

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO
NUCLÉO DE SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

MANUELA MACÁRIO DE SÁ
POLIANA REGINA CORDEIRO DOS SANTOS

**A FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES NA 1ª
INFÂNCIA**

RECIFE/2022

MANUELA MACÁRIO DE SÁ
POLIANA REGINA CORDEIRO DOS SANTOS

A FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES NA 1ª INFÂNCIA

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA
como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em
Nutrição.

Professora orientadora: Me. Camila Chagas

RECIFE/2022

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

S111f Sá, Manuela Macário de
A formação de hábitos alimentares na 1º infância / Manuela Macário de
Sá, Poliana Regina Cordeiro dos Santos. - Recife: O Autor, 2022.
22 p.

Orientador(a): Esp. Camila Chagas.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Nutrição, 2022.

Inclui Referências.

1. Alimentação infantil. 2. Hábitos alimentares. 3. Nutrição da
criança. I. Santos, Poliana Regina Cordeiro dos. II. Centro Universitário
Brasileiro - UNIBRA. III. Título.

CDU: 612.39

Dedicamos a Deus, aos nossos pais e a nossos mestres.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar agradecemos a Deus pois sem ele nós não estaríamos chegando ao fim de mais uma etapa das nossas vidas.

Agradecemos aos nossos pais que são nossa base por todo o apoio, carinho, dedicação, compreensão e palavras de conforto nos momentos de desespero, assim como pelo compartilhamento dos momentos bons.

Agradecemos aos nossos professores em especial a nossa orientadora Camila Chagas por todo o apoio ofertado durante toda nossa caminhada acadêmica e na construção desse trabalho de conclusão de curso.

E por fim, mas não menos importante agradecemos a todos os nossos amigos e aqueles que direta ou indiretamente contribuíram para a conclusão desta tão almejada graduação em nutrição.

“Quando a boa nutrição transforma um corpo carente até a alma sente e sorri contente”.

(Claudia Nascimento)

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. REFERENCIAL TEÓRICO	9
2.1 Aleitamento materno e introdução alimentar e a importância na formação dos hábitos alimentares na primeira infância	9
2.2 Influências parentais e midiáticas na formação dos hábitos alimentares na primeira infância	11
2.3 Papel da nutrição na formação dos hábitos alimentares na primeira infância	12
3. METODOLOGIA	12
4. RESULTADOS	14
5. DISCUSSÃO	17
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
REFERÊNCIAS	20

A FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES NA 1ª INFÂNCIA

Manuela Macário de Sá
Poliana Regina Cordeiro dos Santos
Camila Chagas¹

RESUMO

A formação dos hábitos alimentares dos seres humanos tem início na primeira infância, e por isso, existem influências de várias vertentes pois, esse público depende de terceiros para se alimentar. Sendo assim, essa pesquisa tem por objetivo analisar os principais fatores associados a formação dos hábitos alimentares na primeira infância. Onde para isso utilizou-se como método a revisão integrativa da literatura realizada por cruzamento de descritores na Biblioteca Virtual em Saúde com dados publicados de 2017 a 2022, onde a seleção amostral deu-se por critérios de inclusão e exclusão e processo de seleção de dados. Obtendo-se assim uma amostra de 10 artigos originais no qual identificou-se em estudos com amostra média de 2.096 com predominância de estudo descritivo como método que os fatores de influência estão atrelados a família, especialmente as características maternas, ao socioeconômico e ao desmame e introdução alimentar precoce com a oferta de alimentos inadequados, incluindo os ultraprocessados. Conclui-se que diversos fatores, como desmame precoce e condições socioeconômicas podem interferir na formação dos hábitos alimentares e que os associados a família e ao socioeconômicos são os principais.

Palavras-chave: Alimentação infantil. Hábitos alimentares. Nutrição da criança.

ABSTRACT

The formation of eating habits of human beings begins in early childhood, and therefore, there are influences from various aspects, since this public depends on third parties to feed itself. Therefore, this research aims to analyze the main factors associated with the formation of eating habits in early childhood. Where for this, the integrative literature review was used as a method by crossing descriptors in the Virtual Health Library with data published from 2017 to 2022, where the sample selection was based on inclusion and exclusion criteria and data selection process. Thus, obtaining a sample of 10 original articles in which it was identified in studies with an average sample of 2,096 with a predominance of descriptive study as a method that the influencing factors are linked to the family, especially the maternal, socioeconomic and weaning characteristics and early food introduction with the supply of inappropriate foods, including ultra-processed foods. It is concluded that several factors, such as early weaning and socioeconomic conditions can interfere in the formation of eating habits and that those associated with family and socioeconomic conditions are the main ones.

