

**CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO – UNIBRA**  
**NÚCLEO DE NUTRIÇÃO**

PAMELLA LIZANDRA AMORIM GOMES DO PRADO  
ISAÍAS DA SILVA RIBEIRO

**IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO E INTRODUÇÃO  
ALIMENTAR DO BEBÊ**

**RECIFE – PE**  
**DEZEMBRO, 2021**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO – UNIBRA**  
**NÚCLEO DE NUTRIÇÃO**

PAMELLA LIZANDRA AMORIM GOMES DO PRADO

ISAÍAS DA SILVA RIBEIRO

**IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO E INTRODUÇÃO  
ALIMENTAR DO BEBÊ**

Projeto de Pesquisa apresentado como requisito parcial, para conclusão do curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário Brasileiro, sob a orientação do professor Diego Ricardo.

**RECIFE – PE**  
**DEZEMBRO, 2021**

Ficha catalográfica elaborada pela  
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

R484i Ribeiro, Isaias da Silva  
Importância da alimentação e introdução alimentar do bebê / Isaias da  
Silva Ribeiro, Pâmela Lizandra Amorim Gomes do Prado. Recife: O Autor,  
2021.  
26 p.  
  
Orientador(a): Diego Ricardo da Silva Leite.  
  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário  
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Nutrição, 2021.  
  
Inclui Referências.  
  
1. Alimento. 2. Infância. 3. Fatores socioeconômicos. 4.  
Conhecimento. I. Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. II. Título.

CDU: 612.39

## RESUMO

Segundo recomendações do Ministério da Saúde o aleitamento materno deve ser exclusivo até os primeiros seis meses de idade, contudo, percebe-se que em muitas famílias a introdução de alimentos ocorre antes dessa faixa etária, como consequências, a saúde e índices nutricionais das crianças que no futuro podem ser acometidas por baixos índices nutricionais, e doenças de diversas ordens. Estas situações podem vir a ocorrer, sobretudo a crenças preexistentes, experiências da mãe, fatores de ordem social e cultural também são observadas nesta dinâmica. Assim, esta pesquisa tem por objetivo analisar se questões relacionadas ao cotidiano materno podem estar presentes nos aspectos da introdução alimentar infantil. O método utilizado será através de referencial bibliográfico, com revisão narrativa de literatura e leitura crítica reflexiva. Para isto será realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados científicos utilizando palavras-chaves coerentes à temática, juntas ou isoladas. Assim, o presente trabalho torna-se relevante diante da compreensão de questões envolvidas no processo de introdução alimentar infantil, esta se for mal conduzido pode acarretar malefícios, como rejeição e aversão a alguns alimentos, quadros de transtornos alimentares, e prejuízos de ordem mental e fisiológica para o indivíduo, afetando também toda a família.

**Palavras-chaves:** Alimento. Infância. Fatores Socioeconômicos Conhecimento.

## **ABSTRACT**

According to recommendations of the Ministry of Health, breastfeeding should be exclusive until the first six months of age, however, it is perceived that in many families the introduction of food occurs before this age group, as consequences, the health and nutritional indices of children who in the future may be affected by low nutritional indices, and diseases of various orders. These situations may occur, especially to preexisting beliefs, experiences of the mother, social and cultural factors are also observed in this dynamic. Thus, this research aims to analyze whether issues related to maternal daily life may be present in aspects of children's food introduction. The method used will be through a bibliographic reference, with narrative literature review and reflexive critical reading. For this, a bibliographic survey will be carried out in the scientific databases using keywords consistent with the theme, together or isolated. Thus, the present work becomes relevant in view of the understanding of issues involved in the process of introducing children's food, this if it is poorly conducted can lead to harm, such as rejection and aversion to some foods, eating disorders, and mental and physiological damage to the individual, also affecting the whole family.

**Keywords:** Food. Childhood. Socioeconomic Factors Knowledge.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>6</b>
<b>2. REFERÊNCIAL TEÓRICO .....</b>	<b>8</b>
2.1 Algumas questões presentes no processo de introdução alimentar infantil .....	<b>9</b>
2.2 Aspectos externos, dificuldades, vivências e questões do cotidiano e suas influências na introdução alimentar infantil .....	<b>11</b>
<b>3. JUSTIFICATIVA .....</b>	<b>13</b>
<b>4. PROBLEMA DE PESQUISA E HIPÓTESE .....</b>	<b>13</b>
<b>5. OBJETIVOS .....</b>	<b>13</b>
5.1 Objetivo geral .....	<b>13</b>
5.2 Objetivos específicos .....	<b>14</b>
<b>6. METODOLOGIA .....</b>	<b>14</b>
<b>7. RESULTADOS E DISCUSSÕES .....</b>	<b>15</b>
<b>8. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>23</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>24</b>

## 1. INTRODUÇÃO

Os dois primeiros anos de vida de um indivíduo é uma fase de grande importância para o seu desenvolvimento, em todos os contextos: cognitivo, motor e alimentar, que em conjunto desempenham papel fundamental na regulação e funcionamento do organismo (BRASIL, 2015a; NUNES, 2017).

