

EDUCAÇÃO DIGITAL PARA CORPO E ALIMENTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA: INOVAÇÃO, PREVENÇÃO E INCLUSÃO POR MEIO DE IA

Priscilla dos Reis Oliveira¹.

DOI: 10.47094/ICOLUBRAPECI.2026/RS-45

RESUMO

As redes sociais e os padrões estéticos contemporâneos têm influenciado profundamente a percepção da imagem corporal e os comportamentos alimentares entre adolescentes, aumentando vulnerabilidade à insatisfação corporal e ao desenvolvimento de transtornos alimentares. Nesse cenário, tecnologias educacionais combinadas com inteligência artificial (IA) emergem como recursos promissores para promoção da saúde, prevenção e fortalecimento do pensamento crítico. Este estudo, baseado em literatura científica nacional e internacional recente, investiga o potencial de ferramentas interativas, incluindo chatbots com IA, plataformas digitais e módulos gamificados para intervenções educativas dirigidas a jovens, com foco na conscientização sobre autoimagem, influência midiática e atitudes alimentares. Propõe-se a criação de um recurso educativo digital dinâmico, adaptado à faixa etária, que integre quizzes interativos e instrumentos validados (por exemplo, Body Shape Questionnaire e EAT-26) para triagem e sensibilização, além de oferecer feedback personalizado e acolhedor. A proposta privilegia aprendizagem ativa, estímulo ao engajamento e incorporação de evidências clínicas e psicológicas, possibilitando identificação precoce de sinais de risco e encaminhamentos apropriados. Alinha-se aos objetivos da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, especialmente ODS 3 (Saúde e Bem-Estar), ODS 4 (Educação de Qualidade) e ODS 5 (Igualdade de Gênero), ao promover educação inclusiva, prevenção de agravos e capacitação de jovens para tomada de decisões saudáveis. Espera-se que a implementação dessas tecnologias contribua para fortalecer a consciência crítica dos adolescentes, reduzir estigmas relacionados ao corpo e à alimentação e promover comportamentos mais saudáveis. Conclui-se que a integração entre IA e tecnologias educacionais representa uma abordagem inovadora com potencial de impacto positivo na educação em saúde juvenil; contudo, ressalta-se a necessidade de estudos empíricos futuros para avaliar eficácia, aceitabilidade, segurança de dados, privacidade e estratégias para mitigar vieses algorítmicos.

PALAVRAS-CHAVE: Imagem corporal. Inteligência artificial. Tecnologias educacionais. Adolescentes. Transtornos alimentares. Agenda 2030.