



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

ASPECTOS INFLUENCIADORES NO HÁBITO ALIMENTAR
INFANTIL

Luísa Teixeira Pastrana e Victor Mariano Moura de Oliveira

Maria Cláudia da Silva

Paloma Popov Custódio Garcia

Ana Cristina de Castro Pereira Santos

Brasília, 2021

INTRODUÇÃO

A alimentação infantil adequada traz diversos benefícios para o crescimento e desenvolvimento adequado da criança, assim como a prevenção de carências nutricionais, obesidade e problemas na idade adulta, causados por uma contínua alimentação deficiente (COSTA *et al.*, 2012). A formação dos hábitos alimentares em crianças sofre grande influência parental, escolar e midiática, que na maioria das vezes, faz propagandas incentivando o consumo de alimentos ultraprocessados. A nutrição da família se mostrou importante para melhorar e adequar a alimentação infantil (JANSSEN *et al.*, 2019).

A televisão e a mídia em geral, exercem grande influência na formação dos hábitos alimentares da população em geral, mas especificamente o público infantil é mais vulnerável às propagandas de alimentos industrializados do que os adultos, e também à influência da era digital como videogames, celulares, entre outros, que contribuem com o sedentarismo para essas crianças. A cultura acelerada da população se encaixa perfeitamente com esses alimentos prontos para o consumo, devido a falta de tempo dos pais para optarem por alimentos que devem ser preparados (SANTOS; ENOHI, 2018).

Durante a infância os pais utilizam vários meios para formar os hábitos alimentares dos filhos (JANSSEN *et al.*, 2019). Segundo o estudo de Yee, Lwin e Ho (2017), identificaram fatores parentais que influenciam a alimentação infantil, como a orientação restritiva, que são limites ou restrições que os pais aplicam na alimentação da criança. Há também a pressão para comer, causada pelo receio dos pais de que a alimentação do filho seja insuficiente, pressionando-o para que se alimente adequadamente.

Estudos demonstram que os hábitos alimentares dos pais afetam diretamente na alimentação dos filhos, e é de suma importância que essa formação seja feita de forma adequada para garantir uma vida saudável durante a infância, estendendo-se para a fase adulta. Lacerda *et al.* (2020), descreve que o excesso de peso em crianças em idade escolar está associado ao alto consumo de alimentos processados, e a prevalência do consumo desses alimentos se mostrou evidente em crianças que já possuíam excesso de peso e que se alimentavam em frente à televisão. Vale ressaltar, que atualmente o hábito alimentar brasileiro é constituído, majoritariamente, de

alimentos ultraprocessados e industrializados de alto valor calórico (MELO *et al.*, 2017).

As causas da obesidade estão diretamente relacionadas a vários fatores, podendo ser a ingestão inadequada de alimentos e falta da prática de exercícios físicos, além de também se desencadear por fatores ambientais, biológicos, hereditários e psicológicos (COSTA *et al.*, 2011). No que diz respeito à participação dos pais no tratamento dos pacientes pediátricos com sobrepeso e obesidade, há traços de que os hábitos de vida familiares são de extrema importância no processo de emagrecimento (OLIVEIRA; CUNHA; FERREIRA, 2010).

Segundo Cambraia *et. al.* (2012) os hábitos alimentares e de exercícios físicos que auxiliam o estado nutricional, são formados durante a idade escolar, e as novas preferências alimentares são formadas dos 10 aos 15 anos, devido a liberdade de se alimentar fora de casa e, muitas vezes, longe dos pais que auxiliam em boas escolhas alimentares.

Em vista disso, admite-se que, para combater o aumento, e também evitar o aparecimento da obesidade infantil, se faz necessário que haja medidas que proporcionem a adoção de ações preventivas, no âmbito da saúde coletiva, e que, para isso é importante a união de várias partes dentre as quais a família como base, a escola e do empenho multidisciplinar de profissionais na área da nutrição na busca da qualidade de vida dessas crianças, de modo que diminua a vulnerabilidade das mesmas para a obesidade infantil. Diante do exposto, este estudo tem por objetivo debater sobre aspectos que podem influenciar na formação do hábito alimentar infantil.