Até os seis meses de idade a Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda o aleitamento materno exclusivo, no entanto, a partir dos 6 meses essa demanda exclusiva não vem a suprir as necessidades infantis, sendo assim indicada a alimentação complementar (AC), que tem por definição uma introdução em ritmo lento e gradual de alimentos nutritivos, recomenda-se frutas, legumes, verduras neste início, mantendo também o leite materno e/ou fórmulas infantis (BRASIL, 2015b; WHO, 2018).

Em nível de Brasil, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) (SBP, 2018) consonante ao Ministério da Saúde (MS) (BRASIL, 2013b) sugerem que os alimentos oferecidos nesta fase da infância, do período de transição do aleitamento materno (AM) para a introdução alimentar (IA), sejam amassados com o auxílio de um garfo, de forma a evoluir a consistência natural do alimento.

Diante da IA profissionais de saúde desempenham uma importante fonte de informação, ajudando e exercendo grande persuasão nas decisões maternas diante do alimento oferecido a criança (CAETANO, 2010).

É recomendado que a IA não aconteça de forma precoce, nem muita tardia, já que estas evidências se baseiam na fisiologia e desenvolvimento das estruturas corporais do bebê, ligadas ao sistema estomatognático, estes associados aos estímulos do processo de sucção presentes no ato da amamentação (CAMERON; HEATH; TAYLOR, 2012).

Diante dos expostos esta pesquisa parte do seguinte questionamento: Será que questões do cotidiano (socioeconômicas e culturais) da mãe influenciarão no contexto da introdução alimentar infantil?

Com isto, têm-se a hipótese que as vivências cotidianas e experiências da mãe enquanto responsável pela oferta de alimento a criança, influenciarão os aspectos da introdução alimentar do menor.

Desta maneira, pretende-se analisar através de uma revisão de literatura descritiva, os aspectos presentes na introdução alimentar infantil, conceituar, entender e mensurar dificuldades, e os aspectos mais comuns presentes neste contexto.

O presente trabalho torna-se relevante no intuito a cerca das questões envolvida na introdução alimentação infantil, uma vez que esta mal conduzido pode acarretar em malefícios, como rejeição e aversão a alguns alimentos, quadros de transtornos alimentares, e prejuízos de ordem mental e fisiológica para o indivíduo, afetando também toda a família.

O método para a execução deste trabalho será através de referencial bibliográfico, com revisão narrativa de literatura e leitura critica reflexiva. Será adotado a metodologia bibliográfica, pois esta procura explicar e discutir um tema com base em referências teóricas publicadas em livros, revistas, periódicos e outros, busca também conhecer e analisar conteúdos científicos sobre determinado assunto.



## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

Em uma perspectiva histórico-social, é fato que as relações vão se estabelecendo mediante o convívio com o meio, assim como a maneira de se alimentar, hábitos, ferramentas e conhecimento sobre os alimentos, além de outras questões são resultados de apropriações humanas, assim sendo um produto histórico (POSSOLLI; FUTAGAMI, 2018).

Desde o nascimento, os indivíduos são expostos ao seu meio, e a sua cultura, logo, o paladar também vem a ser influenciado de acordo com o que se convive em sociedade, já que tudo se aprende, é assim que irão ser adquiridos os modos de vida, ação, pensamento e que aos poucos vai se modificando com gostos e atitudes pessoais (CAETANO, 2010).

Rapley e colaboradores (2015) mencionam que a alimentação é algo de fácil e rápido acesso, de forma diferente se comparado a algumas décadas onde de forma única a questão da agricultura era o que basicamente se existia.

A vida agitada especialmente dos grandes centros urbanos, a facilidade dos fast-foods e inovação tecnológica são alguns fatores que levaram a grandes mudanças no modo de relacionamento com a alimentação, é fato que a facilidade e praticidade que são ofertados diante dos alimentos pré-prontos ou já prontos, são algumas questões fortes a esta preferência (MARTINS, 2017).

É cada vez mais recorrentes fontes de alimentação que são oferecidas às crianças com baixo valor nutricional, com pouco ou nenhuma fonte nutricional, sobretudo, pelo processo de industrialização ao qual é submetida (SANTOS, et al., 2016).

Desta maneira, vem ocorrendo uma mudança no paladar das crianças ao longo dos últimos anos, o qual vem sendo alterado no decorrer da história, e assim o gosto por determinados alimentos (doces, derivados, industrializados), vem sendo considerado normal, como se fosse algo “natural” já pertencente à criança desde seu nascimento (SANTOS, et al., 2016).

