



## EDUCAÇÃO ALIMENTAR: fatores influenciadores na seletividade alimentar de crianças

*Luísa Moreira Favretto<sup>1</sup>*

*Micheli Bordoli Amestoy<sup>2</sup>*

*Luiz Caldeira Brant de Tolentino-Neto<sup>3</sup>*

### RESUMO

O comportamento alimentar é, sabidamente, um potencial influenciador na qualidade de vida das crianças e principalmente em sua saúde. A família, a escola, fatores sociais e ambientais influenciam no padrão alimentar das crianças, fundamental para o desenvolvimento e crescimento dos infantes. O objetivo desta pesquisa foi analisar e discutir estes fatores que influenciam na seletividade alimentar de crianças. Este trabalho se constitui como uma abordagem qualitativa, pesquisa exploratória, com procedimento bibliográfico e documental. Percebe-se que os comportamentos alimentares infantis são resultado de uma rede complexa de múltiplos fatores determinantes, entre eles, ambientais, pessoais, familiares, genéticos e culturais. A escola coloca-se como espaço influente e transformador, central na reeducação alimentar de crianças e suas famílias. No entanto, essa centralidade não se materializa nos documentos curriculares e planejamentos docentes e é tímida no campo acadêmico, o que repercute em pouca publicização em trabalhos nos eventos da área de Educação e Educação/Ensino de Biologia e Ciências.

**Palavras-chave:** Alimentação saudável. Seletividade. Crianças.

### FOOD EDUCATION: influencing factors in children's food selectivity

### ABSTRACT

Eating behavior is known to have a potential influence on the quality of life of children and especially on their health. The family, school, social and environmental

---

<sup>1</sup> Graduada em Pedagogia – Licenciatura Plena; Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria-RS, Brasil; Grupo de Pesquisa IDEIA–Educação em Ciências. Orcid iD: <https://orcid.org/0000-0002-5574-7465>. E-mail: [luisa.volei@gmail.com](mailto:luisa.volei@gmail.com)

<sup>2</sup> Doutora em Educação em Ciências; Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria- RS, Brasil; Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde/UFSM (PPGECQVS/UFSM); Grupo de Pesquisa IDEIA – Educação em Ciências. Orcid iD: <https://orcid.org/0000-0002-5687-5311>. E-mail: [micheliamestoy@gmail.com](mailto:micheliamestoy@gmail.com)

<sup>3</sup> Doutor em Educação; Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria-RS, Brasil; Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde/UFSM (PPGECQVS/UFSM); Grupo de Pesquisa IDEIA – Educação em Ciências. Orcid iD: <https://orcid.org/0000-0001-6170-1722>. E-mail: [luiz.neto@ufsm.br](mailto:luiz.neto@ufsm.br)



factors influence the children's eating pattern, which is fundamental for the development and growth of children. The objective of this research was to analyze and discuss these factors that influence the food selectivity of children. This work is constituted as a qualitative approach, exploratory research, with bibliographic and documentary procedure. It is noticed that children's eating behaviors are the result of a complex network of multiple determining factors, including environmental, personal, family, genetic and cultural. The school is an influential and transforming space, essential to the nutritional re-education of children and their families. However, this need is not shown curriculum documents and teacher planning and is hidden in the academic field, which results in little publicity in works in events in the area of Education and Education/Teaching of Biology and Science.

**Keywords:** Healthy eating. Selectivity. Children

## **EDUCACIÓN ALIMENTARIA: factores que influyen en la selectividad alimentaria de los niños**

### **RESUMEN**

Se sabe que la conducta alimentaria tiene una influencia potencial en la calidad de vida de los niños y especialmente en su salud. Los factores familiares, escolares, sociales y ambientales influyen en el patrón de alimentación de los niños, que es fundamental para el desarrollo y crecimiento de los niños. El objetivo de esta investigación fue analizar y discutir estos factores que influyen en la selectividad alimentaria de los niños. Este trabajo se constituye como un enfoque cualitativo, investigación exploratoria, con procedimiento bibliográfico y documental. Se advierte que los comportamientos alimentarios de los niños son el resultado de una compleja red de múltiples factores determinantes, incluidos los ambientales, personales, familiares, genéticos y culturales. La escuela es un espacio influyente y transformador, fundamental para la reeducación nutricional de los niños y sus familias. Sin embargo, esta centralidad no se materializa en los documentos curriculares y la planificación docente y es tímida en el ámbito académico, lo que se traduce en poca publicidad en trabajos en eventos del área de Educación y Educación / Enseñanza de la Biología y las Ciencias.

**Palabras clave:** Alimentación saludable. Selectividad. Niños.

### **INTRODUÇÃO**

O estudo aqui descrito vincula-se a uma pesquisa maior que se inicia com um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) de Pedagogia/ Licenciatura plena, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), intitulado: "Educação Nutricional: um estudo sobre a seletividade alimentar em crianças de creches e pré-escolas". O interesse de pesquisa nessa temática justifica-se pela carência de estudos na área da Educação em Ciências e da Pedagogia, reforçando, assim, a necessidade de mais investigações



sobre a educação e seletividade alimentar em crianças pequenas, fator importante para uma saúde de qualidade e pleno desenvolvimento destas, bem como sua qualidade de vida.

A alimentação apresenta-se como essencial para a sobrevivência dos seres humanos, porém, esta surge para muito mais além, contemplando valores e significados que cada ser cria a partir de seu convívio social (AMARAL et al., 1996). É nos primeiros anos de vida que se constitui como fundamental para o desenvolvimento e crescimento da criança, formando hábitos e costumes que irão se perpetuar por todas as etapas da vida. Assim, torna-se importante que esta primeira fase seja construída de forma a garantir todos os aspectos nutricionais à criança, para que sua saúde seja garantida.

Os hábitos alimentares são formados por uma profunda rede de fatores genéticos e ambientais. Há propensões genéticas para que se goste ou não de algum alimento e sensibilidade em alguns gostos e sabores herdados dos pais. Assim, esta influência genética, se constrói ao longo da vida, conforme as experiências vividas (VITOLLO, 2015).

Hoje, as práticas de saúde e prevenção para crianças têm por suporte a família em que está inserida, formando o primeiro local de aprendizagens e influenciando nos seus aspectos físicos e psicossociais. São os pais que influenciam nas primeiras escolhas alimentares de seus filhos, sendo assim, são eles que determinam uma alimentação saudável ou não. Além deste, existem vários fatores externos que contribuem nestas escolhas, como a mídia, contexto externo e interferências genéticas (LEIRAS, 2015).

