizado no estado do Ceará em uma instituição municipal de Assistência Social com adolescentes, foram produzidas oficinas com temáticas sobre saúde e educação. No estudo, dividiu-se grupos, que passaram por um processo de produção de: elaboração do roteiro, gravação do vídeo, edição básica do vídeo no smartphone, edição final do vídeo no computador e publicação do vídeo em uma mídia social. O foco da atividade consistiu em obter pelo menos um vídeo e socializar o material produzido com os demais grupos, tornando-os protagonistas e construtores de saber na tarefa. Os resultados observados incluíram: um aprendizado de competências e habilidades sobre as políticas públicas do local através da produção de vídeos de curta duração, assim como a reflexão sobre a utilização do audiovisual como ferramenta de criticidade.

Portanto, os materiais audiovisuais podem contribuir para a formação do conhecimento acerca dos assuntos pertinentes à educação em saúde, considerando que vídeos curtos somado a animações são mais atrativos para o público adolescente. Dessa forma, um material audiovisual com ilustrações animadas pode ser considerado uma ferramenta importante para a educação desse público, assim os vídeos podem ser métodos de melhor compreensão.

O termo mídia digital é considerado para qualquer meio de comunicação onde a tecnologia digital é utilizada proporcionando trocas de informações, ideias e interesses. Pode-se afirmar, que toda rede social é uma mídia social composta por comunidades, que podem ser presenciais ou virtuais (TURATO, 2022).

Importante ressaltar ainda, que a pandemia por COVID 19, marcada pelo isolamento social, promoveu um aumento exponencial do uso dos recursos digitais de comunicação, caracterizando as redes sociais como os principais meios de conexão e interação entre jovens e

adolescentes, que enfrentavam o confinamento em seus lares, distantes de seus grupos sociais da escola, ou mesmo amigos (TURATO, 2022).

Segundo dados do estudo de Costa (2022), o Tiktok® foi o aplicativo com mais downloads no ano de 2020, ultrapassando inclusive o Facebook® e o WhatsApp®. Um dos motivos para esse crescimento foi a pandemia da COVID-19, que para os usuários, se tornou um diferencial, possibilitando uma busca de novas formas de criar, interagir socialmente e se divertir durante o período de isolamento.

Assim, diante de um novo contexto, de isolamento, do confinamento e da impossibilidade de convívio com os grupos de interesse dos adolescentes, estes enfrentaram o isolamento social com uma nova realidade. As telas seriam suas maiores amigas na tentativa de manter o contato com as pessoas. As redes sociais contribuíram assim, para uma vivência mais “normal”, apesar da distância.

Segundo dados da pesquisa TIC Kids Online Brasil (2021), uma das atividades online que mais tem crescido no país entre crianças e adolescentes é o uso das redes sociais. Em 2021, usuários de internet com idades de 9 a 17 anos representaram 78%, um aumento de 10 pontos percentuais em relação a 2019 (68%). O estudo investigou pela primeira vez a existência de perfil no TikTok®, e observou que 58% dos usuários estão presentes na plataforma, com prevalência das classes A/B (79%), na comparação com às classes C (57%) e D/E (53%).

Diante dos dados expostos, pode-se afirmar que o aplicativo Tiktok® não é uma ferramenta de discriminação, no que se diz respeito à classes sociais. Na verdade, este veículo pode permitir acesso direto à classes socioeconômicas mais altas ou mais baixas, com praticamente o mesmo impacto na sua utilidade, ou seja, este pode ser entendido como um equipamento democrático de acesso à comunicação e informações.

Diante desse cenário, pode-se observar que as mídias sociais podem configurar um ambiente propício para o desenvolvimento de material didático em saúde para o público adolescente, onde proporciona o maior alcance dessa faixa etária, podendo assim contribuir para o conhecimento dos transtornos alimentares, visto que este, acomete principalmente tal grupo.