Em um mundo onde constantemente têm-se o bombardeamento de programas culinários de TV, tanto para o público adulto quanto o infantil, propagandas e dietas milagrosas, sempre com a indústria alimentícia investindo pesado em estratégias de marketing para persuasão e consumo, as pessoas são cada vez mais levadas e abrem mão de suas escolhas e de serem os protagonistas deste processo, de escolha e preparo de seus alimentos (ARCE, 2018).

Assim, a alimentação deve ser entendida como algo que vai muito além da nutrição, processo importante, claro, mas se deve inculcar nas crianças especialmente as que estão iniciando sua “jornada” que o ato de se alimentar envolve relacionamento com o outro, com a família, com a sociedade, assim a alimentação sempre será vista como algo benéfico, remetendo-se a memórias, contextos, emoção, sentimento, prazer e claro, nutrição (JUNQUEIRA, 2017).

A questão de despertar a consciência para alimentos saudáveis desde cedo é fundamental, contato com os alimentos in natura, evitando aqueles com alto consumo de alimentos ricos em gordura e açúcar, especialmente por questões de saúde, é fundamental para que cada vez mais tenhamos cidadãos críticos e conscientes do papel e importância de uma alimentação saudável (JAIME et al., 2017).

## **2.1 ALGUMAS QUESTÕES PRESENTES NO PROCESSO DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR INFANTIL.**

É durante a infância que acontece o processo de introdução de alimentos e assim a formação do paladar do indivíduo, este se configura como um período crucial na formação de hábitos alimentares, assim neste período pode se definir como o que se adquire como padrão de alimentação acompanhará as outras etapas do ciclo de vida desta pessoa (MARTINS, 2017).

Preferências alimentares são formadas diante de fatores genéticos e ambientais, assim o estabelecimento de hábitos saudáveis este deve estar presente de forma precoce na vida do indivíduo (TOLONI, et al., 2011).

Pais/cuidadores exercem papel de grande importância na formação de hábitos alimentares infantis, uma vez que é a partir da escolha destes que o menor irá se alimentar (MELO, et al., 2016).

Além disso, o consumo de alimentos pelas crianças está diretamente associado ao seu estado de saúde atual e nos anos futuros, as práticas alimentares infantis têm sido caracterizadas por um consumo excessivo de alimentos de alto valor energético, de gordura, sal e açúcar e o baixo consumo de frutas e hortaliças (MELO, et al., 2016).

O consumo desses produtos pode estar relacionado à disponibilidade domiciliar, famílias cada vez mais atarefadas acabam por compra de alimentos práticos ao consumo, mas que na grande maioria das vezes dispõe de pouquíssima ou nenhum valor nutricional (JUNQUEIRA, 2017).

De acordo com o Brasil (2015c) é recomendável que a criança seja alimentada exclusivamente com leite materno até os primeiros seis meses de vida, já que neste período exclusivamente este alimento é o único capaz de atender suas necessidades de nutrição e vínculo do lactante a figura materna, não se constituindo só como fonte de alimento, mas também de laços afetivos, aponta que o aleitamento materno de forma exclusiva nessa fase da vida incide sobre dietas mais saudáveis em fases que se seguirão.

Depois de passados os primeiros seis meses, o aleitamento exclusivo não sacia completamente o bebê, assim é necessária uma introdução de forma gradual de outras fontes alimentares, através de alimentos complementares (MARTINS, 2013).

Nos últimos anos ocorreu um grande avanço no que concerne a práticas adequadas do processo de introdução alimentar, antes se acreditava que de uma maneira ou de outra a criança iria se alimentar, sem a necessidade de preparos e estudos prévios, mas é fato que quando o cuidador absorve este processo e o compreende da melhor forma, pode ser tornar mais eficaz, contudo, ainda a muito que se avançar no que diz respeito a situações adequadas no processo de introdução alimentar infantil (SILVA FILHO, 2019).

Um estudo publicado pelo Comitê de Nutrição da Sociedade Europeia de Gastroenterologia, Hepatologia e Nutrição Pediátrica (2017) corrobora este fato, onde o mesmo aponta que uma alta prevalência de alimentos introduzidos de forma inadequada, como também de maneira precoce, inserção de leite de vaca integral, alimentos que apresentam consistência impropria e baixos índices calóricos,

insipiência de frutas, verduras e legumes, entre outros fatores vem a contribuir com índices de deficiências nutricionais em crianças.

É evidente que uma alimentação saudável é fundamental na promoção da saúde da criança, assim sendo é necessária à análise de diversos fatores que estão presentes na questão das práticas alimentares infantis, onde a partir destes pode-se ocorrer reflexos que se perpetuam em práticas alimentares futuras, de forma consensual e comprovado através de estudos a introdução de frutas, legumes e verduras no primeiro ano de vida contribui para uma promoção de hábitos alimentares não saudáveis (TOLONI, et al., 2011).

