
FATORES DE INFLUÊNCIA DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR INFANTIL

Rui Anderson Costa Monteiro *
profuianderson@gmail.com

Eloiza Dizioli Rodrigues Monteiro**
elodizimonteiro@gmail.com

* Universidade Nove de Julho

** Nutricionista pela USJT. Pós-Graduação em Vigilância Sanitária pela Uninove. Pós-Graduação em Nutrição Escolar pela Faveni. Nutricionista da Divisão de Alimentação Escolar da Mairiporã.

Resumo

Sabe-se que o comportamento alimentar infantil recebe inúmeras interferências e essas podem comprometer o padrão de qualidade da saúde de crianças e adolescentes, resultando em prejuízos para toda a vida. Dessa forma, este trabalho apresenta como problema de pesquisa fatores que influenciam o comportamento alimentar infantil. Determinou-se como objetivos a discussão das variáveis na formação dos hábitos alimentares das crianças; apresentação de dados sobre os efeitos da má alimentação em crianças e adolescentes e reflexão sobre as ações desenvolvidas em âmbito nacional para alteração do cenário da alimentação infantil. Os procedimentos metodológicos consistiram na revisão documental apoiada em revisão da literatura considerando as publicações entre os anos de 2010 e 2019, onde foi possível selecionar artigos com proximidade temática a permitir análise qualitativa dos resultados. Verificou-se que os pais são formadores de hábitos alimentares e precisam incorporar na rotina de seus filhos alimentos saudáveis, bem como, a existência de forte influência da mídia nas escolhas dos alimentos e por fim, a necessidade de políticas públicas em favor da melhoria de qualidade comportamental relacionada a rotina alimentar. Consideramos que os hábitos alimentares são produtos de interferências multifatoriais que precisam ser observadas pela família e necessitam de ações governamentais para resultados satisfatórios no sentido da promoção da saúde.

Palavras-chave: políticas públicas de alimentação; comportamento alimentar; criança e adolescente; promoção da saúde.

Resumen

Se sabe que la conducta alimentaria de los niños recibe numerosas interferencias y estas pueden comprometer la calidad de salud de los niños y adolescentes, provocando pérdidas de por vida. Así, este trabajo presenta como problema de investigación los factores que influyen en la conducta alimentaria

de los niños. Los objetivos fueron discutir las variables en la formación de los hábitos alimentarios de los niños; presentación de datos sobre los efectos de la mala alimentación en niños y adolescentes y reflexión sobre las acciones desarrolladas a nivel nacional para cambiar el escenario de la alimentación infantil. Los procedimientos metodológicos consistieron en una revisión documental sustentada en una revisión de la literatura considerando las publicaciones entre los años 2010 y 2019, donde fue posible seleccionar artículos con cercanía temática para permitir el análisis cualitativo de los resultados. Se constató que los padres están formando hábitos alimentarios y necesitan incorporar alimentos saludables en la rutina de sus hijos, así como la existencia de una fuerte influencia de los medios de comunicación en las elecciones alimentarias y, finalmente, la necesidad de políticas públicas a favor de la mejora de la salud. calidad del comportamiento relacionada con la rutina alimentaria. Creemos que los hábitos alimentarios son producto de interferencias multifactoriales que necesitan ser observadas por la familia y necesitan acciones gubernamentales para obtener resultados satisfactorios en términos de promoción de la salud.

Palabras-Clave: políticas públicas alimentarias; comportamiento alimentario; niño y adolescente; promoción de la salud.

Abstract

It is known that children's eating behavior receives numerous interferences and these can compromise the quality of health of children and adolescents, resulting in losses for life. Thus, this work presents as a research problem factors that influence children's eating behavior. The objectives were to discuss the variables in the formation of children's eating habits; presentation of data on the effects of poor diet on children and adolescents and reflection on the actions developed at the national level to change the scenario of infant feeding. The methodological procedures consisted of a document review supported by a literature review considering the publications between the years 2010 and 2019, where it was possible to select articles with thematic proximity to allow qualitative analysis of the results. It was found that parents are forming food habits and need to incorporate healthy foods in their children's routine, as well as the existence of a strong influence of the media in food choices and, finally, the need for public policies in favor of improving health behavioral quality related to food routine. We believe that eating habits are products of multifactorial interferences that need to be observed by the family and need government actions for satisfactory results in terms of health promotion.