Investigar a respeito de hábitos alimentares em crianças torna-se importante a partir do pressuposto de que se pode evitar futuras doenças graves como, o excesso de peso e a obesidade, levando à conseqüente qualidade de vida, mas ao mesmo tempo surge como um grande desafio. Os costumes alimentares estão ligados diretamente na fase adulta. Nesse sentido, os estilos criados e perpetuados na infância irão refletir posteriormente no adulto, criando-se assim uma atmosfera de possíveis



problemas e doenças quando não se estabelecem hábitos equivalentes a uma boa qualidade de vida.

No ambiente familiar, a partir do processo de socialização e desenvolvimento, manifestam-se atitudes e comportamentos alimentares. Os hábitos alimentares têm sido analisados minuciosamente, constatando-se assim que a participação dos pais influi na seletividade de seus filhos, pois é no seio familiar que a criança tem um modelo a seguir, aprende seus desejos e constrói suas preferências, sendo que estas são desenvolvidas até o final da idade pré-escolar. Também são algumas influências no comportamento alimentar, as interferências sociais, os meios de publicidade e a baixa escolaridade (PINTO, 2017). Ainda, como apresenta Leiras (2015), os primeiros seis anos de idade são os mais importantes para desenvolver bons hábitos alimentares para a vida, e estes no segundo e terceiro anos de vida tendem a manter-se nos anos seguintes.

Conforme o exposto, os hábitos alimentares vão sendo adquiridos no meio familiar. Para que a criança possa adquirir escolhas de uma alimentação equilibrada, os pais, bem como todos os adultos com quem a criança está envolvida durante seu crescimento, devem servir de exemplos.

Segundo Andrade (2014), o grande campo de investigação acerca dos determinantes das escolhas alimentares das crianças, nos mostra que este é originado por diversos fatores, entre eles os genéticos, fisiológicos, psicológicos, sociais e ambientais. O tempo que a criança passa assistindo televisão, as preferências por alimentos, à responsabilidade dos pais e o controle, são identificados como consequências formadoras dos hábitos alimentares infantis.

Em 2019, o Ministério da Saúde (MS) publicou o Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de dois anos, sendo este, um documento bastante inovador e minucioso, tratando-se de alimentação infantil. O Guia foi elaborado a partir de evidências científicas atuais e estudos nacionais acerca da alimentação das crianças, práticas, percepções, tabus alimentares e problemas nutricionais mais frequentes (BRASIL, 2019b).



As recomendações alimentares que constam no Guia citado oportunizam mudanças significativas nas práticas alimentares e na qualidade da saúde das crianças. Contudo, essas práticas são limitadas por interferências socioeconômicas e culturais. Deste modo, mesmo que a alimentação possa ser vista como uma prática de necessidade básica para apenas garantir a sobrevivência, não se limita a isso, na medida em que as práticas alimentares apresentam-se tanto na disponibilidade dos alimentos, quanto na escolha destes, conforme as bases culturais e educacionais estabelecidas em cada grupo social. Atualmente, as recomendações para práticas alimentares na infância prezam por garantir a qualidade dos alimentos oferecidos, promover práticas alimentares saudáveis, prevenir distúrbios nutricionais e instigar ações para um eficiente acesso aos alimentos (SILVA, 2010).

O comportamento alimentar de crianças principalmente em fase pré-escolar e nos anos iniciais é primeiramente determinado pela família, da qual ela é dependente. Em segundo lugar, existem as interferências de interações psicossociais e culturais da criança. O hábito alimentar desta é determinado pelas suas preferências alimentares. O grande impasse é convencer a criança a conhecer alimentos variados, de forma que possa aumentar suas preferências e construir hábitos mais adequados à saúde, devido ao medo das crianças de experimentar sabores e alimentos novos, fator este chamado de neofobia alimentar. Em questões psicossociais, os padrões alimentares precisam da participação efetiva dos pais como educadores nutricionais através das relações familiares que interferem no comportamento alimentar das crianças (RAMOS; STEIN, 2000).

Como afirmam Rossi, Moreira e Rauen (2008), as práticas alimentares, a disponibilidade de alimentos em casa e o preparo das refeições, são aspectos que influenciam no consumo alimentar das crianças. O ambiente familiar constitui-se de vários fatores interferentes nas escolhas alimentares das crianças, sendo estes, o ponto de vista psicológico, socioeconômico e cultural. Assim as atitudes dos pequenos são consequências do vivenciado neste ambiente, e, quando o mesmo é prejudicial, pode acarretar no



desenvolvimento de atitudes pouco saudáveis, perpetuadas ao longo da vida.

O desenvolvimento humano acontece por meio das diversas interações que a criança estabelece, desde seu nascimento, com o meio físico e social que está imersa. Estão presentes neste, os adultos, objetos e espaços com os quais ela convive, influenciando diretamente em seu processo de desenvolvimento e construção de conhecimentos, de forma que ao mesmo tempo a criança é modificada pelo meio, também o modifica. Deste modo, pensando na alimentação, o trabalho das instituições escolares também é o de favorecer situações que promovam a autonomia da criança, na consequente apropriação de seus hábitos alimentares (AMARAL et al., 1996).

O mundo de cada criança inicia no seu nascimento. Em seguida, ela é inserida em uma família, que, habitualmente, a acolhe e lhe oferece cuidados essenciais à vida. Durante esse percurso os pais procuram, naturalmente, repassar os seus aprendizados culturais a seus filhos, de forma que isso se perpetue de geração em geração, mantendo os costumes familiares sempre vivos. Neste caminho que é percorrido, se encontra uma parte fundamental que deve ser especialmente observada: a alimentação. Cada família possui hábitos alimentares específicos, que constituem na origem dos alimentos, quantidade, qualidade, frequência, forma de realização das refeições, onde cada um é diferente do outro, baseados nas experiências de vida, vividas anteriormente. Assim, muitas vezes ingenuamente, os pais oferecem aos filhos o que acreditam e aprenderam ser o melhor para seu corpo e sua saúde, ou frequentemente, também, o que sua condição social permite.