## **2.2 ASPECTOS EXTERNOS, DIFICULDADES, VIVÊNCIAS E QUESTÕES DO COTIDIANO E SUAS INFLUÊNCIAS NA INTRODUÇÃO ALIMENTAR INFANTIL.**

O desafio de ser pai e mãe é um dos grandes dilemas sociais, aos quais os indivíduos se submetem, permeando-se através de inúmeros questionamentos passando por questões de ordem comportamental, cognitiva e emocional, exigindo adaptação e resiliência frente a um novo modo de vida (MARTINS, 2013).

A palavra parentalidade esta associada a diversas ações deste processo, em um de suas muitas definições têm-se que a parentalidade não só como gerar biologicamente um filho, mas todo o contexto social de ser pai e mãe, não é um processo simples e dotado de questões que muitas vezes não se compreende através de teorias, mas sim das práticas e vivências diárias (HOUZEL, 2004).

De acordo com Silva e colaboradores (2016) essa dinâmica é muito mais complexa do que se imagina e entender a necessidade do comportamento dos pais em relação aos filhos é fundamental, pois a partir disso alguns entendimentos serão concretizados, isso se reflete bastante nas questões de aspectos alimentares, a mãe enquanto a maior cuidadora (preparo e oferta do alimento), também desempenha grande importância nestes hábitos adquiridos.

A influencia de quem prepara/oferta (neste trabalho, estamos utilizando o padrão materno, contudo sabe-se que não é uma regra), a própria criança a medida que cresce, se desenvolve e se relaciona com o meio irá definindo suas preferências alimentares, assim concebe-se a importância do estímulo e oferta de alimentos

saudáveis no período de introdução dos alimentos de maneira variada e saudável (JUNQUEIRA, 2017).

É notório que a família desempenha um importante papel nas práticas alimentares da criança, especialmente nas práticas/estratégias que os pais/cuidadores vêm a usar para o estímulo dessa alimentação, o processo de interação entre a pessoa que vai alimentar a crianças, assim como suas experiências pessoais é que vão determinar sobre uma alimentação responsiva e futuros hábitos alimentares, essa interação entre mãe/cuidador e filhos, configura-se como o ato de alimentar e ser alimentado (COSTA, et al., 2008).

A literatura da área aponta que a maneira como ocorre a relação entre a figura materna/cuidadores e filhos nesta fase inicial do processo de introdução de alimentos irá ser perpetuado de forma positiva ou negativa no processo nutricional da criança, a depender claro de como foi feita, incidindo assim no crescimento e desenvolvimento cognitivo e social da criança (MELO, et al., 2016).

A mãe deve sempre ter em mente que garantir uma alimentação saudável é fundamental para a criança muitas vezes abrindo mão de suas próprias práticas e gostos alimentares que não condizem com o esperado, questões socioeconômicas também podem interferir de forma negativa neste processo, já que a falta de recursos pode incidir sobre uma baixa oferta de alimentos de ordem nutricional, como frutas, verduras e legumes (JUNQUEIRA, 2017).

Analisando-se as práticas de socialização, responsabilidade e práticas maternas, questões socioeconômicas (escolaridade, renda, educação, condições de saúde, escolaridade, etc.) incidem fortemente sobre escolhas e hábitos alimentares em crianças, estudos da área apontam que quanto maior a escolaridade e conseqüentemente renda da mãe a percepção sobre o desenvolvimento infantil e práticas saudáveis de alimentação estão presentes (SIMON, et al., 2009).

Fatores como baixa renda, baixo nível escolar, casos de violência doméstica evidenciam alguns aspectos da maior vulnerabilidade de famílias que acabam não adotam uma introdução alimentar satisfatória para seus filhos, diante dos contextos sociais vividos (SIMON, et al., 2009).

### **3. JUSTIFICATIVA**

A Organização Mundial de Saúde (OMS) preconiza que o leite materno é o alimento necessário e fundamental ao bebê, recomendando de forma exclusiva até os seis meses de idade, assim sendo crianças só devem iniciar a ingestão de alimentos após essa idade.

A prática alimentar infantil, desde o processo de amamentação até a inserção de alimentos e a alimentação cotidiano com a família, é influenciado por fatores como: Interação e familiaridade com o alimento que vai ser consumido, fatores socioeconômicos e culturais de seu cotidiano, experiências pessoais por quem tem a função de oferecer o alimento ao menor, que geralmente esta centrada na figura materna.

Assim, o presente trabalho torna-se relevante diante da compreensão de questões envolvidas no processo de introdução alimentar infantil, esta se for mal conduzido pode acarretar em malefícios, como rejeição e aversão a alguns alimentos, quadros de transtornos alimentares, e prejuízos de ordem mental e fisiológica para o individuo, afetando também toda a família.

### **4. PROBLEMA DE PESQUISA E HIPÓTESE**

Entre os aspectos presentes na introdução alimentar infantil, as dificuldades, vivências e influência de aspectos externos estarão presentes na introdução alimentar infantil?

Aspectos externos como dificuldades, vivências e questões do cotidiano familiar influenciam na introdução alimentar infantil.