Na atualidade, a mídia social Tiktok® estabelece destaque sendo o aplicativo mais baixado na App Store, e que está entre as dez mídias sociais mais acessadas no mundo, com mais de 800 milhões de usuários ativos. É um aplicativo ou programa de computador criado para processar dados eletronicamente, proporcionando produzir audiovisuais de quinze e sessenta segundos (e

três a dez minutos com a atualização mais recente), com opções de amplos recursos de edições, como a utilização de filtros, trilhas sonoras, legendas, gifs, cortes e outros. São utilizados os sistemas operacionais Android (Google) e/ou iOS (Apple) (MONTEIRO, 2020; TURATO, 2022).

O Tiktok® possui como missão “inspirar a criatividade e trazer alegria” (TIKTOK, 2022). Falado isto, por qual motivo o Tiktok® deveria ser entendido apenas como um espaço de entretenimento e do lúdico? A utilização deste, não seria um espaço importante de aprendizagem para educação em saúde?

O uso do aplicativo permite postar conteúdos diversos com alcance de milhões de pessoas, portanto, pode-se afirmar que a utilização do aplicativo pode ser um importante ambiente para o desenvolvimento de conteúdos voltados à educação em saúde.

Este estudo teve como limitação, a validação do material aqui apresentado, que não fora foco nesta etapa da pesquisa aqui demonstrada, sendo neste momento considerada apenas a criação dos materiais audiovisuais. Portanto, futuras pesquisas deverão validar os instrumentos aqui propostos posteriormente.

Ressalta-se também o pioneirismo da proposta apresentada neste artigo, sendo este, o primeiro artigo científico original, que buscou a criação de um instrumento de educação nutricional na forma de material audiovisual. Vale salientar que os materiais audiovisuais

podem indicar o início de uma nova abordagem para a discussão da temática transtornos alimentares na adolescência, permitindo assim a continuidade de novos episódios de informações de educação em saúde de maneira lúdica.

CONCLUSÃO

Confeccionou-se cinco vídeos, que abordaram conteúdos de educação nutricional para o conhecimento da relação imagem corporal e transtornos alimentares voltados para adolescentes.

Os produtos técnicos propostos parecem ser recursos lúdicos importantes para educação em saúde. Novas etapas para este estudo, deverão incluir a validação dos instrumentos aqui confeccionados, e comprovação da eficácia destes, para o público adolescente.

Dessa forma, identifica-se a importância da abordagem em diferentes ambientes, concernente à educação em saúde dos adolescentes, haja vista que este é um público atrelado a múltiplas mudanças, e em transição para a vida adulta, portanto, torna-se necessária abordagem integral de assuntos pertinentes a esta fase da vida. Para isso, deve-se obter o suporte de ferramenta específicas e direcionadas, sendo atrativas, com linguagem adequada e condizente com a realidade atual.

REFERÊNCIAS

BITTAR, Carime; SOARES, Amanda. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 28, p. 291-308, 2020. <<https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAR1920>>

BRASIL. Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos. Lei nº 8.069, 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, 1990.

CETIC. Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação sob os auspícios da UNESCO. 2020. Pesquisa sobre o Uso da Internet por Crianças e Adolescentes no Brasil: pesquisa TIC Domicílios, 2020. Disponível em: https://www.cetic.br/media/docs/publicacoes/2/20211125083634/tic_kids_online_2020_livro_eletronico.pdf. Acesso em: 29 mai. 2022.

CETIC. Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação sob os auspícios da UNESCO. 2021. TIC Kids Online Brasil 2021: 78% das crianças e adolescentes conectados usam redes sociais, ano 2021. Disponível em:

<https://cetic.br/pt/noticia/tic-kids-online-brasil-2021-78-das-criancas-e-adolescentes-conectados-usam-redes-sociais/>. Acesso em: 21 nov. 2022.