Sabe-se que a família é o primeiro lugar de aprendizagens e descobertas das crianças, o que influencia diretamente em seu processo de conhecimento de mundo e formação de hábitos alimentares. A saúde e a alimentação estão na base do contexto familiar, assim, os pais e a sociedade moldam as experiências alimentares das crianças, principalmente desde o seu nascimento até os primeiros anos, em que é possível perceber



que “Os hábitos alimentares no 2º e 3º anos de vida tendem a manter-se nos anos seguintes” (LEIRAS, 2015, p. 14). A influência da família é inquestionável, através do seu comportamento, pois é ela que define uma alimentação mais ou menos saudável. As práticas alimentares dos pais podem surgir como modelos adequados para as preferências alimentares ou promotoras de hábitos desequilibrados.

Andrade, Ramos e Barros (2010) ressaltam que o conhecimento nutricional dos pais relaciona-se com os hábitos alimentares das crianças e muitas vezes não há uma concordância, necessitando uma intervenção diferenciada. Nesta fase, a escola entra como auxiliar, tratando-se de uma instituição em que as crianças passam grande parte do tempo de seu dia, e o local que muitas fazem a maioria de suas refeições.

Além disso, é neste espaço que aprendem sobre sua alimentação, de forma que possam construir conhecimentos e aprendizagens acerca de como os nutrientes são essenciais e agem no seu corpo, quais alimentos são importantes para uma dieta equilibrada e saudável ao organismo e por que é fundamental que se preze por uma alimentação mais natural possível.

Ainda, pautando-se por uma educação que considere a cidadania como princípio norteador de aprendizagens, faz-se necessária a inserção das questões sociais no ensino, de modo que possam refletir, em busca da elevação de seus conhecimentos e pleno desenvolvimento. Desta forma, surgem na década de 1990 os Temas Transversais, como parte integrante dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), compondo seis áreas, que visam, “uma prática educacional voltada para a compreensão da realidade social e dos direitos e responsabilidades em relação à vida pessoal, coletiva e ambiental” (BRASIL, 1997, p. 15).

Em busca de ampliar e aperfeiçoar estes, são incorporados os Temas Contemporâneos Transversais (TCTs), agora na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que se constituem em seis macroáreas temáticas, divididas em quinze Temas Contemporâneos, “que interferem na vida humana em escala local, regional e global” (BRASIL, 2019a, p. 12). Os Temas Contemporâneos Transversais:



Têm a condição de explicitar a ligação entre os diferentes componentes curriculares de forma integrada, bem como de fazer sua conexão com situações vivenciadas pelos estudantes em suas realidades, contribuindo para trazer contexto e contemporaneidade aos objetos do conhecimento descritos na BNCC. Também visam cumprir a legislação que versa sobre a Educação Básica, garantindo aos estudantes os direitos de aprendizagem, pelo acesso a conhecimentos que possibilitem a formação para o trabalho, para a cidadania e para a democracia e que sejam respeitadas as características regionais e locais, da cultura, da economia e da população que frequentam a escola (BRASIL, 2019, p. 5).

Assim, entre os Temas Contemporâneos Transversais, a Educação Alimentar e Nutricional aparece como um, dentro da macroárea Saúde. Nota-se então, que se instaura como um assunto de importante relevância para a educação das crianças, em uma visão de que seja do interesse dos estudantes e parte essencial de seu desenvolvimento integral.

## **PERCURSO METODOLÓGICO**

A fim de atingirmos nosso objetivo, que é analisar e discutir quais são os fatores que influenciam na seletividade alimentar de crianças, optamos por realizar uma pesquisa qualitativa. Segundo André (2013, p. 97), as abordagens qualitativas de pesquisas “se fundamentam numa perspectiva que concebe o conhecimento como um processo socialmente construído pelos sujeitos nas suas interações cotidianas, enquanto atuam na realidade, transformando-a e sendo por ela transformados”.

No que se refere aos procedimentos, trata-se de uma pesquisa bibliográfica e documental. A pesquisa bibliográfica é feita a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas, e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos, páginas de web sites (FONSECA, 2002). Já a pesquisa documental recorre a fontes mais diversificadas e dispersas, sem tratamento analítico, tais como: “tabelas estatísticas, jornais, revistas, relatórios, documentos oficiais [...]” (FONSECA, 2002, p. 32).

O começo do estudo foi realizado com a formação teórica sobre o tema, iniciando-se assim uma pesquisa bibliográfica e documental em





artigos, dissertações, teses e documentos oficiais a respeito da legislação sobre educação e alimentação, em um período de vinte e dois anos, nos idiomas português e inglês, com propósito de investigar na literatura como se dá a seletividade e educação alimentar em crianças, tanto na escola quanto nos contextos familiar e social. Foram utilizados como plataformas de consulta o Google Acadêmico, o Catálogo de Teses e Dissertações da Capes, o Portal do Ministério da Educação (MEC) e os sites dos principais eventos acadêmicos da área. Para as buscas, foram utilizados os seguintes descritores: *Educação alimentar*; *Educação nutricional*, e *Alimentação Saudável*.

A pesquisa bibliográfica realizada nos eventos acadêmicos da área de Biologia e Ciências e Educação, mostra que a temática foi pouco recorrente, resultando em pouca publicização de trabalhos que abordam educação nutricional/alimentar e alimentação saudável. Dos eventos analisados, no período de 2011 a 2019, o Encontro Nacional de Ensino de Biologia (ENE BIO) foi o que apresentou mais trabalhos (18) e o Encontro Nacional de Pesquisa em Educação em Ciências (ENPEC) (12). Já nas últimas 5 reuniões da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Educação (ANPED), não foram encontrados trabalhos relacionados ao tema. A busca foi realizada no Grupo de Trabalho (GT 07) - Educação de crianças de 0 a 6 anos.

Amplificar essas pesquisas e discussões torna-se cada vez mais necessário em um cenário educacional em que, a alimentação e os seus entornos têm se classificado como tema emergente, por algumas razões. Entre elas, destacam-se os níveis de doenças ligadas à alimentação que afetam as crianças, bem como sua qualidade de vida, o que fortifica e corrobora para investigar quais são suas causas e o que, enquanto comunidade escolar e família, ensinamos sobre hábitos alimentares e de que forma isso influencia nas escolhas alimentares das crianças.

### **Fatores influenciadores: entre achados e articulações**



É compreensível que não existe uma única razão para que as crianças optem por alimentarem-se de um determinado jeito, mas sim diversos fatores que, somados um ao outro, formam uma complexa rede de influências. A partir disso, buscou-se fontes bibliográficas que pudessem mostrar e esclarecer cada um destes fatores, para que desse modo fosse possível entender como o universo infantil é criado e construído ao longo de seu processo de ensino-aprendizagem.