### **5. OBJETIVOS**

**5.1 Objetivo geral:** Analisar a partir de uma revisão de literatura a influência de questões do cotidiano materno na introdução alimentar, evidenciando o contexto geral e aspectos mais comuns presentes neste cenário.

**5.2 Objetivos específicos:**

1. Investigar aspectos presentes neste contexto em estudos dentro desta temática;
2. Entender os aspectos influenciadores no processo da introdução alimentar infantil;
3. Averiguar se questões externas, vivências e questões do cotidiano influenciam em aspectos da introdução alimentar infantil.

**6. METODOLOGIA**

A metodologia utilizada para esta pesquisa é de natureza qualitativa, este é um método de investigação que foca no caráter subjetivo do objeto analisado, estudando as particularidades e experiências adquiridas a partir da execução de trabalhos de mesma temática.

O método utilizado foi através de referencial bibliográfico, com revisão narrativa de literatura e leitura crítica reflexiva. Adotada metodologia bibliográfica, pois esta procura explicar e discutir um tema com base em referências teóricas publicadas em livros, revistas, periódicos e outros, busca também conhecer e analisar conteúdos científicos sobre determinado assunto.

A revisão narrativa de literatura é uma modalidade que consente a sumarização de estudos baseados na abordagem ao qual se pretende expor, com apresentação descritiva dos achados.

Para isto realizamos um levantamento bibliográfico nas bases de dados de trabalhos científicos: Scielo, Google acadêmico e PubMed. As palavras chaves que utilizamos na busca: Alimento. Infância. Fatores Socioeconômicos conhecimento utilizadas de forma juntas ou isoladas, adicionalmente foi feito também a consulta de livros acadêmicos e sites especializados para complementação das informações.

A seleção do material, foi efetuada em três etapas: A primeira caracterizada pela pesquisa da busca do material, durante o período correspondente ao ano de 2021. A segunda com a análise do material selecionado e com a leitura crítica-reflexiva dos títulos e resumos dos trabalhos, visando uma maior aproximação e conhecimento, sendo excluídos os que não tiveram relação e relevância com o tema, e por fim, a leitura crítica reflexiva para a composição desta pesquisa.

Após essa seleção, damos ênfase aos textos disponíveis na íntegra, sendo estes, incluídos na revisão. Dos artigos que foram selecionados e incluídos na pesquisa foi dada prioridade a artigos originais e revisões sistemáticas da literatura sobre o tema. Como critérios de inclusão dos artigos, analisamos a procedência da revista e indexação, estudos que apresentaram dados referentes ao tema publicados até a presente data.

Como critério de exclusão foi utilizada a referência incompleta e informações presentemente desacreditadas, já que essa pesquisa revisa conhecimentos atualizados sobre o tema.

## 7. RESULTADOS E DISCUSSÕES

**Quadro 1:** Campo teórico abordado no desenvolvimento da pesquisa.

<b>AUTORES / ANO</b>	<b>OBJETIVOS DO ESTUDO</b>	<b>TIPO DE ESTUDO</b>	<b>POPULAÇÃO INVESTIGADA NO ESTUDO</b>	<b>RESULTADOS DO ESTUDO</b>
OLIVEIRA et al, 2017	Verificar quais fatores influenciam de forma positiva ou negativa a amamentação e a introdução da alimentação complementar de crianças e apontar os principais nutrientes	Trata-se de um estudo do tipo revisão de literatura, que apresentou como critérios de inclusão artigos científicos publicados entre 2005 a 2016,	As bases de dados consultadas foram Scielo, Google Acadêmico, livros e sites confiáveis da área da saúde.	A oferta do aleitamento materno exclusivo e a introdução dos alimentos complementares a partir do sexto mês de idade contribuem positivamente no desenvolvimento infantil, além de ajudar na formação de hábitos



	envolvidos com a saúde da criança.	em língua portuguesa.		alimentares saudáveis. Com tudo, é necessário haver uma constante abordagem dos profissionais da saúde na priorização da introdução alimentar no tempo adequado, pois ainda existem fatores negativos que ao invés de trazer benefícios para a criança pode prejudicar sua saúde, como por exemplo, a introdução alimentar precoce.
LOPES et al, 2018.	Avaliar a frequência do aleitamento materno e a introdução da alimentação complementar em crianças de zero a 24 meses.	Estudo transversal de base populacional.	Amostra representativa de crianças menores de 24 meses da cidade de Montes Claros, Minas Gerais.	A introdução da alimentação complementar mostrou-se precoce para líquidos, mel, açúcar e guloseimas, próxima da adequação para alimentos sólidos e semissólidos, o que pode afetar diretamente o sucesso do aleitamento materno. As práticas alimentares inadequadas identificadas são capazes de comprometer a saúde da criança; por isso, ressalta-se a importância