Keywords: public food policies; eating behavior; child and teenager; health promotion

INTRODUÇÃO

Na atualidade a preocupação com o padrão de qualidade alimentar das crianças e adolescentes tem sido bastante discutida pela sociedade civil, com forte contribuição pelas entidades acadêmicas de ensino e pesquisa e considerável participação de ações governamentais, exemplo disso é o PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar).

Quem nunca ouviu pais realizarem os seguintes comentários: “Meu filho come muita besteira”; “Meu filho não gosta de legumes e verduras”; Nossa! Como minha filha dá trabalho para comer”, e assim por diante. São inúmeras as queixas das famílias sobre contratempos relacionados à alimentação das crianças.

Concomitante a isso, o índice de crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade cresce constantemente no mundo inteiro. Trata-se da transição epidemiológica de um predomínio de crianças desnutridas para a prevalência de crianças obesas. Na vida moderna, devido a correria do dia a dia, muitas famílias optam por refeições rápidas, das quais boa parte são compostas por alimentos industrializados de baixo valor nutricional. Essas refeições por vezes são pobres em vitaminas, proteínas e minerais, e são ricas em carboidratos simples, gorduras e sódio, carecendo de alimentos como frutas, legumes e verduras.

Neste contexto, os pais substituem alimentos saudáveis por alimentos processados e ultraprocessados, fáceis de fazer ou ainda frequentam constantemente *fast foods*. Do ponto de vista histórico a mãe ficava em casa, enquanto o marido saía para prover o sustento, por outro lado, hoje, devido ao aumento do custo de vida, as mulheres precisam ajudar na composição da renda e o tempo com seus filhos tornou-se restrito. Em decorrência disso, o período dedicado à preparação das refeições é menor e os pais introduziram alimentação irregular às crianças.

Pesquisas apontam que fatores genéticos podem estar relacionados a algumas preferências alimentares, mas tudo indica que as questões comportamentais ainda são determinantes para as escolhas e o padrão de qualidade das refeições. Sendo assim, este trabalho está balizado a partir do seguinte problema de pesquisa: Quais são os determinantes do comportamento alimentar das crianças?

Objetivos

Considerando o exposto na introdução, este trabalho apresenta os seguintes objetivos de pesquisa: I - Discutir as influências na formação dos hábitos alimentares das crianças. II - Apresentar dados sobre os efeitos da má alimentação em crianças e adolescentes. III - Refletir sobre as ações desenvolvidas em âmbito nacional para alteração do cenário da alimentação infantil.

Procedimentos Metodológicos

Este trabalho está amparado na revisão da literatura a partir dos materiais teóricos publicados entre os anos de 2010 e 2019. O referencial foi selecionado no Google Acadêmico que conduziu para bases de dados científicas. Utilizando-se dos descritores: alimentação de crianças e adolescentes; comportamento alimentar de crianças e adolescentes e; influência dos pais na alimentação dos filhos, foi possível selecionar artigos com proximidade temática a permitir análise qualitativa dos resultados. A construção deste artigo fundamentou-se metodologicamente em Severino (2017).

DESENVOLVIMENTO

A influência dos pais na alimentação dos filhos

A maneira como os cidadãos se alimentam é produto das experiências alimentares durante o transcorrer da vida, desde a gestação, passando pela lactação, onde sofrerão adaptações, até o início do consumo de alimentos que vão caracterizar seu comportamento alimentar pela vida inteira (PEREIRA; LANG, 2014). Por isso, é preponderante que as pessoas sejam submetidas à diversidade na composição da alimentação, de preferência rica em nutrientes e pobre em gorduras e açúcares, pois estes comprometem a saúde com o passar dos anos e colaboram para intolerância aos alimentos saudáveis.

Após a fase da amamentação é hora de introduzir alimentos diversificados na rotina da criança. A recomendação atual da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018) é que a criança seja amamentada até os 6 meses exclusivamente com leite materno e após este período introduz-se água, sucos de fruta, outros leites, papas e mingau, progredindo a consistência no sentido da alimentação familiar, mas ainda ofertando o leite materno pelo menos nos dois primeiros anos de idade ou mais.