METODOLOGIA

Desenho do estudo

Foi realizada uma revisão da literatura sobre os aspectos influenciadores na formação do hábito alimentar infantil.

Base de dados a serem pesquisados PUBMED, SCIELO e GOOGLE ACADÊMICO

Foram pesquisados artigos científicos publicados no ano de 2000 até o ano de 2021, nos idiomas português e inglês na pesquisa de dados, os estudos foram selecionados nas bases de dados SCIELO, PUBMED e GOOGLE ACADÊMICO.

Palavras chaves a serem pesquisadas em conformidade ao decs

Em relação à busca, foram utilizados os descritores, “crianças/children”, “alimentação/food”, “hábitos alimentares/eating habits”, “pais/parents”, “alimentos/foods” e “nutrição infantil/infant nutrition”. “influência da mídia/media influence”, “políticas públicas/public policy”, “televisão/television”, “influência alimentar/food influence”.

Exclusão por leitura do artigo na íntegra

Foram incluídos todos os artigos que tratavam dos descritores citados.

Foram excluídos artigos que tratavam apenas da alimentação na vida adulta e artigos com ano de publicação anterior a 2000.

Amostra: Critérios de inclusão dos artigos, ano de publicação, tipos de estudos incluídos

Análise de dados

Os trabalhos foram analisados por meio dos títulos, juntamente ao seu resumo, aqueles trabalhos pré-selecionados foram lidos no arquivo na íntegra utilizando como critérios de inclusão trabalhos que tratem sobre alimentação infantil, hábitos alimentares dos pais e influência dos pais e da escola na alimentação infantil,

com foco no hábito alimentar infantil. E como critérios de exclusão trabalhos que não tiverem a metodologia bem clara e trabalhos não realizados com o público-alvo.

Leitura crítica dos artigos e definição dos subtemas

Em seguida, empreendeu-se uma leitura minuciosa e crítica dos manuscritos para identificação dos núcleos de sentido de cada texto e posterior agrupamento de subtemas que sintetizam as produções.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Formação do hábito alimentar infantil

As mudanças no comportamento alimentar brasileiro estão cada vez mais evidentes no cenário atual, como a preferência por alimentos ultraprocessados, com isso esses alimentos são introduzidos precocemente na alimentação das crianças. A obesidade infantil vem sendo relacionada com o desmame precoce do aleitamento materno e com a introdução da alimentação complementar de forma errada, esses dois pontos podem causar efeitos a longo prazo na saúde dos lactentes (GIESTA *et al.*, 2019)

O aleitamento materno exclusivo deve ser feito até os 6 meses de vida do lactente, após isso a introdução da alimentação complementar é recomendada pois se essa introdução for feita precocemente pode causar diversos malefícios ao crescimento saudável da criança como, interferência na absorção de nutrientes e aumento das chances de desenvolver alergias alimentares. O desmame inadequado e a qualidade dos alimentos ingeridos no período do neonatal podem trazer prejuízos de curto a longo prazo, como a obesidade, crianças amamentadas corretamente possuem melhor capacidade de controlar os níveis séricos de colesterol do que as que recebem fórmulas lácteas, indicando melhor resposta contra a obesidade na idade adulta (VIEIRA *et al.*, 2004).

O consumo de alimentos industrializados é considerado um fator que predispõe as crianças ao ganho de peso, contribuindo para o surgimento de casos de sobrepeso e obesidade infantil. Os pais são seduzidos pela comodidade dos alimentos processados, além de perceber o papel da publicidade de moldar os padrões alimentares das crianças em casa, mostrando que há uma forte influência da mídia, que molda o comportamento alimentar das crianças. Mesmo que os pais percebam que os alimentos processados não são benéficos e saudáveis para as crianças, o fornecimento sistemático desses alimentos em casa é comum, aparecendo como uma transição estabelecida a partir de modelos projetados pela sociedade moderna, evento esse que tem sido observado em áreas menos favorecidas economicamente (FECHINE *et al.*, 2015).