### **Líquido amniótico e aleitamento materno: da influência genética as preferências adquiridas**

É notório que a influência genética tem grande parte nas escolhas alimentares das crianças. Mesmo antes do nascimento de um bebê, a sua exposição a determinados alimentos, leva a preferência por estes. Dependendo do que a mãe ingere nos últimos meses de gravidez refletirá, nos gostos e preferências dos bebês. É pelo líquido amniótico que a criança recebe, ainda na barriga, a alimentação, o que conseqüentemente levará a mesma a demonstrar preferência pelos alimentos ingeridos pela mãe (ANDRADE, 2014).

Existem propensões genéticas para que a criança goste ou não de algum alimento e variedades na sensibilidade para determinados gostos e sabores herdados dos pais. Esta influência será moldada ao longo da vida de cada indivíduo, a partir das experiências vivenciadas. As sensibilidades a algum gosto ou sabor influenciam nas primeiras preferências alimentares, contudo, não é o único fator determinante para estas.

Após um estudo realizado na França (SCHAAL; MARLIER; SOUSSIGNAN, 2000), constatou-se que aromas de alimentos consumidos por gestantes podem ser passados ao líquido amniótico. Desse modo, por exemplo, se a mãe consome alho, seu líquido amniótico terá aroma de alho. Em um experimento, a gestante bebeu líquido flavorizado de anis nas últimas semanas de gestação, e, após o nascimento de seu bebê, ao apresentá-lo aroma de anis, demonstrou reações faciais positivas.



Ainda, em outra experiência, a luz dos estudos de Mennella, Jagnow e Beauchamp (2001), observou-se que os filhos de mulheres grávidas que consumiram suco de cenoura nas semanas finais de gestação, demonstraram, no período de alimentação complementar, mais interesse por cereais flavorizados de cenoura, do que os não flavorizados.

As preferências adquiridas na infância mantêm-se na vida adulta e isto é um reflexo dos progenitores. Assim ocorre com o paladar, na escolha dos alimentos. Quando, por parte dos pais, entende-se que os bons hábitos alimentares podem garantir saúde e prevenir doenças, interferindo na boa qualidade de vida, percebe-se a importância da participação ativa na construção alimentar dos seus filhos (DIAS, 2013).

O leite materno aparece como único e incomparável alimento para as crianças, pois se tratando de sua natureza, é completo e ideal às necessidades destas, desde o seu nascimento, alongando-se aos primeiros anos de vida. Ainda não há algum leite produzido sinteticamente que substitua igualmente o das mulheres. Este, produzido naturalmente pelos seus corpos, contém os anticorpos necessários para proteger seus filhos de diversas doenças, durante o período de amamentação. Os dois primeiros anos de vida de uma criança são os mais importantes para o seu desenvolvimento e crescimento, dessa forma, a amamentação surge como ponto principal na prevenção de doenças futuras (BRASIL, 2019b).

O Guia alimentar para crianças brasileiras menores de dois anos foi elaborado com o intuito de auxiliar as famílias no efetivo desenvolvimento de seus filhos através de uma adequada alimentação desde o seu nascimento, desta maneira nos mostra que:

Se fosse possível dizer em uma frase por que o leite materno e a amamentação são tão importantes, a frase seria “amamentar é muito mais que alimentar uma criança”. O leite materno é o primeiro contato das crianças pequenas com uma comida de verdade e o período da amamentação é especial, cercado de afeto e cuidado (BRASIL, 2019b, p. 21).

É possível identificar, conforme Andrade (2014), que os alimentos ingeridos pela mãe refletem nos sabores constituintes em seu leite materno,



consequentemente consumido pela criança, portanto, este fato, conduz a criança a demonstrar futuramente maior interesse por alimentos consumidos pela mãe. A amamentação possibilita que a criança seja exposta a diversos sabores, assim estimula-se que não desenvolva reações neofóbicas (medo de alimentos novos) de uma forma muito intensa.

Ao encerrar o período da amamentação, torna-se necessário observar algumas atitudes para estabelecer a boa aceitação das crianças pelos novos alimentos. Conforme Dias (2013), o desenvolvimento das escolhas alimentares se dá na primeira infância, a partir da introdução alimentar. Certamente, assim, é necessário dar a devida importância para todos os sentidos, não é apenas pelo paladar que a criança tem suas preferências, mas também com a visão, olfato e tato. Por meio da combinação desses fatores a aceitação se torna mais fácil.

### **Mídia, publicidade e as escolhas alimentares**

Atualmente, a nova geração já nasce conectada ao mundo dos eletrônicos e uma das características relacionadas a estes é o incontável número de propagandas existentes, que invadem principalmente as casas e a mente das crianças todos os dias, além de todos os locais que circulam e fazem parte de seu cotidiano como, ônibus, *outdoors*, mercados, rádios, revistas, celulares, redes sociais, televisão, jogos e rótulos de embalagens.

Em família, frequentemente, o mais comum é nas horas de lazer ou tempo livre, o visionamento de televisão, meio este que é repleto de publicidade, expondo assim crianças e pais a esta, que estimula todos ao consumo. Muitas vezes, as crianças são deixadas em frente à televisão, celulares ou computadores como forma de entretenimento. Nos programas infantis é muito comum perceber a presença de influências para o consumo, bem como na hora do intervalo, as propagandas levam a persuasão desse ato. Ao contrário dos adultos, as crianças pequenas não possuem a capacidade de distinguir programas de diversão de propagandas. Assim, muitas das imagens de publicidade, contêm elementos que convencem a criança a querer tal produto, por mais que não consiga ler, são utilizados



desenhos, imagens de personagens, ambientes coloridos, sons chamativos e *slogans*, tudo a fim de ganhar o público infantil (BRASIL, 2019b).

Andrade (2014) ainda corrobora quando traz que, as crianças na fase pré-escolar são incapazes de identificar estratégias persuasivas utilizadas pela mídia, ou até mesmo analisar criticamente estas, sabendo que a capacidade desta compreensão e a intenção de manipulação, surgem por cerca dos oito anos de idade.