COSTA, Júlia Verdade. Vídeos para o TikTok: implicações da cultura digital nas produções de crianças e adolescentes. Orientadora: Andrea Cristina Versuti. 2022. 82 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Pedagogia) — Universidade de Brasília, Brasília, 2022. Disponível em: <https://bdm.unb.br/handle/10483/30650>. Acesso em: 27 mai. 2022.

FERREIRA, Talita Dantas. Transtornos alimentares: principais sintomas e características psíquicas. *Revista UNINGÁ*, v. 55, n. 2, p. 169-176, 2018. <<https://doi.org/10.46311/2318-0579.55.eUJ176>>

FONTENELE, Rafael Mondego et al. Impacto dos transtornos alimentares na adolescência: uma revisão integrativa sobre a anorexia nervosa. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, v. 87, p. 25, 2019. <<https://doi.org/10.31011/read-2019-v.87-n.25-art.201>>

GABRIEL, Evelyn Martins; SILVA, Ana Carina Fazzio Soares da. Transtornos alimentares em adolescentes. *Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa*, v. 37, p. 73, 2021. Disponível em:

<<http://periodicos.unifil.br/index.php/Revistateste/article/view/2459>>. Acesso em: 25 mai. 2022.

GOMES, Mariana Magalhães Bandeira et al. Medidas preventivas e inclusivas nos transtornos alimentares e atuação das políticas públicas na manutenção do direito alimentar e nutricional. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 6, p.18669-18676, 2020. <<https://doi.org/10.34119/bjhrv3n6-256>>

JORGE, Joana Patrícia Guerreiro. A assessoria de imprensa e o mundo das marcas: o papel de uma agência de comunicação no suporte, crescimento e reputação de uma marca. *Dissertação (Mestrado em Ciências da Comunicação) - Universidade Católica Portuguesa, Portugal*, 2018. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.14/27049>. Acesso em: 24 nov. 2022.

MAGALHÃES, Cláudio Márcio. Luz, Câmera, Reação: produto audiovisual sem segredos como produtos técnicos. In: VASCONCELOS, Fernanda Carla Wasner (org.). *Produtos Técnicos como Instrumento de Divulgação Científica*. 1. Ed. Curitiba: Appris, 2020, p. 227-235.

MATOS, Telma Sara; LIMA, Raissa da Silva. Características de personalidade e transtornos alimentares: uma revisão de literatura. *Conhecimento & Diversidade*, v. 12, n. 27, p. 93 – 108, 2020. <<http://dx.doi.org/10.18316/rcd.v12i27.7341>>

MURARI, Karina Stangherlin; DORNELES, Patrícia Paludette. Uma revisão acerca do padrão de autoimagem em adolescentes. *Revista Perspectiva: Ciência e Saúde*, v. 3, p. 155-168, 2018. Disponível em: <<http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/209>>. Acesso em: 27 mai. 2022.

OLIVEIRA, Michelle Rodrigues de; MACHADO, Jacqueline Simone de Almeida. O insustentável peso da autoimagem: (re)apresentações na sociedade do espetáculo. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, p. 2663-2672, 2021. <<https://doi.org/10.1590/1413-81232021267.08782021>>

OLIVEIRA, Genori da Silva. Geração alpha entre a realidade e o virtual: sujeitos digitais. 2019. 43 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Psicologia) - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUÍ, Ijuí, 2019. Disponível em: <<https://bibliodigital.unijui.edu.br:8443/xmlui/handle/123456789/5811?show=full>>. Acesso em: 25 mai. 2022.

PEREIRA, Ananda Nunes; Influência dos meios de comunicação no comportamento alimentar de crianças e

adolescentes: uma revisão. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 4, p. 16750-16755, 2021. <<https://doi.org/10.34119/bjhrv4n4-188>>

REIS, Fabrícia de Araújo; PAIXÃO, Mírian Patrícia Castro Pereira. Hábitos alimentares, qualidade de vida e estado nutricional de crianças e adolescentes Praticantes De Balé. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 14, n. 84, p. 84-102, 2020. Disponível em: <<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/1603>>. Acesso em: 25 mai. 2022.