Keywords: Infant feeding. Eating habits. Child nutrition.

1. INTRODUÇÃO

¹ Professora de Nutrição da UNIBRA. Mestre em Nutrição. Email: camila_chagas29@yahoo.com.br

O comportamento alimentar dentro da sociedade contemporânea em todo mundo inclusive nacionalmente vem se transformando, uma vez que, anteriormente era favorável a elevação de quadros de patologias infecciosas e desnutrição, e nos dias correntes, mais especificamente a partir da segunda metade do século XX tem dado espaço de maneira progressiva a um panorama baseado em doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como a obesidade devido ao aumento do consumo de forma excessiva de alimentos industrializados e ricos em gordura e do sedentarismo (FRANK et al., 2017).

Entretanto a literatura destaca que as preferências e práticas alimentares na fase da infância dos indivíduos impactam os hábitos alimentares em outras fases da vida, onde uma inadequada dieta pode gerar danos à saúde, como, por exemplo, o desenvolvimento de sobrepeso, obesidade, carências nutricionais e DCNT. Já quando a dieta é saudável na primeira infância esses indivíduos tendem a se desenvolver normalmente e a possuir maior capacidade produtiva e intelectual (MORAIS; CARVALHO, 2021).

Neste intuito, se traz que a nutrição como uma ciência da área da saúde relacionada à alimentação encontra-se preocupado com a formação dos hábitos alimentares saudáveis desde a primeira infância, realçando-se que é iniciado antes mesmo do desmame do aleitamento materno (CAPELLI et al., 2018). Sendo assim, tem-se que os hábitos alimentares dos seres humanos têm início na primeira infância, contudo devido à modernização da sociedade nem sempre esse aspecto é levado em consideração (LOPES; LÍBERA, 2017).

Ademais, diversos aspectos podem influenciar essa formação alimentar na qual entre as principais estão o comportamento alimentar familiar e as diversas propagandas na mídia de alimentos industrializados e também congelados ou de rápido consumo, como os de restaurantes *fast-food* (APARICIO, 2016). Nesse contexto, os hábitos referem-se a tudo aquilo que se repete frequentemente a partir de que é ensinado e se torna uma prática natural e constante na vida. Desta maneira, o tema formação de hábitos alimentares ganhou destaque no âmbito científico, buscando a construção da informação e do conhecimento sobre a temática (VITOLLO, 2014).

Neste contexto e ressaltando a importância dos hábitos alimentares na saúde dos indivíduos e da relevância da temática na área da saúde, esta pesquisa tem por

objetivo analisar os principais fatores associados à formação dos hábitos alimentares na primeira infância.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Aleitamento materno e introdução alimentar e a importância na formação dos hábitos alimentares na primeira infância

Desde quando se encontra em formação no útero da mãe o feto necessita de nutrição para se desenvolver adequadamente, sendo assim esse processo alimentar não se modifica após o nascimento, onde cabe a mãe por intermédio do leite materno prover as necessidades nutricionais de seu filho (COELHO; MENEZES; LOBO, 2019).

Segundo Silva; Silva; Aoyama (2020) o leite materno é a forma correta e indispensável para os seres humanos se formarem. E destaca-se ainda que o aleitamento materno além de ser natural e conter todos os nutrientes necessário para a criança até os 6 meses de idade, também gera nenhum custo econômico sendo recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), Ministério da Saúde, e diversas organizações governamentais em todo mundo.

Contudo dados da Organização Panamericana de Saúde (OPAS) o aleitamento materno nem sempre é incorporado exclusivamente nos primeiros meses de vida das crianças devido a uma série de fatores, como características maternas; influência da mídia, familiares e amigos; cultura e condições sociais e econômicas, que engloba o estilo de vida e as condições de saúde materna e as influências culturais e sociais (OPAS, 2018). Os fatores sociais ganham destaque nesse contexto e como consequência pode-se haver prejuízo no crescimento e desenvolvimento de crianças e até menos nos hábitos alimentares nas demais fases da vida (VASCONCELOS; BARBOSA; GOMES, 2020)

Ainda sobre o aleitamento materno OPAS (2018) enfatiza que as mães podem ser instruídas neste aspecto pelos nutricionais, visto que, esses profissionais possuem autoridade e credibilidade neste tema, e que possuem conhecimento robusto quanto à importância e a qualidade nutricional do leite materno e o que este pode propiciar aos indivíduos desde seu nascimento.