A influência parental na formação do hábito alimentar

A influência das relações familiares impacta diretamente sobre as preferências e a formação dos hábitos alimentares, pois as crianças querem copiar os hábitos alimentares da família em geral. Segundo o estudo de Souza (2017) fazer refeições na presença dos pais é determinante para o consumo de alimentos saudáveis, devido à grande influência dos pais na compra, no preparo e até nas restrições alimentares.

Parece óbvio que a alimentação da criança sofre influência direta da família da qual é descendente. No entanto, a influência que a família exerce sobre a alimentação da criança é transmitida pela cultura a qual se encontra inserida, sendo modificada pelos aspectos sociais e situacionais do consumo alimentar. (ROMANELLI, 2006).

Do ponto de vista do comportamento alimentar, o período pré-escolar é caracterizado por um apetite irregular evidenciando as crianças, frequentemente, seletividade em relação aos alimentos, resistência em experimentar novos sabores e texturas (neofobia alimentar), e desejo de comer apenas os alimentos favoritos. É assim típica, uma certa monotonia alimentar, caracterizada por uma dieta limitada e pouco diversificada, típica dos “picky eaters” ou “esquisitos” (PLINNER e LOEWEN, 1997 citado por COSTA *et. al*, 2012).

A refeição familiar é o contexto social no qual a criança tem oportunidade de comer com os irmãos, amigos e adultos que lhe servem de modelo e que dão atenção a sua alimentação, ora elogiando-a e encorajando-a a comer, ora chamando a atenção do seu comportamento à mesa. As evidências sugerem que os alimentos com baixa palatabilidade, como os vegetais, são oferecidos em contexto negativo, normalmente envolvendo coação para a criança comer. Ao contrário, os alimentos ricos em açúcar, gordura e sal são oferecidos em um contexto positivo, potencializando a preferência por estes alimentos. Frequentemente são esses os alimentos utilizados em festas e celebrações, ou como recompensa para a criança comer toda a refeição, em uma interação positiva, tornando-se assim os preferidos. (BIRCH, 1992 citado por RAMOS *et al*, 2000)

Por essa razão, torna-se necessário analisar até que ponto as experiências familiares influenciam o hábito alimentar infantil, pois hoje a criança se encontra exposta a tantas interferências do mundo moderno. (FERRARI, 2012).

Do mesmo modo, é inquestionável que a alimentação/nutrição da criança é um aspecto fundamental para a promoção de sua saúde, bem como prevenir uma série de doenças (ROSSI *et al.*, 2008).

Segundo DaMatta (2001 citado por LIMA *et al.*, 2015), defende que o jeito de comer define não só aquilo que é ingerido como também aquele que ingere. E com isso pode-se afirmar que comer é muito mais do que o simples ato de se alimentar para sobreviver, mas também é um comportamento simbólico e cultural. Maciel (2001 citado por LIMA *et al.*, 2015) aborda em seu estudo que a alimentação diz que há uma junção entre natureza e cultura quando se trata da alimentação humana, como o ato de amamentação do lactente, que ao ser amamentado experimenta a sensação de carinho da mãe, fortalecendo esse vínculo entre mãe e filho, e também ao prazer de comer.

A influência das mídias e marketing de alimentos

Um dos fatores que mais impacta na influência da mídia sobre as crianças é o simples fato de que as crianças passam mais tempo em frente a televisão do que na escola ou do que em atividades físicas rotineiras. Com isso, a mídia investe fortemente em propagandas alimentícias focadas no público infantil, e muitas vezes esses alimentos ofertados pelas propagandas possuem um baixo valor nutricional. A exposição a essas propagandas ao longo do tempo é capaz de influenciar os hábitos alimentares das crianças e até mesmo das famílias (SOUZA e CADETE, 2017)