Complementando, outro estudo, realizado nos Estados Unidos, demonstrou que crianças com visionamento de televisão semanal, totalizado em vinte e uma a vinte e duas horas, três destas eram referentes a propagandas de alimentos e em noventa e um por cento destas apresentavam alimentos ultracalóricos, ricos em açúcar, sal e gordura (ROSSI; MOREIRA; RAUEN, 2008). As consequências da publicidade no comportamento alimentar, não refletem apenas no aumento do consumo do produto, mas também na maior ingestão de alimentos dessa classe. Ainda, segundo Andrade (2014), pesquisas realizadas em laboratórios apontam que assistir propagandas, além de estimular o consumo dos alimentos publicitados, induz a criança a aumentar a quantidade total da ingestão de alimentos.

Em uma pesquisa realizada com crianças que possuem idades entre três e cinco anos, percebeu-se que estas optaram pelos alimentos batatas fritas, hambúrgueres, *nuggets* de frango e mini cenouras quando estes foram mostrados em embalagens de *fast food*, em contraste com a apresentação dos mesmos alimentos em embalagens comuns. Nota-se como a publicidade é algo grave sobre o que se pensar, quando se têm conhecimento de que a frequência de anúncios aumenta em horários que as crianças assistem mais televisão. E complementar a isso, as propagandas direcionadas às crianças, são majoritariamente sobre alimentos que não se encaixam em uma prática de alimentação saudável (ANDRADE, 2014).

Os dados apresentados mostram claramente que a exposição das crianças frente à televisão, que contém grandes períodos de publicidade, é um fator imensamente determinante nas escolhas e preferências



alimentares. Rossi, Moreira e Rauén (2008) concluíram que independente de determinantes culturais, étnicos, sexo, nível escolar e social, a televisão tem forte relação com a formação de hábitos considerados ruins acerca dos alimentos, nutrição e preferências alimentares.

Um primeiro e importante passo para mudar essa realidade é buscar interferências governamentais que regulamentem a publicidade alimentar para crianças, e também propagandas que abordem alimentos saudáveis. Além disso, controlar o tempo que as crianças passam assistindo televisão e canais na internet são medidas que irão melhorar o comportamento alimentar ou moldá-lo para um caminho mais saudável e nutritivo, a fim de contribuir para a melhor evolução física e psíquica destas crianças.

### **Transmissão cultural alimentar: a influência familiar e psicossocial**

A família de cada criança constitui-se com o papel de socialização primária e responsável pela primeira alimentação, assumindo assim a principal influência no comportamento alimentar da criança, interferindo em suas escolhas, pois transmitem conhecimentos formadores de hábitos. Leiras (2015) afirma, são nos primeiros anos de vida que grande parte dos hábitos alimentares são formados, em vista disso, a educação e seletividade alimentar não iniciam na escola, mas sim no meio familiar.

Os pais simbolizam grande influência sobre os filhos e sua saúde. Da mesma forma, suas crenças e conhecimentos estão interligados com a educação das crianças e seu desenvolvimento, assim necessariamente na educação alimentar. A família se apresenta como principal regulador do comportamento e escolhas das crianças e por isso é importante que obtenham os conhecimentos e informações necessárias para proporcionar uma boa alimentação para seus filhos (PINTO, 2017).

Segundo o 'Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de dois anos' (BRASIL, 2019b), confirma-se que são nos dois primeiros anos de vida que a criança inicia a formação de seus hábitos alimentares, portanto é um período muito delicado e que merece atenção na escolha dos alimentos. Logo, fica a cargo dos pais decidirem por adquirir alimentos saudáveis e



ofertá-los para a escolha das crianças entre estes. Ainda, é interessante que a criança maior possa ser incluída na aquisição destes alimentos e no preparo destes para as refeições, com isso, ela se envolverá no processo, ocorrendo o desenvolvimento do interesse por alimentos diversificados, e também contribuirá na redução da neofobia.

Tem-se consciência de que as crianças bem pequenas ainda não possuem capacidade para escolher alimentos saudáveis e com aspectos nutricionais adequados para a sua ingestão, no entanto, estes, são aprendidos através da convivência com os pais, nas conversas, experiências, vivências, observações e ensinamentos. Dado este fato, não se exclui o papel da instituição escolar como meio formal de complemento das aprendizagens adquiridas na família (PINTO, 2017).

Após o período dos seis primeiros meses de amamentação, surge o momento da introdução de outros alimentos, modificando assim a rotina alimentar da criança em que ela precisa aprender sobre novos sabores. Esta fase é marcada por intensas mudanças, causando grande estresse e ansiedade aos pais. É neste momento que a criança inicia seu processo de aprendizagens sobre o que é comer, quando deve comer, o que pode ou não ingerir e quais sabores pertencem à sua cultura. A criança só vai aprender a se familiarizar com algum alimento através da ingestão repetida, muitas vezes realizando associações com ambientes afetivos e a sensação de satisfação fisiológica decorrentes da refeição. Além disso, se após a ingestão a consequência for positiva, é um fator de aceitação pela criança, logo, se a consequência é negativa, causa-se uma aversão ao alimento (RAMOS; STEIN, 2000).

Ligado ao comportamento alimentar, surge o estilo alimentar, este relacionado à genética e aprendizados obtidos no ambiente familiar. Com isso, os modelos culturais e fatores sociais tornam-se decisivos na aquisição das escolhas alimentares, sendo assim desenvolvidos através das experiências com os alimentos, a presença de modelos a serem observados, a disponibilidade dos alimentos, o significado das refeições e as tradições culturais (DIAS, 2013).



De acordo com Leiras (2015), os pais são modelos. Conseqüentemente influenciam o comportamento alimentar de seus filhos através de seus próprios costumes, servindo assim de imitação. Ademais, o comportamento alimentar que cada indivíduo desenvolve e as condutas de ingestão, são em sua maioria aprendidos. Com isso, as características de ingestão definem o estilo alimentar de cada um, o que interfere em diferentes níveis quanto a capacidade de autorregulação e controle sobre a ingestão, tamanho, duração, quantidade e frequência de cada refeição.

A família constitui importante espaço educativo, um ambiente de convívio que favorece trocas. Se a alimentação excessiva, juntamente com um estilo de vida sedentário estão presentes, influenciarão todos que estão envolvidos. Segundo Rossi, Moreira e Rauen (2008), pais que comem em excesso, com rapidez e ignoram os sinais de saciedade do corpo, mostram um exemplo ruim a seus filhos. Em contraste, a família é capaz de oferecer opções alimentares nutritivas e saudáveis aos seus filhos, pela simples escolha correta destes alimentos. Pais que procuram alimentos com base nas orientações de qualidade e não somente sabor, proporcionam para suas crianças refeições mais balanceadas.