Quanto à introdução alimentar, que é recomendada que ocorra a partir do sexto mês de vida dos seres humanos, e é considerada de elevada relevância para garantia do desenvolvimento e crescimento dentro dos padrões de normalidade da criança na primeira infância (PIASETZKI; BOFF, 2018).Souza; Cadete (2017) complementa a

ideia de introdução alimentar discorrendo que é um ato geralmente realizado pelos pais e familiares e que esses podem influenciar diretamente a formação dos hábitos alimentares se introduzirem alimentos não saudáveis e/ou inadequados a dieta desse público infantil.

É consenso que a introdução alimentar deve ser iniciada neste período temporal (6 meses), pois é a partir deste momento que o leite materno passa a não atender a todas as necessidades nutricionais dos indivíduos, além de que, o organismo dessas crianças nos 6 meses de vida já se encontra preparado para realizar absorção e processamento de nutrientes oriundos de outros tipos de alimentos que não seja o leite materno (PIASETZKI; BOFF, 2018).

Nesta introdução de alimentos complementares ao aleitamento materno é necessário que os responsáveis pela alimentação e conseqüentemente formação dos hábitos alimentares das crianças preste atenção nos tipos de alimentos ofertados, no qual, de acordo com Lopes; Silva (2021) existem 4 classificações quanto ao processamento dos alimentos, que são:

- **In natura** – Que são aqueles que têm origem direta das plantas e animais e que não tenham passado por nenhuma transformação após sua retirada da natureza;
- **Minimamente processados** – São os alimentos de origem in natura que foram expostos a processamento como limpeza, secagem, pasteurização, extração de partes não comestíveis, fermentação, moagem, entre outros. Realça-se ainda que nesse tipo de processamento os alimentos não recebem adição de nenhum componente como de gorduras, açúcares e sal.
- **Processados** – Tem fabricação industrial e durante o processamento para que haja conservação e maior durabilidade são adicionados componentes aos alimentos, tais como: corantes, açúcar, substâncias culinárias, sal e gorduras;
- **Ultraprocessados** – Nestes alimentos que também são fabricados em indústrias, os alimentos são fabricados com partes inteiras ou de substâncias extraídas dos produtos alimentícios e em sua grande maioria contém em sua composição realçadores de sabor, aromatizantes, e outras substâncias sintéticas produzidas em laboratório.

Sendo assim, Toloni et al (2017) traz em seu estudo que na primeira infância, mais especificamente na introdução alimentar é necessário que as escolhas alimentícias das crianças sejam prioritariamente alimentos in natura e/ou sem ou com

pouco aditivos, como os alimentos minimamente processados, e que sejam feitos em ambiente domiciliar para garantir a qualidade da alimentação ofertada.

2.2 Influências parentais e midiáticas na formação dos hábitos alimentares na primeira infância

A convivência no dia a dia, entre os familiares e as crianças acabam conseqüentemente influenciando os hábitos alimentares daqueles indivíduos que estão em processo de crescimento e em formação de seus hábitos, que tende a se perpetuar durante gerações no que tange a alimentação (LOPES; SILVA, 2021).

É no seio familiar que ocorre a transmissão das informações quanto aos alimentos, sua qualidade nutricional, conservação e modo de preparo e por isto desde a infância através da observação e do que é ofertado que os indivíduos acabam por formar seus hábitos sejam eles saudáveis ou não saudáveis (MELLO et al., 2021).

Onde está influência pode ser claramente visualizada no estudo realizado com os pais e 100 crianças, que obteve resultados que indicam que a família, principalmente os pais, tem influência direta em diversos aspectos na formação alimentar, entre eles: no consumo de verduras, frutas e açúcar, no quantitativo diário de refeições efetuadas e também na prática de exercícios físicos e/ou do sedentarismo (PIASETZKI; BOOF; BATTISTI, 2020).

Neste tocante, Viana et al (2019) e Moreira; Pires; Gonçalves (2020) destacam que por terem grande influência na formação dos hábitos alimentares nas crianças desde a primeira infância, é necessário que a família ofereça uma alimentação saudável e balanceada, e que influenciem positivamente as escolhas dos alimentos.

Referindo-se a influência das campanhas publicitárias que são diversas na mídia atual, tem-se que o consumo alimentar acabou por sofrer diversas mudanças ao longo dos anos em decorrência da industrialização e conseqüentemente da mídia que possui uma fatia considerável hoje no meio publicitário (SILVA; COSTA, 2021).