Muitos fatores influenciam a preferência das crianças por atividades como assistir televisão e navegar na internet, um desses fatores é a urbanização que trouxe o aumento do tráfego de veículos e o aumento da violência deixando os pais com medo das crianças brincarem na rua e também o envolvimento cada vez mais rápido com o meio tecnológico (RODRIGUES; FIATES, 2012)

O hábito de assistir televisão está relacionado diretamente com o consumo de alimentos não saudáveis e com o aumento da incidência de obesidade infantil. Além disso, influencia de maneira negativa o desenvolvimento de experiências sinestésicas (audição, visão, paladar, olfato, tato), problemas mentais, aumento da ansiedade,

violência, transtornos relacionado ao sono, a alimentação, problemas auditivos, visuais e Distúrbios Osteomusculares. (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2016)

Com a mudança no estilo de vida e a ausência dos pais nas refeições, devido à carga horária elevada no trabalho, aumentaram as refeições fora de casa, ocorrendo a substituição de alimentos *in natura* ou minimamente processados, por alimentos ultra processados, devido à praticidade e à economia de tempo. (ENES e LUCCHINI, 2016 citado por STRAUSS *et al*, 2021)

Os comerciais são ferramentas de marketing adotadas pelas indústrias de alimentos infantis que anunciam seus produtos nos canais abertos de televisão utilizam formatos diferentes, visando abranger um maior número de pessoas e utilizando de diversas estratégias para atrair o público-alvo, como a distribuição de brindes, histórias e personagens para atrair o público infantil. (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2017)

É fato incontestável a importância da alimentação saudável, completa, variada e agradável ao paladar para a promoção da saúde, sobretudo dos organismos jovens, em fase de desenvolvimento, e para a prevenção e controle de doenças crônicas não transmissíveis, cuja prevalência vem aumentando significativamente (BOOG, 2000 citado por MARIN *et al*, 2017)

A responsabilidade pelas estratégias para a mudança de comportamento não podem ser atribuídas a um único setor, pois existem fatores que condicionam o comportamento alimentar. Portanto, programas de educação nutricional devem ser multisetoriais e envolver a participação da família, da equipe de educadores e colaboradores da instituição de ensino (MARIN *et al*, 2017).

Ações governamentais e não governamentais voltados para alimentação e nutrição infantil

Atualmente a transição alimentar no Brasil é visível, devido às taxas elevadas de obesidade e de doenças associadas à má nutrição que estão presentes no país. As ações advindas de políticas públicas devem conter o incentivo e motivação com as informações positivas de ter um hábito alimentar saudável, apoio para facilitar e auxiliar as escolhas de pessoas que estejam dispostas a terem práticas mais saudáveis e proteção à saúde de práticas que prejudiquem a saúde da população (REIS *et al*, 2011).

Algumas políticas públicas foram criadas para combater problemas relacionados à alimentação e à nutrição das crianças. Um dos programas mais conhecidos é o PNAE, que visa a promoção da segurança alimentar e nutricional e uma melhor alimentação permanente para os escolares, contribuindo para uma melhora da qualidade de vida e do desempenho escolar. Outro programa criado para melhorar a alimentação no ambiente escolar foram os “Dez Passos para a Promoção de Alimentação Saudável nas Escolas” que propõe um conjunto de estratégias com o intuito de criar atividades e ações que promovam hábitos alimentares saudáveis e que visem a promoção de saúde, de acordo com a realidade de cada cidade. No Distrito Federal foi criada a lei n.º 3.695/2005 que diz a respeito da promoção da alimentação saudável nas escolas e propõe que a cantina escolar seja administrada por uma pessoa que tenha conhecimentos da área de alimentação e nutrição (REIS *et al*, 2011).

O PNAE tem como principal objetivo proporcionar aos estudantes uma alimentação digna, que garante minimamente, uma nutrição segura e de qualidade, o programa proporciona aos mesmos um exercício de cidadania e melhoria da qualidade de vida. (FERREIRA *et al*, 2019). O PNAE atende todas as escolas públicas, independente das condições socioeconômicas do estudante. Apesar disso, não exclui que a maior adesão de alunos que consomem a alimentação escolar é, com frequência, de estudantes com condições socioeconômicas mais baixas. (ALVES, *et al*, 2019).