Evidenciando o exposto relatado anteriormente, Rossi, Moreira e Rauen (2008), apresentam uma pesquisa realizada com 225 crianças e 88 pais, a qual relata que, se há disponibilidade e acessibilidade em casa, o consumo de frutas e sucos naturais e vegetais é positivo. No mesmo sentido, se não houver a disponibilidade de alimentos com alto valor energético, como guloseimas, por exemplo, o seu consumo não ocorrerá. Na maioria das vezes, as crianças preferem os alimentos a que são expostas com maior frequência e que são de fácil acesso em suas residências. Também há mais propensão de que as crianças optem por alimentos que lhe são familiares e são expostas rotineiramente, contrário dos alimentos novos e desconhecidos.

Reiterando, sabe-se que os pais influenciam diretamente no estilo alimentar dos seus filhos, servindo de modelos através das suas atitudes e práticas face à alimentação dos filhos, portanto, atitudes e práticas





parentais na alimentação da criança e no controle da ingestão, têm sido comparadas ao estilo educacional da família, assim como nos traz Pinto (2017, p. 49):

O consumo de alimentos em meio familiar é fundamental para obter comportamentos alimentares saudáveis, assim como regras sobre a duração e frequência das refeições. Estudos demonstram que a criança, ao realizar refeições com outros membros do agregado familiar, apresenta hábitos alimentares mais ou menos saudáveis de acordo com as atitudes e comportamento alimentares da família.

Em uma investigação realizada com adolescentes americanos, Rossi, Moreira e Rauen (2008) analisam a influência parental. Esta foi associada ao desenvolvimento e práticas alimentares contínuas entre seus filhos. Estes jovens afirmaram que seus hábitos de não deixar alimento no prato, fazer ameaças ou utilizar o alimento como recompensa e realizar as refeições em horários estabelecidos, são reflexos do que vivenciaram com suas famílias durante a infância. Além disso, também relataram lembrar das recomendações feitas por seus pais a respeito de aspectos nutricionais de determinados alimentos. Como resultado, é notável como os pais influenciam, através de seus ensinamentos e concepções acerca da alimentação, a longo prazo para seus filhos.

O que nos diz Pinto (2017) é que entre um e um ano e meio de idade é necessário que se inicie a introdução alimentar da criança junto com a família, e, para que isso ocorra da forma correta, é importante que haja a diversificação alimentar. Neste estágio a criança começa a participar das refeições no grupo familiar, de modo que passa a comer na mesa com os demais, come o que todos comem e no mesmo horário. Esta nova experiência pode servir como oportunidade para que os pais revejam seus hábitos, com o intuito de aperfeiçoá-los. Como sugestão, é importante que se faça refeições de modo saudável, alimentos diversos sejam incluídos, a fim de garantir todos os nutrientes essenciais ao correto desenvolvimento da criança e se estabeleça uma proporção entre os diferentes grupos de alimentos.



O processo de aprendizagem e desenvolvimento de uma criança engloba múltiplos fatores que acontecem de forma constante, progressiva e dinâmica, nas diferentes fases da vida. Muito além da herança genética, essa trama complexa se desenrolará de forma saudável ou não, dependendo das influências do ambiente familiar em que a criança está inserida, das condições disponíveis e de sua adaptação em cada fase da sua vida (PINTO, 2017).

Apesar de toda a carga de informações, entende-se que fazer escolhas alimentares não é um processo tão simples. Este, dispõe de consequências a curto e longo prazo, possui várias possibilidades, é dinâmico e está presente em todas as relações sociais. Os hábitos são formados por heranças culturais de socialização, mas também barrados pelos sistemas físicos e sociais. As junções familiares envolvendo alimentos, representam não só as interações, mas carregam enormes significados.

Assim, reconhece-se que os pais têm papel essencial no crescimento e desenvolvimento de seus filhos, tanto no ponto de vista fisiológico, como psicológico. Com isso, Pinto (2017, p. 107) enfatiza que:

A família precisa adquirir ferramentas para a prevenção da obesidade infantil, ou seja, será importante capacitar os pais, fornecendo-lhes as estratégias necessárias para a tomada de decisão e solução de problemas específicos, nomeadamente nas escolhas dos alimentos e de melhores práticas e atitudes na alimentação. Promover a literacia em saúde melhora a autonomia, e melhorar a parceria com os pais neste domínio permitirá esclarecer dúvidas e dificuldades do dia-a-dia.

Por isso, destaca-se a necessidade da criação de programas de intervenção que auxiliem as famílias de forma estratégica e eficaz, realizando ações de conscientização que busquem a mudança nos comportamentos alimentares, bem como instruções para que se alcance uma alimentação saudável e de qualidade, corroborando assim para o pleno desenvolvimento das crianças ao longo da vida. Porém, para que se encontre resultados, é preciso o engajamento de toda comunidade e



entidades públicas, de modo que possam pensar e executar ações de importância a promoção à saúde.

Em virtude disso, os pais que procuram explicar para seus filhos a respeito de nutrição e uma alimentação equilibrada, auxiliam a educar crianças que possuem maior conhecimento referente a alimentação e o que ingerem, parte tão importante e fundamental para que possam crescer como seres completos.

Conforme todo o estudo enfatiza-se que o papel dos pais é único, especial e insubstituível. Frente a isso, precisam sempre tornar o ambiente alimentar da criança um espaço agradável, atentar para suas necessidades e desejos, oportunizando-as às mais diversas experiências no campo alimentar e principalmente respeitar o seu espaço e tempo.

Entre os múltiplos aspectos presentes na aquisição das preferências alimentares das crianças, surgem os psicossociais. Estes são oriundos da transmissão cultural alimentar de cada família. Sendo assim, os fatores psicossociais interferem nas escolhas alimentares das crianças desde o seu nascimento, neste, acontece primeiramente a percepção da sensação de fome, saciedade e sabores (RAMOS; STEIN, 2000).

Juntamente, iniciam-se algumas desordens nesta iniciação às fases alimentares. Quando a criança completa um ano de vida, em geral, inicia-se uma desaceleração fisiológica de crescimento, considerada normal e necessária ao corpo. Assim, é esperado que a criança passe a diminuir seu apetite, e demonstre algum desinteresse pelos alimentos e refeições. É compreensível que os pais se preocupem neste período, o que pode ocasionar pequenos conflitos ou mesmo a busca por alternativas coercitivas para conseguir convencer a criança a ingerir certos alimentos (PINTO, 2017).