Sendo assim, a publicidade de alimentos no mundo é uma temática que vem sendo amplamente discutida e abordada no mundo inteiro. Onde, nacionalmente a fim de que os hábitos alimentares na primeira infância fossem mais saudáveis o Ministério da Saúde publicou 2 guias alimentares, o primeiro em 2014 direcionado a todos os brasileiros e o segundo em 2019 direcionado as crianças com menos de 2 anos e ambos realçam a influência negativa da publicidade na alimentação (LOPES; SILVA, 2021).

Entretanto desde 1990, no Brasil já existia uma preocupação com a publicidade de alimentos atrelada as crianças, pois o Código de Defesa do Consumidor em seu Art. 37 já traz que esse tipo de publicidade é abusiva, uma vez que, o público infantil não tem mentalidade desenvolvida pra discernir suas escolhas alimentares (LOPES; SILVA, 2021).

2.3 Papel da nutrição na formação dos hábitos alimentares na primeira infância

Compreendendo a atuação na primeira infância desde o nascimento do indivíduo a atuação do nutricionista é fundamental e recomendada no Brasil pelo Ministério da Saúde especialmente no que tange o aleitamento materno e a introdução alimentar (BRASIL, 2019).

Onde o guia alimentar para crianças menores de dois anos, destaca que o nutricionista é imprescindível, pois, é detentor de conhecimento teórico científico. E assim considerado o profissional da área de saúde mais adequado em educar os pais, familiares e cuidadores das crianças na primeira infância sobre a alimentação e sua importância para a formação dos hábitos alimentares. Além de poder alertar esse público dos impactos que a alimentação pode gerar na vida dessas crianças, seja na atualidade infância como nas demais fases da vida (BRASIL, 2019).

Segundo Lopes; Silva (2021) o nutricionista é fundamental na primeira infância para que ao auxiliar os pais sobre a alimentação desmistifique certas orientações populares e geracionais e quebre tabus enraizados na sociedade, que são oriundas de cultura e experiências prévias geralmente.

Melo et al (2021) discorre ainda que a nutrição é de suma importância pois a introdução alimentar adequada na primeira infância comprovadamente já é a maneira mais eficaz na prevenção de uma série de agravos de saúde de relevância, como, por exemplo, a obesidade.

Realça-se ainda que na área da nutrição o recente método denominado *Baby Led Weaning* (BLW) tem se mostrado bastante eficiente na prevenção de obesidade e na formação de hábitos alimentares mais saudáveis, uma vez que consiste no oferecimento de alimentos inteiros ou em pedaços maiores ao público infantil, estimulando o natural desmame e erradicando a necessidade de oferta de alimentos por talhares (GOMEZ et al., 2021).

3. METODOLOGIA

Essa pesquisa é uma revisão integrativa da literatura realizada através das bases do banco de dados eletrônico Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Onde a coleta de dados nesses bancos de dados foi feita com o intermédio de Descritores em Ciência da Saúde, que são: alimentação infantil, hábitos alimentares e nutrição. E o prazo temporal de coleta foi de literatura publicada de 2017 a 2022 para confecção de um estudo recente acerca da temática. Sendo o estudo realizado de fevereiro a junho de 2022.

Além disso, a busca da amostra desta revisão contou com critérios de inclusão, que fora: artigos científicos, com disponibilidade gratuita, no idioma português e com disponibilidade em texto e resumo completos.

E dos critérios de exclusão sendo eles: trabalho de conclusão de curso, dissertação, tese, documentos ministeriais e afins, artigos incompletos e/ou de incompreensível leitura e análise e duplicatas nos bancos de dados. Chegando-se assim a uma amostra de 1.547 artigos elegíveis para serem submetidos ao processo de seleção amostral (Quadro 1).

Quadro 1 - Síntese de coleta de dados por descritores e aplicação de critérios de inclusão e exclusão.

	Descritores	Quantidade geral	Quantidade elegível após aplicação de critérios
BVS	Alimentação infantil	36.366	424
	Hábitos alimentares	245.618	701
	Nutrição da criança	54.316	422
TOTAL		336.300	1.547

Fonte: Autores (2022).

Entretanto pelo quantitativo de artigos ainda serem expressivos para serem submetidos ao processo de seleção foi realizado os seguintes descritores utilizando o operador AND: “Alimentação infantil AND Hábitos alimentares” obtendo-se 81 artigos de acordo com os critérios pré-determinados; e “Nutrição da criança AND Hábitos alimentares” com 77 artigos de acordo com os critérios pré-determinados, chegando-se a um quantitativo total de 158 artigos elegíveis para seleção amostral desta revisão.