Nesse contexto, a merenda escolar é de suma importância para a nutrição dos alunos ao contribuir para o seu desenvolvimento fisiológico e cognitivo. Conseqüentemente, estudantes que se encontrem em estado de subnutrição não terão o mesmo desempenho que os indivíduos saudáveis. (ALVES, *et al*, 2019)

O grande desafio da merenda escolar é a aceitação dos alunos, além dos professores incentivarem o consumo de alimentos saudáveis, e também as manipuladoras popularmente conhecidas como merendeiras. Elas são as responsáveis pelas estratégias para atrair os alunos a provarem novas receitas. Entretanto, essas estratégias, muitas vezes, não são planejadas, o que acaba indo de encontro com políticas promotoras de saúde, e geralmente sem nenhum preparo técnico, já que comumente se valoriza a culinária regional e a palatabilidade do alimento ao invés de seu caráter nutricional. Esse ponto de vista se dá ao senso

comum que uma alimentação caseira e alimentos com valor efetivo da cultura local são considerados saudáveis (CAMOZZIL, *et al.*, 2015)

De uma forma geral pode-se dizer que qualidade de vida envolve boa alimentação, boa educação, boa moradia, prática de exercícios físicos, relações harmoniosas com a família e amigos, diversão, enfim, o foco em questão está relacionado à alimentação. (DA CUNHA, 2014)

Para essa conscientização sobre alimentação como fator de grande contribuição para melhor qualidade de vida, se faz necessário um incentivo à promoção da saúde por meio da educação nutricional, tornando-se, portanto, uma necessidade atual. A sociedade não precisa de modismos, e sim da verdadeira conscientização da importância dos hábitos alimentares corretos, isto é, fornecimento de alimentos necessários, nas quantidades adequadas, nos momentos certos, e por meio desta disciplina alimentar alcançar os benefícios satisfatórios para a saúde do corpo e, desta forma, contribuir para a aquisição de uma boa qualidade de vida. (AMARAL, 2008).

A escola é um espaço social onde muitas pessoas passam grande parte do seu tempo, convivem, aprendem e trabalham, portanto torna-se um ambiente favorável para o desenvolvimento de ações para a promoção da saúde, bem como formação de hábitos alimentares saudáveis, atingindo os estudantes nas etapas mais influenciáveis da sua vida, seja na infância ou na adolescência. (FERNANDES, 2006)

Portanto, o tema em questão é de suma importância para ser trabalhado nas escolas, visto que a mesma representa um ambiente favorável e privilegiado para o estímulo à formação de hábitos saudáveis ou correção de desvios no que diz respeito à alimentação, assim como à prática de atividades físicas. (DA CUNHA, 2014)

A obesidade infantil constitui-se em uma questão social, de repercussão mundial, tendo como determinantes diferentes fatores: desmame precoce, aumento do consumo de alimentos ricos em gorduras, sal e açúcares, sedentarismo (aliado às mudanças nas formas de transporte e uso de aparelhos tecnológicos), além da publicidade e oferta de alimentos industrializados (CALDEIRA, *et al.*, 2015).

Segundo Rabelo *et. al.*, (2018) o PROBEM infantil tem como objetivo melhorar a qualidade de vida e controlar quadros de obesidade, buscando melhorar a alimentação individual da criança e a alimentação familiar por meio da educação nutricional, identificar e tratar alterações no metabolismo, melhorar a autoestima da

criança, diminuir os níveis de ansiedade e de compulsão alimentar, demonstrar para as famílias a importância do seu papel na formação de bons hábitos alimentares e incentivar a prática de atividades físicas regulares. O programa foi criado em 2015 no DF e abrange crianças de 6 a 12 anos com diagnóstico de sobrepeso ou obesidade.