Como complementam Ramos e Stein (2000), no primeiro ano de vida, deve-se haver uma correta introdução de alimentos, de modo que sejam variados e saudáveis, concomitantemente a uma adequada socialização alimentar por parte da família, em que é necessário promover um local agradável e tranquilo para que as refeições possam ser feitas. Este padrão influenciará a criança em suas percepções e preferências de consumo.



A partir dos estudos de Dias (2013) é possível entender que o cérebro humano herdou as características dos ancestrais pré-históricos. Estes possuíam a determinação de se sentirem satisfeitos após a ingestão de alimentos ultracalóricos, devido à pouca quantidade de alimentos disponíveis e o tempo entre as refeições ser muito longo. Esta característica não difere de hoje, mesmo se houver a disponibilidade demasiada de comida, o paladar é programado para satisfazer-se com alimentos ricos em açúcar e gordura, o que pode se tornar viciante.

Ao consumir alimentos doces, o sistema nervoso central é estimulado com sensações de bem-estar, fato que acarreta em dependências de certos alimentos, podendo levar a causa de diversas doenças. Com isso, percebe-se a importância de não oferecer alimentos doces para uma criança. Se não os ingerir, não terá base para comparação e não sentirá falta (DIAS, 2013).

Pelo contrário, se o grupo social do qual a criança faz parte, oferece e estimula o consumo destes alimentos doces, gordurosos ou ultraprocessados, a tendência é que as preferências das crianças em idade pré-escolar sejam por estes e rejeitem os vegetais, legumes e frutas (RAMOS; STEIN, 2000). Também se entende que as características físicas de alguns vegetais podem não ser atraentes para algumas crianças, por vezes possuindo sabor amargo ou obter coloração esverdeada. Mesmo assim, é necessário a ingestão destes alimentos, portanto, é essencial que se faça a exposição repetida para a criança. É existente e eficaz a relação entre o número de vezes que o alimento é exposto a criança e sua preferência por este. É necessário apresentar o alimento cerca de dez a quinze vezes para a criança para que ocorra sua aceitação. Devido a isso, muitos pais desistem logo no início, alegando que seus filhos não gostam do alimento, mas o exibem poucas vezes (DIAS, 2013).

Pesquisas afirmam que por mais que em um primeiro momento as crianças recusem fortemente algum alimento, isso pode ser alterado se for realizada a consecutiva mostra e a possibilidade da prova deste. Confirma-se então que a recusa inicial de certos tipos de alimentos pelas crianças,



pode ser entendida como um longo e complexo processo de adaptação (PINTO, 2017).

Outro ponto a ser destacado é que a determinação das preferências alimentares é influenciada pelas sensações após a ingestão dos alimentos. Em suma, quando um alimento é consumido e promove saciedade, devido a sua grande quantidade de calorias, é melhor aceito, mesmo que o alimento consumido contenha um novo sabor para o paladar da criança. O mesmo acontece no grupo de vegetais e frutas, em que as crianças optam pelos que possuem mais calorias (ANDRADE, 2014).

A escolha dos alimentos a serem consumidos variam em cada meio familiar, conforme sua cultura e classe social, resultando assim em diferentes grupos. E é a partir destas definições que são construídos os motivos psicológicos para a aprovação ou refutação dos alimentos. Ramos e Stein (2000, p. 2), propõem uma importante reflexão quando dizem que:

Atualmente, convivemos com uma cultura alimentar em que encontramos os exageros gastronômicos ou o excesso, ao mesmo tempo que a restrição do alimento, seja por pressão social, modismo pela magreza, ou a indisponibilidade econômica de alguns grupos sociais, o que pode vir a acarretar deficiências nutricionais.

21

Assim, mesmo que as crianças tenham uma predisposição genética para determinar seus hábitos alimentares, percebe-se o crescente avanço da interferência cultural, repassada de geração em geração, apreendida em cada meio que a criança está inserida, desde as primeiras oportunidades de vivência com o mundo dos alimentos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Neste estudo pretendeu-se investigar os fatores que influenciam na educação nutricional e a seletividade alimentar das crianças. Entendeu-se que os comportamentos alimentares infantis são resultado de uma rede complexa de múltiplos fatores determinantes, entre eles, ambientais, pessoais, familiares, genéticos, sociais e culturais.



A partir dos achados confirmaram-se algumas das hipóteses já previstas como, por exemplo, o papel da família como forte agente influenciador nas preferências alimentares das crianças desde seu nascimento, já que constituem o primeiro ambiente socializador que a criança está inserida, bem como também está carregada de costumes e hábitos advindos da cultura que fazem parte.

Muitos dos fatores influenciadores, descobertos na presente pesquisa, surgiram como surpresa e novidade, apresentando-se como inimagináveis em um primeiro momento. Porém, todos despontam como sugestões aceitáveis e muitos comprovados cientificamente através de experimentos. Todos os fatores juntos levam à compreensão de como ocorre a formação do paladar, tornando-se possível realizar assimilações, quando observa-se que todos os fatores estão interligados e constituem uma dinâmica entrelaçada de determinantes.

Outra discussão importante é observar como a instituição escolar e seus professores atuam na promoção do tema referente à educação nutricional e seletividade alimentar. Entende-se que a escola como ambiente formal de educação, torna-se assim, o principal espaço influenciador para as crianças e suas famílias. Apesar disso, se o tema em questão não está presente no currículo ou no planejamento do professor, e aparece simplório nos principais documentos orientadores, faz-se importante analisar de que forma a criança irá aprender esse assunto.

Sabe-se que a legislação prevê programas de incentivos educacionais para a realização de atividades, trabalhos e projetos acerca da alimentação, estes encabeçados pelo profissional de nutrição da prefeitura do município. Estas iniciativas aparecem esporadicamente nas escolas, preenchendo um curto espaço de tempo. Assim, visa-se por projetos sobre a alimentação de forma contínua, que precisam ser incluídos no planejamento dos professores e devem tornar-se valorizados por toda comunidade escolar.

Desse modo, cada adulto (incluindo pais, professores, merendeira, secretária, porteiro, jardineiro etc.) pode envolver-se como um agente



educador, realizando um papel pedagógico. Isso se torna possível quando todo o grupo se mobiliza em prol de ações educativas acerca de um objetivo, este em específico, entender cada criança e educá-las para escolhas alimentares corretas e saudáveis.