Quanto ao processo de seleção de dados tem-se que ocorreu com os 158 artigos elegíveis nos cruzamentos dos descritores e se deu através de 2 etapas, a primeira pela leitura de título e resumo, sendo excluídos aqueles que não abordava a temática desta pesquisa. Já a segunda etapa foi realizada com os artigos que

passaram da primeira etapa e foi feita a seleção a partir da leitura na íntegra dos artigos, sendo excluídos aqueles que não correspondiam ao objetivo deste estudo, chegando-se a uma amostra de 10 artigos que compõem esta revisão (Figura 1).



Figura 1 - Fluxograma de processo de seleção amostral. Fonte: Autores (2022).

Referente à análise dos dados, destaca-se que foi realizada por intermédio de estatística descritiva por síntese, sendo os achados sintetizados em quadro com as principais informações dos artigos da amostra.

4. RESULTADOS

O presente estudo com base na adoção dos critérios de elegibilidade elencados chegou-se a uma amostra de 10 artigos científicos que trazem a temática central desta pesquisa, como pode ser observado no quadro 2 onde os títulos trazem referência as palavras chaves.

É possível identificar ainda no quadro 2 que para esta abordagem possui uma diversidade de autor, que os anos de publicação varia de 1 a 2 artigos por ano, e que a média amostral é de 2096 variando de 100 a 14.326 participante. Quanto ao método o mais incidente nesta amostra foi o estudo de estudo transversal. E os principais

achados trazem unanimemente que os fatores de influência estão atrelados a família, especialmente as características maternas, ao socioeconômico e ao desmame e introdução alimentar precoce com a oferta de alimentos inadequados, incluindo os ultraprocessados.

Quadro 2 – Síntese da amostra literária com base no autor, ano, título, método, população, amostra e principais achados.

Autor e ano	Título	Método	População e amostra	Principais achados
Melo et al., 2017	Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância	Estudo transversal e analítico, com abordagem quantitativa	115 crianças de 12 a 59 meses	Analisando os aspectos do consumo alimentar o estudo identificou que o ambiente familiar está diretamente ligado a formação dos hábitos alimentares na primeira infância, além do fator de ganho de peso em excesso
Toloni et al., 2017	Preditores da introdução de alimentos industrializados na infância: estudo em creches públicas	Estudo transversal observacional	575 crianças de 4 a 38 meses, frequentadoras de berçários de creches públicas de São Paulo	O menor período de aleitamento materno assim como a baixa escolaridade das mães foi identificado como fatores da introdução alimentar precoce de industrializados o que afeta os hábitos alimentares
Passaranha; Benefício; Venâncio, 2018	Influência do aleitamento materno sobre o consumo de bebidas ou alimentos adoçados	Estudo transversal	14.326 lactentes, de 6 a 11,9 meses, residentes em 75 municípios do estado de São Paulo	Identificou-se que houve associação com a adesão do aleitamento materno com os hábitos alimentares, especialmente no consumo de alimentos ou bebidas adoçadas
Dallazen et al., 2018	Introdução de alimentos não recomendados no primeiro ano de vida e fatores associados em	Estudo multicêntrico transversal	1.567 crianças de 12 a 59 meses de idade residentes em 48 municípios	A introdução alimentar de alimentos não adequados para primeira infância e a aquisição de hábitos alimentares sofre influência de uma gama de aspectos

	crianças de baixo nível socioeconômico		da Região Sul do Brasil	como menor renda familiar mensal e menor escolaridade dos pais e/ou cuidadores
Glesta et al., 2019	Fatores associados à introdução precoce de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças menores de dois anos	Estudo transversal	300 crianças de 4 a 24 meses internadas em um hospital terciário e suas mães	Nesta pesquisa encontrou-se que somente 21% do público estudado não haviam sido ofertados na dieta alimentos ultraprocessados, onde 56,5% daqueles que já tinham recebido a oferta foi antes dos 6 meses. Outras influências foram significantes deu-se por termos de idade e escolaridade materna, paridade e condição econômica familiar
Bogea et al., 2019	Padrões alimentares de crianças de 13 a 35 meses de idade e associação com características maternas	Estudo transversal prospectivo de coorte	1.185 crianças de 13 a 35 meses de idade	Foram identificados 4 padrões alimentares que são: comum brasileiro, saudável, lácteo/mingau e não saudável. Onde esses possuem divergências de acordo com as características maternas como quantidade de filhos, escolaridade e idade. Além do fator econômico sendo associados ao maior consumo de alimentos ricos em gorduras, carboidratos e açúcar simples atingindo diretamente os hábitos alimentares e seus aspectos relacionados
Ortelan; Nier; Benicio, 2020	Práticas alimentares de lactentes	Estudo transversal	2.370 lactentes nascidos com baixo peso e	Neste estudo verificou-se que 59% das crianças consumiam alimentos