Oferecer outros alimentos antes dos 6 meses é desnecessário e pode ser prejudicial à criança. O Guia Alimentar para Crianças Brasileiras menores de 2 anos (BRASIL, 2019) diz que quando se oferece outros alimentos antes dos 6 meses, a criança pode adoecer e a absorção de nutrientes presentes no leite materno, como ferro e zinco, ficam prejudicados.

A não amamentação, o desmame precoce e a introdução ainda cedo de alimentos ultraprocessados podem contribuir à recusa de frutas, legumes e verduras. Segundo Melo *et al* (2017), durante a infância ocorre o desenvolvimento do paladar, período este determinante na constituição dos hábitos alimentares das crianças, portanto, situação preditiva dos padrões alimentares às outras etapas do ciclo de vida.

Mesmo que as preferências alimentares tenham origem na combinação de variáveis genéticas e ambientais, os pais influenciam consideravelmente na formação dos hábitos alimentares de seus filhos, além de interferir na quantidade e qualidade dos alimentos (PEREIRA; LANG, 2014). É importante a criança experimentar diversos tipos de alimentos com sabores diferentes no maior

número de vezes possível, de maneira a colaborar na incorporação do alimento à rotina e evitar a recusa da nutrição saudável.

A determinação do padrão alimentar da criança quanto ao tipo e quantidade de alimentos se dá por meio de processo de aprendizagem. Quanto mais um determinado alimento for oferecido à criança, maior é a chance em ter preferência por ele, além de suas variáveis, por isso a importância da diversificação, mesmo que em preparos diferentes. É primordial a participação dos pais nessa rotina.

Estudo realizado na cidade de Montes Claros/MG avaliou a influência do comportamento dos pais durante a refeição dos filhos e o excesso de peso da criança. Verificou-se que a maioria dos pais não consomem os mesmos alimentos de seus filhos, não oferecem refeição variada, além de apresentarem padrão de alimentação diferente do resto da família (PEREIRA; LANG, 2014).

No respectivo cenário é preciso estabelecer algumas ponderações, pois em determinada fase de vida da criança, quando ela ainda não possui dentes para mastigar, a consistência dos alimentos pode ser diferente da alimentação familiar, mas é coerente a semelhança dos alimentos entre eles, e quando a criança já possuir dentes, para otimizar a educação alimentar, a refeição deverá ser a mesma de toda a família.

Colaborando com essas afirmações, outro estudo realizado em Lisboa trouxe a relação existente entre o comportamento alimentar de pais e filhos na faixa etária de 8 a 12 anos. Os pais possuem ascendência em questões inerentes à refeição, colaboram consideravelmente no padrão de IMC e influenciam sobre o tempo que a criança pratica ou não atividade física, horas em frente à televisão, frequência no uso do computador e período de sono (MELO, 2012).

No caso do longo tempo em frente à televisão e o uso exagerado do computador, cabe destacar que as crianças estarão submetidas também aos efeitos da mídia, pois essa, via rede aberta ou mídias sociais, influencia os telespectadores/internautas mirins, na maioria das vezes com dados superficiais, tão logo, fazendo-se necessárias discussões sobre a publicidade infantil e as respectivas escolhas alimentares deste público.

A influência da mídia no padrão alimentar

A presença de práticas alimentares inadequadas está relacionada ao comprometimento da saúde, frequentemente retratada pelo processo de transição nutricional, isto é, quadros de prevalência da desnutrição em crianças e migração ao aumento do peso em situações preocupantes como a obesidade.

A Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF 2008-2009), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010), determinou que na década de 1980 a desnutrição declinou, porém no ano 2000 houve aceleração. Somando-se a este cenário, o Mapa da Obesidade da ABESO (2018) discorre que o Ministério da Saúde e a Organização Panamericana da Saúde apontam que 12,9% das crianças brasileiras entre 5 e 9 anos de idade se incluíram no

quadro de obesidade, assim como 7% dos adolescentes na faixa etária de 12 a 17 anos. Segundo IBGE (2020) aproximadamente 20% da adolescência brasileira está acima do peso, isto é, um em cada cinco adolescentes com idades entre 15 e 17 anos está com excesso de peso.