A utilização da educação nutricional como intervenção promove melhoria nos conhecimentos nutricionais, atitudes e comportamento alimentar, influenciando principalmente nos hábitos alimentares da família. O conhecimento pode mudar as práticas alimentares, levando a modificações no IMC. O estilo de vida tem sido destacado como determinante direto da obesidade. Desta forma, esta estratégia tem sido abordada como a melhor maneira a ser seguida para que as crianças tenham uma alimentação mais saudável e, dessa forma, um peso adequado (TRICHES; GIUGLIANI, 2005; NASCIMENTO *et al.*, 2012).

A intervenção nutricional realizada por meio das atividades de educação nutricional demonstrou-se eficaz na redução de peso dos escolares, influenciando desta forma nos hábitos alimentares. Desta forma, essa patologia pode ser prevenida e tratada com medidas que incluem uma alimentação saudável, a prática de atividades físicas e a frequente avaliação do estado nutricional (FRANCHINI, *et al.*, 2018)

O governo brasileiro criou o Regulamento Técnico para as atividades publicitárias destinadas ao público infantil, e tem como foco a oferta de propagandas e da publicidade de alimentos com baixo valor nutricional. O regulamento traz diversos artigos que estabelecem limites para as propagandas visando a saúde da população. O regulamento proíbe uma série de práticas publicitárias que podem afetar a alimentação de forma negativa como aspectos psicossociais, autoestima, imagem pessoal, relações sociais, etc. Em seu estudo foram avaliadas 132 propagandas, e segundo o Código de Defesa do Consumidor todas foram consideradas abusivas, pois não cumprem mais de 3 artigos do Regulamento (HENRIQUES *et al.*, 2012).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com o que se apresenta no estudo, percebe-se que a formação do hábito alimentar infantil sofre influência de diversos fatores como o comportamento alimentar parental e a presença da família no momento das refeições, influenciam na formação do hábito alimentar das crianças. A influência da escola devido à busca pela aceitação das crianças e da relação da cantina e também a grande atuação da mídia e da publicidade, que fazem, muitas das vezes, propagandas apelativas para

despertar o desejo de consumo de determinado alimento, que geralmente possuem um baixo valor nutricional.

Atualmente a obesidade é uma epidemia global, e alguns fatores na infância podem favorecer o processo obesogênico na vida adulta, como a introdução precoce de alimentos na fase de lactação, o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados e a falta da prática de exercícios físicos, pelo fato de muitas vezes as crianças preferirem passar a maior parte do tempo em frente à televisão ou em meio a tablets e smartphones.

A alimentação infantil, atualmente, consiste em um processo de aprendizagem, sendo que é um dos fatores determinantes do comportamento alimentar da criança, cujo condicionamento está associado a três fatores em ênfase: os sentidos do paladar o qual se apropria na sugestão do sabor dos alimentos, o efeito pós-ingestão da alimentação, ou seja, a reação da criança após ingerir determinados alimentos ofertados, e por fim o contexto social que compreende a influência do meio social.

É válido destacar que, a colaboração e assistência da família são fundamentais para que as crianças desenvolvam hábitos alimentares saudáveis, sendo relevante também, em conjunto com professores e profissionais de saúde se atentem e alertem as crianças que o objetivo de uma alimentação saudável é consequentemente a promoção da própria saúde e hábitos como se deixar influenciar por até mesmo propagandas de TV e a internet em si, é aumentar a venda dos produtos e não informar ou educar sobre tal assunto.

Outro ponto que pôde ser observado no seguinte estudo foi a evidência de ações vindas das políticas públicas impostas principalmente na rede pública escolar e também para as famílias de baixa renda. Evidenciou-se a importância de uma formação de estratégias para auxiliar tanto os pais quanto a escola a reduzirem os efeitos da televisão sobre os hábitos de seus filhos e de políticas públicas que incentivem o consumo saudável, além de uma regulamentação do marketing de alimentos pouco nutritivos e outros sem nenhum valor nutricional para o público infantil.