	brasileiros nascidos com baixo peso e fatores associados.		com idade entre 6 e 12 meses	processados e 29% com alimentação diversa enfatizando a baixa qualidade alimentar desse público sugerindo necessidade de medidas para não haver grandes impactos nos hábitos alimentares e saúde
Piastzki; Boff; Battisti, 2020	Influência da família na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância	Estudo transversal qualitativo	100 crianças e 100 familiares provenientes de escola infantil e básica de um município do interior do Rio Grande do Sul.	Os familiares são reconhecidos como exemplos e com isso influenciam nos hábitos alimentares na primeira infância. Onde a adoção da alimentação é vista como inadequada gerando obesidade e sobrepeso que já é de 1/3 do público
Vasconcelos et al., 2021	Alimentação saudável relacionada ao comportamento alimentar e à condição social	Estudo transversal descritivo quantitativo	208 crianças na primeira infância	Identificou-se que as condições socioeconômicas da família têm influência no hábito alimentar saudável, onde quanto menor a renda per capita maior as contribuições nestes aspectos
Souza et al., 2022	Hábitos alimentares de crianças menores de dois anos na região metropolitana de Belém-PA-Brasil	Estudo transversal descritivo-analítico	221 cuidadores de crianças de até 24 meses	Dentro dos hábitos alimentares verificou-se uma precoce oferta de alimentos sólidos e dos ultraprocessados estando relacionada aos aspectos cultura, família e financeiro

Fonte: Autores (2022).

5. DISCUSSÃO

É preciso destacar que é nos primeiros anos de vida do indivíduo onde há a introdução alimentar que ocorre a formação do paladar e sendo assim, esse momento da vida é determinante na formação dos hábitos alimentares, onde é neste momento que em grande parte das pessoas que existe a definição dos padrões alimentares em todas as fases da vida e, por isso, as influências especialmente familiares geram impactos relevantes neste tocante (MELO et al., 2017).

A OMS como traz o estudo de Passaranha; Benefício; Venâncio (2018) enfatiza que a adoção adequada do aleitamento materno exclusivo interfere na formação dos hábitos alimentares dos indivíduos, sendo assim, esse comportamento alimentar antes mesmo que haja a introdução de alimentos sólidos que deve ocorrer a partir dos 6 meses de vida.

Complementando essa ideia Dallazen et al (2018) demonstraram que o leite materno de maneira isolada até os 6 meses contém todos os nutrientes necessários para as demandas da criança da criança e confirmaram que a introdução de alimentos após esse período deve ser adequado para que a criança possa crescer e se desenvolver de forma saudável. Dados que corroboram com outros estudos, como o Melo et al (2017), Glesta et al (2019) e Piastzki; Boff; Battisti (2020).

Nesse seguimento a introdução de alimentos inadequados para as crianças como os ultraprocessados estão ocorrendo cada vez mais de maneira precoce como discorrem em seus estudos Toloni et al (2017), Dallazen et al (2018), Glesta et al (2019), Bogea et al (2019), Ortelan; Nier; Benicio (2020) e Souza et al (2022) em suas pesquisas, onde enfatizam que tal fato pode provocar impactos diretos na formação de hábitos alimentares e no quesito saúde dos indivíduos, além de evidenciarem a grande influência dos pais, principalmente materna, uma vez que, são responsáveis pelo oferecimento dos alimentos as crianças na primeira infância.