				de realizar ações para a promoção do aleitamento materno acompanhadas de orientações para a introdução da alimentação complementar.
OLIVEIRA et al, 2019.	Revisar a literatura sobre a influência dos pais na formação dos hábitos alimentares da criança na primeira infância.	Trata-se de um estudo de revisão literária do tipo narrativa.	Bases de dados Scielo e PubMed.	A influência parental sobre a formação dos hábitos alimentares é determinante na estruturação dos padrões alimentares que irão guiá-la durante a adolescência e a sua vida adulta. Apesar de toda a pressão externa para o consumo de alimentos industrializados e ultra processados, os pais sendo o foco das intervenções alimentares, podem sim influenciar de forma ativa na preferência e no desenvolvimento dos hábitos alimentares infantis e com isso na melhora ou piora do estado ponderal durante a primeira infância.
YASSINE et al, 2020	Identificar evidências na literatura científica quanto à	Tratou-se de uma Revisão Integrativa	Bases de dados: Lilacs (Literatura Latino-Americana e do	Há evidências na literatura de que o comportamento alimentar das crianças é

	<p>influência dos pais na formação dos hábitos alimentares na primeira infância e como esta influência pode gerar prejuízos na fase adulta quando não realizados de maneira adequada.</p>	<p>da Literatura</p>	<p>Caribe em Ciências da Saúde), PubMed, Scielo e Science Direct.</p>	<p>influenciado por diversos fatores relacionados ao ambiente físico, social, familiar, cultural e também midiático. A literatura revisada indica a influência familiar na formação dos hábitos alimentares das crianças e essa se perpetuando por gerações. Assim as orientações educacionais com informações nutricionais aos pais podem contribuir para o consumo alimentar saudável.</p>
<p>JERÔNIMO R. A. et al, 2021.</p>	<p>Compreender os aspectos socioculturais e parentais que influenciam as práticas alimentares de lactentes.</p>	<p>Trata-se de estudo qualitativo conduzido por meio de entrevistas semiestruturadas.</p>	<p>Realizadas com mães em duas cidades do Rio de Janeiro entre os meses de novembro e dezembro de 2017.</p>	<p>Cultura alimentar, Influência das relações sociais, Atributos dos alimentos ultra processados e Aspectos parentais. No presente estudo, dentre os aspectos socioculturais que emergiram na fala das mães, estavam a classificação dos alimentos, a influência de atores sociais e os atributos dos alimentos ultra processados. Quanto às práticas</p>

				parentais, destacaram-se comportamentos parentais em contextos específicos e aqueles inerentes à criança. Tais aspectos influenciam as escolhas alimentares, devendo ser reconhecidos e compreendidos pelos profissionais de saúde de forma a potencializar seu papel promotor da alimentação saudável no aconselhamento às famílias.
MELO N. K. L et al, 2021.	Investigar aspectos influenciadores da introdução alimentar de crianças.	Trata-se de uma pesquisa transversal, quantitativa, com amostra não probabilística, de conveniência.	Foram incluídos no estudo 22 pais ou responsáveis de crianças com idade até 24 meses.	Houve prevalência de aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de 31,8% e introdução alimentar em tempo oportuno de 45%. Os resultados demonstram correlação entre escolaridade, renda, presença de plano de saúde e ocupação dos pais fora de casa com conhecimento sobre alimentação complementar. Encontrou-se também

				<p>correlação entre o conhecimento dos pais e tempo de aleitamento materno exclusivo e tempo em que foi introduzida alimentação complementar. A partir dos resultados pode-se inferir que o nível de instrução, a ocupação e a renda familiar exercem influência no conhecimento dos pais sobre introdução alimentar. E que este conhecimento influencia a duração do aleitamento materno exclusivo e a época da introdução alimentar.</p>
--	--	--	--	--

De acordo com (OLIVEIRA et al, 2017), a oferta do aleitamento materno exclusivo e a introdução dos alimentos complementares a partir do sexto mês de idade contribuem positivamente no desenvolvimento infantil, além de ajudar na formação de hábitos alimentares saudáveis. Mas com as práticas alimentares inadequadas, comprometem a saúde da criança; por isso, ressalta-se a importância de realizar ações para a promoção do aleitamento materno acompanhadas de orientações para a introdução da alimentação complementar (LOPES et al, 2018).

Com tudo, é necessário haver uma constante abordagem dos profissionais da saúde na priorização da introdução alimentar no tempo adequado, pois ainda existem fatores negativos que ao invés de trazer benefícios para a criança pode prejudicar

sua saúde, como por exemplo, a introdução alimentar precoce (OLIVEIRA et al, 2017). Em alguns estudos a introdução da alimentação complementar mostrou-se precoce para líquidos, mel, açúcar e guloseimas, próxima da adequação para alimentos sólidos e semissólidos, o que pode afetar diretamente o sucesso do aleitamento materno (LOPES et al, 2018).