Adequação do lanche ou merenda escolar e orientações nutricionais são ações que precisam ser consideradas pela rede escolar pública. Os resultados dessas ações mostram a necessidade de atividades de educação, controle nutricional e da atuação efetiva da escola junto à secretaria de educação na promoção e evolução da saúde

das crianças. Sendo também, responsabilidade do Estado promover o direito humano à alimentação adequada, agregando às políticas públicas de nutrição para uma boa implementação. As políticas públicas são fundamentais para garantir o DHAA (direito humano à alimentação adequada), logo, o projeto, o planejamento, a implementação e a gestão dessas políticas têm de se apoiar para a busca de uma transformação do problema social que afeta a população em geral, sendo que os primeiros indícios são em crianças pela desnutrição e obesidade.

REFERÊNCIAS

1. AMARAL, C.M.C. Educação alimentar. FMPB, 2008. Disponível no site: **Fundação Passos Barros** www.fmpb.org.br/mostraconteudos.asp?cod_conteudo=6 / acesso em 22/10/2013.
2. CALDEIRA, K. M. S.; SOUZA, J. M. P.; SOUZA, S. B. Excesso de peso e sua relação com a duração do aleitamento materno em pré-escolares. **Journal of Human Growth and Development**, v. 25, n. 1, p. 89-96, 2015.

3. CAMBRAIA, R. P. et al. Preferência alimentar de crianças e adolescentes: Revelando a ausência de conhecimento sobre a alimentação saudável. **Alimentos e Nutrição**, v. 23, n. 3, p. 483 - 489, setembro, 2012.
4. CAMOZZIL, A. B. et al. O. Promoção da Alimentação Saudável na Escola: realidade ou utopia?. **Cad. Saúde Colet.**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 21, p. 32-37, 2015.
5. COSTA, M.G. et al. Conhecimento dos pais sobre alimentação: construção e validação de um questionário de alimentação infantil. **Revista de Enfermagem Referência**, v. 3, n. 6, março, 2012.
6. ENOHI, R. T, SANTOS, A.S. Hábitos alimentares e qualidade de vida de crianças em idade escolar. Acesso em: <https://www.unaerp.br/documentos/3390-rci-habitos-alimentares-e-qualidade-de-vida-06-2019/file>
7. FECHINE, A.D.L. MACHADO, M.M.T. LINDSAY, A.C. FECHINE, V.A.L. ARRUDA, C.A.M. Percepção de pais e professores sobre a influência dos alimentos industrializados na saúde infantil. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 28, n. 1, 2015.
8. FERNANDES, F. M. Alimentação e nutrição entre escolares: caso dos alunos de uma escola do município, Vitória – ES. 2006. 49 f. Monografia (Especialização em Nutrição Clínica) - Curso de Pós-Graduação em Nutrição Clínica, Universidade Veiga de Almeida, Vitória, 2006.
9. FERRARI, A. C. Influência familiar na alimentação infantil. **Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí)**. 2012
10. FERREIRA, H. G. R. ALVES, R. G. MELLO, S. C. R. P. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE): Alimentação e Aprendizagem. **Revista da Seção Judiciária do Rio de Janeiro**, v. 2, n.44, p. 90-113, abril, 2019.
11. FRANCHINI, L. A. SCHMIDT, L. DEON, R. G. Intervenção Nutricional na Obesidade Infantil. Nutritional Intervention at Childhood Obesity. **Revista Perspectiva**, v. 42, n. 157, p. 151-157, março, 2018.