Essa influência familiar é bastante enfatizada nos estudos literários e são a principal fonte promotora que influencia no que se refere aos hábitos alimentares das crianças, como pode ser observado nos estudos de Melo et al (2017), Piastzki; Boff; Battisti (2020) e Souza et al (2022). A figura materna se destaca como a principal influência na introdução alimentar na primeira infância, pois, são as mães na maioria das vezes que ficam responsáveis pelos alimentos a serem ofertados e sua qualidade, entretanto, aspectos como, por exemplo, baixa escolaridade, idade, número de filhos e paridade tentem a interferir nessa tomada de decisão (TOLONI et al., 2017; DALLAZEN et al., 2018; GLESTA et al., 2019; BOGEA et al., 2019),

Vasconcelos et al (2021) traz ainda que quando comparado aos aspectos do Indicador Composto de Condição Alimentar o consumo de alimentos e bebidas não saudáveis provoca grande influência nos hábitos alimentares mesmo que as crianças gostem de alimentos saudáveis como frutas e verduras e ainda discorre que as condições socioeconômicas acabam por ser determinantes, uma vez que, quanto menor a renda per capita maior os índices de adesão aos maus hábitos dietéticos.

Os determinantes econômicos nos hábitos alimentares também são encontrados na literatura científica como abordam Dallazen et al (2018) E Souza et al (2022) em seus estudos que realçam que identificar esses fatores na primeira infância é de suma importância para a criação de estratégias que visem a viabilização da promoção de saúde pública e nutricional e para que haja a incorporação de hábitos alimentares saudáveis ao longo da infância e nas demais fases da vida.

Complementado Bogea et al (2019) traz que ao estudar crianças na primeira infância houve a identificação de 4 padrões alimentares no Brasil (comum brasileiro, saudável, lácteo/mingau e não saudável), onde 3 deles possui uma elevada oferta e consumo de alimentos inadequados nutricionalmente como o açúcar simples, amido, gordura satura, entre outros.

Vale evidenciar ainda que as condutas na formação dos hábitos alimentares podem promover o maior risco de condições clínicas de saúde, com destaque para a obesidade e suas consequências como trazem Melo et al., (2017) que discorre que esse comportamento que leva ao ganho excessivo de peso está atrelado aos comportamentos dos pais e conseqüentemente dos alimentos ofertados por eles as crianças; e Piastzki; Boff; Battisti (2020), que enfatiza os achados do seu estudo já encontra que 1/3 das crianças escolares infantil já desenvolveram obesidade ou sobrepeso, relacionando-os aos hábitos alimentares formados por esse público.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluindo a análise dos achados temáticos percorridos na literatura científica abordada nesta revisão, verificou-se que a formação dos hábitos alimentares ocorre a partir dos primeiros dias de vida dos indivíduos e que uma gama de fatores pode gerar influência nesta vertente.

Sobre as influências foi identificado que as principais estão associadas as características familiares principalmente da mãe e aos fatores socioeconômicos. E do

desmame precoce do aleitamento e início antes dos seis meses da oferta de alimentos sólidos, especialmente de caráter ultraprocessados.

Sendo assim, conclui-se que esta pesquisa literária conseguiu alcançar o seu objetivo proposto que tratava-se de analisar os principais fatores associados a formação dos hábitos alimentares na primeira infância.

REFERÊNCIAS

APARÍCIO, G. Ajudar a desenvolver hábitos alimentares saudáveis na infância. **RCAAP**, Centro de estudos em educação, tecnologia e saúde, p. 283.298, 2016.

BOGEA, E. C. et al. Padrões alimentares de crianças de 13 a 35 meses de idade e associação com características maternas. **Cad. Saúde Pública**, v. 35, n. 4, p. e00072618, 2019.

BRASIL. **Guia Alimentar para a Crianças Brasileira Menores de 2 anos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

CAPELLI, J. C. S. et al. Ações de promoção da alimentação saudável no primeiro ano de vida em Macaé/RJ. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**, v. 9, n. 2, p. 09-16, 2018.

COELHO, A. S.; MENEZES, R. E.; LOBO, M. R. G. A importância da amamentação na formação de vínculos afetivos saudáveis entre mãe/bebê. **Boletim Informativo Unimotri saúde em Sociogerontologia**, v. 12, n. 5, p. 1-15, set. 2019.

DALLAZEN, C. et al. Introdução de alimentos não recomendados no primeiro ano de vida e fatores associados em crianças de baixo nível socioeconômico. **Cad. Saúde Pública**, v. 34, n. 2, p. e00202816, 2018.

FRANK, T. C. S. et al. Hábitos alimentares e perfil nutricional de Escolares de cascavel – PR. **Anais... 15º Encontro Científico Cultural Interinstitucional e 1º Encontro Internacional**, 2017.

GALVÃO, M. C. B.; RICARTE, I. L. M. Revisão sistemática da literatura: conceituação, produção e publicação. **LOGEION: Filosofia da informação**, v. 6 n. 1, p.57-73, 2020.