Percebemos que este problema é crônico e histórico. Assim, é possível fazer inferência sobre a contribuição do comportamento sedentário a colaborar para o crescente aumento da obesidade no Brasil e no mundo como horas diante da televisão, fator preponderante neste cenário. Trata-se de grande desafio determinar o tempo ideal para assistir televisão e permanecer em frente ao computador, estes se tornaram recursos de entretenimento que os pais têm a oferecer aos seus filhos enquanto eles organizam as coisas em casa após o dia inteiro e cansativo de trabalho.

O meio da indústria para atrair seus clientes é o das propagandas de televisão, e o público infantil é assíduo espectador da publicidade. Segundo estudo da TNS/InterScience (2003), 80% das decisões de compra das famílias são influenciadas por crianças. Via de regra, 92% dos pequenos pedem produtos alimentícios, 86% brinquedos e 57% roupas. Cabe o destaque sobre os alimentos solicitados: biscoitos, refrigerantes, salgadinhos de pacote, achocolatados, balas e chocolates são os mais requisitados. O respectivo estudo aponta que 73% são persuadidos pela televisão.

Em 2012, a Organização Panamericana da Saúde (OPAS) publicou um documento apontando a necessidade da regulação da publicidade infantil de alimentos “Recomendações para Promoção e Publicidade de Alimentos e Bebidas não-alcoólicas para crianças nas Américas”. O documento diz que as crianças são vulneráveis à influência da publicidade, por isso a importância de protegê-las com ações sólidas e eficazes de saúde pública.

O Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC, 2012) é contra qualquer propaganda direcionada ao público infantil, pois a criança tem limitações de analisar o interesse de mercado existente por trás das informações veiculadas a ela. Em março de 2014 foi aprovada a Resolução nº 163 do Conanda (Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente) que:

[...] considera abusiva a publicidade e a comunicação mercadológica dirigidas à criança, definindo especificamente as características dessa prática, como por exemplo o uso de linguagem infantil, de pessoas ou celebridades com apelo ao público infantil, de personagens ou apresentadores infantis, dentre outras. (s/p).

No Brasil existem outras leis e órgãos que regulamentam a publicidade infantil como a Constituição Federal (BRASIL, 1988), o Estatuto da Criança e do Adolescente (BRASIL, 1990), o Código de Defesa do Consumidor (BRASIL, 1990) e o Código Brasileiro de Autorregulamentação Publicitária do Conselho Nacional de Autorregulamentação Publicitária (CONAR, 2018).

Segundo o site Criança e Consumo, a publicidade dirigida ao público infantil contribui para o agravamento de questões como a obesidade infantil, erotização precoce e consumo de álcool e tabaco, estresse familiar, violência e

diminuição do brincar, logo, a consequência disso às crianças é o menor tempo de estudo e consequente atraso em seu desenvolvimento.

Outro aspecto que vale à pena refletir é o quanto de fiscalização os órgãos oficiais têm sobre a indústria que veicula seus comerciais na televisão. Será que essas normas são respeitadas pelas emissoras de televisão direcionadas ao público infantil? A fiscalização é feita por denúncias ao Ministério Público, este responsável pela investigação dos comerciais com base na legislação. Em tese, as fiscalizações têm dado certo em alguns casos. Exemplo disso é a Fundação Procon-SP que aplicou multa à emissora SBT de R\$ 387.360,00 no ano de 2017 por realizar publicidade infantil no YouTube, em canal criado para a personagem Juju Almeida, interpretada pela atriz Máisa Silva, da novela “Carinha de Anjo”.

O caso supramencionado teve início a partir de denúncia feita pelo Criança e Consumo ao respectivo órgão. A ação publicitária ilegal e abusiva consistiu na inserção de dois vídeos com diversos elementos alusivos à marca de refrigerante Dolly. Os roteiros e os enquadramentos mostravam, de forma repetida e proposital, o mascote Dollynho evidenciando a comunicação mercadológica da empresa ao falar diretamente às crianças telespectadoras do canal da Juju, na época contando com mais de 1,2 milhão de inscritos. A prática da emissora violou diretamente o artigo 37 do Código de Defesa do Consumidor que classifica como abusiva a publicidade que se aproveita da deficiência de julgamento e experiência das crianças (CRIANÇA E CONSUMO, 2020).