Segundo MELO N. K. L et al, 2021, houve prevalência de aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de 31,8% e introdução alimentar em tempo oportuno de 45%. Os resultados demonstram correlação entre escolaridade, renda, presença de plano de saúde e ocupação dos pais fora de casa com conhecimento sobre alimentação complementar, também houve correlação entre o conhecimento dos pais e tempo de aleitamento materno exclusivo e tempo em que foi introduzida alimentação complementar.

A partir dos resultados nas pesquisas de MELO N. K. L et al, 2021 pode-se afirmar que o nível de instrução, a ocupação e a renda familiar exercem influência no conhecimento dos pais sobre introdução alimentar. E que este conhecimento influencia a duração do aleitamento materno exclusivo e a época da introdução alimentar.

De acordo com OLIVEIRA et al, 2019, a influência parental sobre a formação dos hábitos alimentares é determinante na estruturação dos padrões alimentares que irão guiá-la durante a adolescência e a sua vida adulta. Podemos confirmar segundo YASSINE et al, 2020 que a influência familiar na formação dos hábitos alimentares das crianças se perpetua por gerações. Assim as orientações educacionais com informações nutricionais aos pais podem contribuir para o consumo alimentar saudável.

JERÔNIMO R. A. et al, 2021 afirma que quanto às práticas parentais, destacaram-se comportamentos que influenciam as escolhas alimentares, devendo ser reconhecidos e compreendidos pelos profissionais de saúde de forma a potencializar seu papel promotor da alimentação saudável no aconselhamento às famílias. Mesmo diante de toda a pressão externa para o consumo de alimentos industrializados e ultra processados, os pais sendo o foco das intervenções alimentares, podem sim influenciar de forma ativa na preferência e no desenvolvimento dos hábitos alimentares infantis e com isso na melhora ou piora do estado ponderal durante a primeira infância (OLIVEIRA et al, 2019).

Há evidências na literatura de que o comportamento alimentar das crianças é influenciado por diversos fatores relacionados ao ambiente físico, social, familiar, cultural e também midiático (YASSINE et al, 2020), confirmando através de JERÔNIMO R. A. et al, 2021, o qual afirma que a cultura alimentar, influencia as relações socioculturais que emergiram na fala das mães quanto a classificação dos alimentos em seus atributos aos alimentos ultra processados.

## **8. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Conclui-se que, o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade é super valioso, pois é rico em fontes de nutrientes, vitaminas e minerais que todo bebê precisa, como profissionais de saúde devemos promover o aleitamento materno acompanhado de orientações para a introdução da alimentação complementar no tempo certo para que não ocorra de forma precoce evitando distúrbios e deficiências nutricionais e possíveis patologias futuras.

Sem contar que os fatores biológicos, sensoriais, socioeconômicos, culturais e psicológicos afetam diretamente nas práticas alimentares que são inseridas no cotidiano da criança. É evidente, que as alimentações de maneiras inadequadas comprometam a saúde das crianças em curto e longo prazo e, por isso, há a necessidade de priorização de atividades de promoção de conhecimento sobre a importância da alimentação adequada para mudar o cenário em questão.

Devemos levar em consideração que os pais são grandes influenciadores na alimentação dos bebês e crianças, portanto é para eles que deve ser feito aconselhamento e orientação sobre a alimentação dos filhos, para que os mesmos saibam quanto e quais tipos de alimentos deverá ser dado em cada fase da criança, mesmo em meio a uma sociedade que prevalece alimentos ultra processados, será mostrado os benefícios de uma alimentação saudável e completa rica em nutrientes e vitaminas necessárias para manutenção do corpo.

## **REFERÊNCIAS**

ARCE, A. **Educação Infantil: alimentação, neurociência e tecnologia.** Campinas: Alínea, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria da Atenção à Saúde. **Departamento de Atenção Básica. Dez passos para uma alimentação saudável: guia alimentar para crianças menores de dois anos: um guia para o profissional da saúde na atenção básica.** 2ª ed., 2ª reimpressão., Ministério da Saúde, Brasília, 2015.

CAETANO, M. C. et al. **Alimentação complementar: práticas inadequadas em lactentes.** *Jornal de Pediatria.* v. 86, n. 3, 2010.

CAMERON, S. L., HEATH, A. L., TAYLOR, R. W. **How Feasible is Baby-Led Weaning as an Approach to Infant Feeding? A Review of the Evidence.** *Nutrients.* v. 4(11), p. 1575–1609, 2012.

COSTA, T.F; PONTES, T.E; BRASIL, A.L.D; FERREIRA, A.B.R; TADDEI, J.A.A.C. **Transição nutricional e desenvolvimento de hábito de consumo alimentar na infância.** In: Dutra- -de-Oliveira JE, Marchini JS, organizadores. Ciências nutricionais: aprendendo a aprender. São Paulo: Sarvier; p.543-63. 2008.