SALGADO, Roberta Carollo; SILVA, Kátia Regina Xavier Pereira da. Imagem corporal em adolescentes: reflexões para a educação física escolar. *C&D-Revista Eletrônica da FAINOR*, v. 11, n. 3, p. 585-607, set./dez. 2018. <<http://dx.doi.org/10.11602/1984-4271.2018.11.3.6>>

SALOMÃO, Joab Oliveira et al. Índícios de transtornos alimentares em adolescentes. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 2, p. 5665-5678, 2021. <<https://doi.org/10.34119/bjhrv4n2-133>>

SANTOS, Sthefany Caroline de Souza; MACIEL, Júlia Franco; FAGUNDES, Andhressa Araújo; BARBOSA, Kiriaque Barra Ferreira. Comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes de um colégio público. *Mundo da Saúde*, v. 44, p. 229-237, 2020. <[10.15343/0104-7809.202044229238](https://doi.org/10.15343/0104-7809.202044229238)>

SILVA, Giulia Gomez da; DANIEL, Natália Vilela Silva. Relação do uso de redes sociais com risco de transtorno alimentar e insatisfação corporal em adolescentes escolares. *Adolescência & Saúde*, v. 17, n. 3, p. 62-70, 2020. Disponível em: <<https://cdn.publisher.gn1.link/adolescenciaesaude.com/pdf/v17n3a08.pdf>>. Acesso em: 23 mai. 2022.

SILVA, Julyana Gall da; FERREIRA, Márcia de Assunção. Alimentação e saúde na perspectiva de adolescentes: contribuições para a promoção da saúde. *Texto & Contexto Enfermagem*, v. 28: e20180072, 2019. <<https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2018-0072>>

SILVA, Mikaelle Ysis da; GONÇALVES, Danielle Elias; MARTINS, Álissan Karine Lima. Tecnologias educacionais como estratégia para educação em saúde de adolescentes: revisão integrativa. *Revista de Saúde Digital e Tecnologias Educacionais*, v. 5, n. 1, p. 66-82, 2020. <<https://doi.org/10.36517/resdite.v5.n1.2020.a5>>

–SOUZA, Ana Paula de Oliveira; MARIANI, Leonardo Ferreira; CURITIMA, Saymon Klinsman Lucas; PEREIRA, Thaíse Cristina de Almeida Venâncio; LIMA, Rodrigo Queiroz de. Transtornos alimentares associados aos distúrbios de imagem. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 6, p.

28340-28351, 2021. <<https://doi.org/10.34119/bjhrv4n6-381>>

TIKTOK. Make Your Day. 2022. Disponível em: <https://www.tiktok.com/pt-BR/>. Acesso em: 20 nov. 2022.

TURATO, Luzia de Fátima. Tik...Tok... Seu despertar como recurso pedagógico na desnaturalização de estereótipos de gênero. 2022. Dissertação (Mestrado em Mídia e Tecnologia) - Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Bauru, 2022. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/236715>. Acesso em: 12 nov. 2022.

VIANA, Diego Mendonça; OLIVEIRA, Marcio Sacramento de; SANTANA, Maria de Fátima Ebole. Audiovisual, saúde e educação: limitações e possibilidades do aprendizado coletivo com adolescentes no interior do estado do Ceará. Revista OLHARES, v. 8, n. 3, 2020. <<https://doi.org/10.34024/olhares.2020.v8.10757>>

ZOMER, Luisa Bunn; SANTOS, Aline Regina; COSTA, Kelly Cristina de Oliveira. O perfil de alunos do curso de administração: um estudo com base nas gerações x, y e z. Revista GUAL, v. 11, n. 2, p. 198-221, 2018. <<https://doi.org/10.5007/1983-4535.2018v11n2p198>>