GLESTA, J. M. et al. Fatores associados à introdução precoce de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças menores de dois anos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 7, p. 2387-2397, 2019.

GOMEZ, M. S. et al. *Baby-Led Weaning*, panorama da nova abordagem sobre introdução alimentar: revisão integrativa de literatura. **Rev Paul Pediatr.**, n. 38, p. 1-7, 2021.

LOPES, M. M. D.; LÍBERA, B. D. Educação nutricional e práticas alimentares saudáveis na infância. **Revista Interdisciplinar do Pensamento Científico**, v. 1, n. 3, p. 15-24, 2017.

LOPES; L. S.; SILVA, M. C. **Formação de hábitos alimentares na primeira infância**. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em nutrição) - Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Brasília, 2021.

MELLO, N. K. L. et al. Aspectos influenciadores da introdução alimentar infantil. **Distúrb. Comun.**, v. 1, n. 33, p. 14-24, 2021.

MELO, K. M. et al. Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância. **Esc Anna Nery**, v. 21, n. 4, p. e20170102, 2017.

MORAIS, R. M.; CARVALHO, A. C. M. **Fatores ambientais que influenciam na formação dos hábitos alimentares do pré-escolar**: uma revisão. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em nutrição) - Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiás, 2021.

MOREIRA, B. L. R.; PIRES, I. G.; GONÇALVES, D. R. O contexto familiar é um dos principais contribuintes para a obesidade infantil. **Rev. E-ciência**, v. 2, n. 8, p. 76-88, 2020.

OPAS – Organização Pan Americana de Saúde. **Brasil lança nova campanha de incentivo à amamentação**. Brasília, 2018.

ORTELAN, N.; NIER, D. A.; BENICLO, M. H. D. Práticas alimentares de lactentes brasileiros nascidos com baixo peso e fatores associados. **Rev Saude Publica**, v. 54, n. 14, p. 1-14, 2020.

PASSANHA, A.; BENÍCIO, M. H. A.; VENÂNCIO, S. I. Influência do aleitamento materno sobre o consumo de bebidas ou alimentos adoçados. **Rev Paul Pediatr.**, v. 36, n. 2, p. 148-154, 2018.

PIASETZKI, C. T. R.; BOFF, E. T. Educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância. **Revista Contexto e Educação**, v. 33, n. 106, p. 318-338, 2018.

PIASETZKI, C. T. R.; BOFF, E. T.; BATTIST, I. D. E. Influência da Família na Formação dos Hábitos Alimentares e Estilos de Vida na Infância. **Revista Contexto e Educação**, v. 20, n. 41, p. 13-24, ed. extra, 2020.

SILVA, E. P.; SILVA, E. T.; AOYAMA, E. A. A importância do aleitamento materno nos seis primeiros meses de vida do recém-nascido. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, v. 2, n. 2, p. 60-65, 2020.

SILVA, M. A. S.; COSTA, M. S. C. A regulamentação da publicidade infantil de alimentos: potencialidades para a comunicação em saúde no Brasil. **Cadernos da Pedagogia**, v. 15, n. 31, p. 53 64, 2021.

SOUZA, A. A.; CADETE, M. M. M. O papel das famílias e da escola na formação dos hábitos alimentares saudáveis de crianças escolares. **Revista Pedagógica**, n. 40, v. 19, p. 136-154, 2017.

SOUZA, D. M. et al. Hábitos alimentares de crianças menores de dois anos na região metropolitana de Belém-PA-Brasil. *Brazilian Journal of Development*, v. 8, n. 1, 2022.

TOLONI, M. H. A. et al. Preditores da introdução de alimentos industrializados na infância: estudo em creches públicas. **Revista o Mundo da Saúde**, v. 4, n. 41, p. 644-651, 2017.

VASCONCELOS, C. M. R. et al. Alimentação saudável relacionada ao comportamento alimentar e à condição social. **Rev. enferm. UFPE on line**, v. 15, n. 1, p. 1-23, 2021.

VASCONCELOS, T. C.; BARBOSA, D. J.; GOMES, M. P. Fatores que interferem no aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses de vida do bebê. **Revista Pró-univerSUS**, v. 1, n. 11, p. 80-87, 2020.

VIANA, V. et al. *Mothers' eating style's influence on their feeding practices and on their children's appetite traits*. **The Psychologist: Practice & Research Journal**, v. 2, n. 1, p. 1-11, 2019.

VITOLLO, M. R. **Nutrição**: da gestação ao envelhecimento. 2. ed. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2014.