FEWTRELL, M; BRONSKY, J; CAMPOY, C; DOMELLÖF, M; EMBLETON, N; MIS NF; HOJSAK, I; HULST, J.M; INDRIO, F; LAPILLONNE, A; MOLGAARD, C. **Complementary feeding: A position paper by the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (ESPGHAN) committee on nutrition.** *Journal Pediatrics Gastroenterologia Nutrição,* v.64, nº (1), p:119–32, 2017.

HOUZEL, D. **As implicações da parentalidade.** In: Solis-Ponton L, Silva MCP. (Orgs.). Ser pai, ser mãe. Parentalidade: um desafio para o terceiro milênio. São Paulo: Casa do Psicólogo; p. 47---52, 2004.



**Introdução de alimentos industrializados e de alimentos de uso tradicional na dieta de crianças de creches públicas no município de São Paulo.** Revista de Nutrição de Campinas, v. 24, n° (1):61-70, jan./fev., 2011.

JAIME, P.C; SANTOS L.M.P. **Transição nutricional e a organização do cuidado em alimentação e nutrição na Atenção Básica em saúde.** Divulgação de Saúde em Debate. 2; 51: 72-85, 2014.

JERÔNIMO R. A. et al. **Influências socioculturais e parentais nas práticas alimentares no primeiro ano de vida: estudo qualitativo com mães de crianças menores de dois anos.** Revista DEMETRA: Alimentação, Nutrição e Saúde. V.16, 2021.

JUNQUEIRA P. **Recusa alimentar do bebê aos primeiros alimentos ofertados.** In: Motricidade Orofacial – a atuação nos diferentes níveis de atenção à saúde. São José dos Campos: Pulso Editorial; pp. 63-9. 2017.

LOPES W. C. et al. **Alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida.** Revista Paul. Pediatria 36 (02), 2018.

MARTINS, C.A. **Transição no exercício da parentalidade durante o primeiro ano de vida da criança: uma teoria explicativa de enfermagem.** Lisboa: Universidade de Lisboa; 2013.

MELLO, C.S; BARROS, K.V; MORAIS, M.B. **Alimentação do lactente e do pré-escolar brasileiro: revisão da literatura.** Journal de Pediatria.v. 92, n°(5), p-- 63451, 2016.

MELO N. K. L et al. **Aspectos influenciadores da introdução alimentar infantil.** Distúrb Comun, São Paulo, 33 (1): 14-24, 2021.

NUNES, C. S. **Avaliação dos conhecimentos maternos sobre alimentação complementar para mães de crianças de 6 a 24 meses nas escolas da cidade de Amparo-SP.** Revista Saúde em Foco. n.9, p.276-290, 2017.

OLIVEIRA A. M. et al. **Influência parental na formação de hábitos alimentares na primeira infância - Revisão da literatura.** Revista Eletrônica Estácio Recife, v.5, nº2, 2019

OLIVEIRA, M. F. et al. **A importância nutricional da alimentação complementar.** Revista Ciências Nutricionais Online, v.1, n.1, p.36-45, 2017.

POSSOLLI, G. E., FUTAGAMI, R. G. **As redes sociais na formação de comunidades de aprendizagem em nutrição infantil e BLW.** Cadernos de pesquisa. v. 25, n. 2, 2018.

RAPLEY et al. **Baby-Led-Weaning. A New Frontier?.** Infant, Child, & Adolescent Nutrition. v.7, n.2, 2015.

SANTOS, A. T. et al. **Conhecimento e práticas maternas em relação à alimentação complementar.** Revista Digital. n. 213, 2016.

SILVA FILHO,R.F. **Quando a criança não quer comer.** Silva HJ, Tessitore A, Motta AR, Cunha DA, Berretin-Felix G, Marchesan IQ (orgs). Tratado de Motricidade Orofacial. São José dos Campos: Pulso Editorial; pp. 171-7. 2019.

SILVA, G.A; COSTA, K.A; GIUGLIANI, E.R. **Infant feeding: beyond the nutritional aspects.** Journal Pediatrics (Rio J), V.;92, (3 Suppl 1): S2---7. 2016.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA – **Departamento de Nutrologia Manual de Alimentação: orientações para alimentação do lactente ao adolescente, na escola, na gestante, na prevenção de doenças e segurança alimentar.** / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. – 4ª. ed. - São Paulo: SBP, 2018.

TOLONI, M. H. A; LONGO-SILVA, G; GOULART R. M. M.; TADDEI. J. A. A.C.  
WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Infant and Young child feeding.** 2018. Acesso em 14 de Março de 2021.

SIMON VGN, SOUZA JMP, SOUZA SB. **Aleitamento materno, alimentação complementar, sobrepeso e obesidade em pré-escolares.** Revista Saúde Pública. V.43, N (1), P.:60-9. 2009.

YASSINE, Y. I. et al. **A influência do comportamento alimentar familiar na primeira infância: Uma revisão integrativa.** Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 05, Ed. 11, Vol. 20, pp. 43-63, 2020.