12. GIESTA, J. M. et al. Fatores associados à introdução precoce de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças menores de dois anos. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 24, n. 07, julho, 2019.
13. JANSSEN, et al. Um estudo transversal sobre a relação entre o clima nutricional familiar e o comportamento nutricional infantil. **Revista Nutrients**, v. 11, n. 10, outubro, 2019.
14. LACERDA, A.T. et al. Participação de alimentos ultra-processados na dieta e fatores associados de crianças escolares do Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 38, junho, 2020.
15. LIMA, R. S. NETO, J. A. FARIAS, R. C. Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. **Revista Demetra: Alimentação, nutrição e saúde**, v. 10, n. 3, p. 507-522, 2015.
16. LINHARES, F.M.M. SOUSA, K.M.O. MARTINS, E.N.X. BARRETO, C.C.M. Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos. **Temas em Saúde**, v. 16, n. 2, p. 460-48, 2016.
17. MARIN, T. BERTON, P. ESPÍRITO SANTO, L. K. R. EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E ALIMENTAR: POR UMA CORRETA FORMAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES. **Revista Fapciência**, v. 3, n. 7, pág. 72-78, Paraná, 2009.
18. MELO, K.M. et al. Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância. **Escola Anna Nery**, v. 21, n. 4, p. 1-6, agosto, 2017.
19. NASCIMENTO, V. G. et al. Excesso de peso em pré-escolares: Análise de uma intervenção possível. **Journal of Human Growth and Development**, v. 22, n. 1, p. 1-7, 2012.
20. RABELO, R. P. et al. Implantação de um Programa Interdisciplinar para o controle da obesidade infantil na Secretaria de Saúde do Distrito Federal/DF. **Com. Ciências Saúde**, v. 29, n. 1, p. 65-69, 2018.

21. RAMOS, M. STEIN, L. M. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. **Jornal de Pediatria**, v. 76 Supl. 3, 2000.
22. REIS, C. E. VASCONCELOS, I. A. BARROS, J. F. Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 29, n. 4, Dezembro, 2011.
23. RIBEIRO, I.L. RIBEIRO, I.L. SANTA ROSA, J.G.S. COSTA, I.C.C. Alimentação saudável: a percepção de escolares sobre si próprios. **Revista de salud pública**, v. 21, n. 3, junho, 2020.
24. RODRIGUES, V. M. FIATES, G. M. Hábitos alimentares e comportamento de consumo infantil: Influência da renda familiar e do hábito de assistir à televisão. **Revista de Nutrição**, v. 25, n. 3, p. 353-362, maio/junho, 2012.
25. ROSSI, C.E. COSTA, L.C.F. MACHADO, M.S. DE ANDRADE, D.F. DE VASCONCELOS, F.A.G. Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. **Ciência e saúde coletiva**, v. 24, n. 2, fevereiro, 2019.
26. SILVA, G.A.P. COSTA, K.A.O. GIUGLIANI, E.R.J. Alimentação infantil: além dos aspectos nutricionais. **Jornal de Pediatria**, v. 92, n. 3, junho, 2016.
27. Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). Promoção da Atividade Física na Infância e na Adolescência. [Manual de Orientação]. 2017.
28. Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital. [Manual de Orientação]. 2016.
29. SOUZA, A. A. CADETE, M. M. O papel das famílias e da escola na formação de hábitos alimentares saudáveis em crianças escolares. **Revista Pedagógica**, v. 19, n. 40, p. 136-154, janeiro/abril, 2017.
30. STRAUSS, M. J. CONDE, R. S. Influência das mídias e eletrônicos no consumo alimentar e estado nutricional de crianças: revisão de literatura. **Recima21 - Revista Científica Multidisciplinar**, v.2, n.1, fevereiro, 2021.

31. VIEIRA, G. O. et al. Hábitos alimentares de crianças menores que 1 ano amamentadas e não-amamentadas. **Jornal de Pediatria**, v. 80, n. 5, 2004.
32. TRICHES, R. M.; GIUGLIANI, E. R. Obesity, eating habits and nutritional knowledge among school children. **Revista Saúde Pública**, v. 39, n. 4, p. 541-547, 2005.
33. YEE, A.Z. LWIN, M.O. HO, S.S. A influência das práticas parentais nos comportamentos de consumo alimentar de promoção e prevenção. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 14, n. 47, abril, 2017.
34. HENRIQUES, P. et al. Regulamentação da propaganda de alimentos infantis como estratégia para a promoção da saúde. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 17, n. 2, p. 481-490, 2012.