Embora todos os fatores citados, determinantes para as preferências alimentares das crianças, representem pontos cruciais, não se pode deixar de mencionar a existência de outros fatores que não se encerram nesta pesquisa e sim, tornam possíveis novos movimentos de diálogo e investigação como, por exemplo, as condições socioeconômicas de cada família, a baixa escolaridade materna e a introdução das mães no mercado de trabalho.

Visto que os fatores determinantes para as escolhas alimentares das crianças são diversos e complexos, faz-se necessário, para um bom funcionamento geral, o empenho e comprometimento de todas as partes: família, escola e sociedade. De forma que a orientação educacional deva ser feita com o ensino das informações nutricionais básicas, mudanças a respeito de crenças errôneas sobre a alimentação e o ensino da real função do alimento no corpo humano. Nesse sentido, a escola, juntamente com a comunidade escolar, reúne condições favoráveis para desenvolver processos de ensino e aprendizagem que possam contar com a inclusão da Educação Alimentar Saudável nos seus Projetos Pedagógicos Escolares (PPE).

## REFERÊNCIAS

AMARAL, M. F. M. et al. Alimentação de Bebês e Crianças Pequenas em Contextos Coletivos: Mediadores, Interações e Programações em Educação Infantil. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**. São Paulo, 1996. Disponível em:

<http://www.revistas.usp.br/jhgd/article/view/38371/41214>. Acesso em: 10 jun. 2020.

ANDRADE, M. G. M. de A. M. **Determinantes sociais e psicológicos do comportamento alimentar infantil**. 297 p. 2014. Tese (Doutoramento em psicologia)- Universidade de Lisboa. Lisboa, Portugal, 2014. Disponível em: [https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/15441/1/ulsd069179\\_td\\_tese.pdf](https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/15441/1/ulsd069179_td_tese.pdf). Acesso em: 01 jun. 2020.



ANDRADE, M. G. M.; RAMOS, R.; BARROS, L. Determinantes e efeitos do conhecimento nutricional dos pais: um estudo com crianças pré-escolares. In: 14º Congresso Português de Obesidade. Porto, 2010. **Anais** [...]. Disponível em:

<http://www.speoobesidade.pt/Files/DocsPublico/Files/Resumos%20para%20o%20site.pdf>. Acesso em 10 abr. 2020.

ANDRÉ, M. E. D. A. **Estudo de caso em pesquisa e avaliação educacional**. Brasília: Liberlivros, 2013.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Temas Contemporâneos Transversais na BNCC**: contexto histórico e pressupostos pedagógicos. Brasília, DF. 2019a. Disponível em: <https://mail.google.com/mail/u/0/#inbox/FMfcgxwHNWJRZHDbFVLNLQhDvgSXvwQZ?projector=1&messagePartId=0.1>. Acesso em: 06 jun. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde Departamento de Promoção da Saúde. **Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de dois anos**. Brasília, DF. 2019b. Disponível em: <http://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2020/01/Guia-Alimentar-para-Crian%C3%A7as-Brasileiras-Menores-de-2-Anos.pdf>. Acesso em: 03 jun. 2020.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Departamento de Política da Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**: apresentação dos temas transversais, ética. Brasília, DF. 1997. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro081.pdf>. Acesso em: 06 jun. 2020.

DIAS, S. **A construção do paladar das crianças**: aproveite o início da vida do seu filho para ensiná-lo a apreciar alimentos saudáveis. A boa educação alimentar começa ainda no útero. São Paulo: [s.n], 2013. p. 1. Disponível em: <https://revistacrescer.globo.com/Colherada-Boa/noticia/2013/10/construcao-do-paladar-das-criancas.html>. Acesso em: 02 abr. 2020.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

LEIRAS, E. M. V. **Comportamento Alimentar da criança**: a influência materna. 2015. 151 p. Dissertação (II Mestrado em Enfermagem de Saúde Comunitária)-Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Viana do Castelo, Portugal, 2015. Disponível em: [http://repositorio.ipv.pt/bitstream/20.500.11960/1287/1/Elsa\\_Leiras.pdf](http://repositorio.ipv.pt/bitstream/20.500.11960/1287/1/Elsa_Leiras.pdf). Acesso em: 02 fev. 2020.





MENNELLA, J. A.; JAGNOW, C. P.; BEAUCHAMP, G. K. Prenatal and Postnatal Flavor Learning by Human Infants. **Pediatrics**. 2001. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1351272/>. Acesso em: 10 jun. 2020.

PINTO, L. P. **Conhecimento dos pais sobre alimentação infantil**: relação com as características sociodemográficas e estado nutricional da criança. 143 p. 2017. Dissertação (IV Curso de Mestrado em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediatria) - Instituto Politécnico de Viseu. Viseu, Portugal, 2017. Disponível em: <https://repositorio.ipv.pt/bitstream/10400.19/4123/1/LuisaPereiraPinto%20DM.pdf>. Acesso em: 02 jun. 2020.

RAMOS, M.; STEIN, L. M. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, 2000. Disponível em: [http://189.28.128.100/nutricao/docs/Enpacs/pesquisaArtigos/desenvolvimento\\_do\\_comportamento\\_alimentar\\_infantil\\_ramos\\_2000.pdf](http://189.28.128.100/nutricao/docs/Enpacs/pesquisaArtigos/desenvolvimento_do_comportamento_alimentar_infantil_ramos_2000.pdf). Acesso em: 04 jun. 2020.

ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M; RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. **Revista de nutrição**, Campinas, nov./dez., 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rn/v21n6/a12v21n6.pdf>. Acesso em: 02 jun. 2020.

SCHAAL, B.; MARLIER, L.; SOUSSIGNAN, R. Human Foetuses Learn Odours from their Pregnant Mother's Diet. **Chemical Senses**. 2000. Disponível em: <https://academic.oup.com/chemse/article/25/6/729/271704>. Acesso em: 11 jun. 2020.

SILVA, G. L. **Consumo alimentar em creches públicas/filantrópicas de São Paulo – SP**. 62 p. 2010. Dissertação (Mestrado em Ciências). Universidade Federal de São Paulo. São Paulo, 2010. Disponível em: <http://repositorio.unifesp.br/bitstream/handle/11600/9255/Publico-057.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 03 jun. 2020.

VITOLLO, R. M. **Nutrição**: da gestação ao envelhecimento. 2. ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015.

Recebido em: 18 de julho de 2021.

Aprovado em: 29 de novembro de 2021.

Publicado em: 20 de dezembro de 2021.