O Guia Alimentar para População Brasileira (2014) destaca que a publicidade de alimentos ultraprocessados domina os anúncios comerciais de alimentos e frequentemente veicula informações incorretas ou incompletas sobre alimentação e atinge, sobretudo, crianças e jovens. Então, embora exista a legislação brasileira de proteção aos direitos do consumidor direcionada à publicidade infantil, é necessária maior fiscalização.

Somado a este contexto, temos a influência dos pais na escolha alimentar de seus filhos. Mais um dado alarmante vem à tona quando se fala do consumo de alimentos industrializados em excesso, como chocolates, sorvetes, biscoitos recheados, refrigerantes, salgadinhos, mortadela, salsichas, entre outros (ARAÚJO, 2018). Todos esses alimentos são produzidos na indústria e são veiculados em comerciais de televisão. Isso levanta a questão relevante quanto a importância de implementar programas de estratégias de educação alimentar e nutricional às famílias, além de educação nutricional nas escolas. Essas estratégias teriam o principal objetivo de intervir precocemente nas escolhas alimentares das crianças, colaborando na promoção da saúde por meio de hábitos saudáveis em toda família.

Políticas de fomento à melhoria da qualidade da alimentação

Tratando-se de alimentação, o modo como os alimentos foram incorporados à rotina da criança e a influência da mídia na vida dos menores e de suas respectivas famílias entra em discussão, e neste sentido o direito humano à alimentação adequada (DHAA) passa a figurar significativamente.

Quando se fala sobre direito à alimentação no Brasil, certamente se engloba os alimentos que precisam fazer parte da mesa do brasileiro (arroz, feijão, frutas, legumes e verduras variados), mas de tempos para cá a alimentação do brasileiro mudou muito e o arroz e feijão aos poucos estão sendo retirados do cardápio.

Então, a promoção do DHAA é dever do Estado e da sociedade civil, e quando a população está acima do peso ou desnutrida esse direito foge a segurança alimentar. Neste momento é primordial implementar políticas de melhoria da qualidade da alimentação para ampliar satisfatoriamente o comportamento alimentar da população. O início deste contexto se dá na legislação em vigor.

Inicialmente o artigo 25º da Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948) diz que “*toda pessoa tem direito a um nível de vida suficiente para lhe assegurar e à sua família a saúde e o bem-estar, principalmente quanto à **alimentação**, ao vestuário, ao alojamento, à assistência médica e ainda quanto aos serviços sociais necessários*” (Parágrafo 1 - grifo nosso). Este é um direito assegurado mundialmente.

Em conformidade com o direito universal à alimentação, a Constituição Federal de 1988 aponta para os direitos sociais: “*a educação, a saúde, a **alimentação**, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, [...]*” (Art. 6º - grifo nosso), tudo isso de forma a assegurar, na forma da lei, o direito humano à alimentação.

Somando a responsabilidade de reconhecer as causas da fome no Brasil a LOSAN (Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional), Lei 11.346 de 15 de setembro de 2006, foi implementada para:

[...] assegurar o direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade e quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis. (s/p)

A Lei Orgânica (LOSAN) cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN) com vistas a assegurar o direito humano à alimentação adequada (DHHA), institui a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), estabelece os parâmetros para a elaboração do Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PLANSAN) e é integrado por um conjunto de órgãos e entidades da União, dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios e pelas instituições privadas, com ou sem fins lucrativos que manifestem interesse em integrar o sistema e o CONSEA (Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional), o órgão de assessoramento imediato ao Presidente da República.

Surge, no entanto, uma questão: com o direito humano à alimentação, a alimentação adequada chega à mesa da população brasileira, principalmente

aos de baixa renda e necessitados através dos programas de governo? Alguns programas foram instituídos, entre eles o Programa Bolsa Família, Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e o Programa de Alimentação ao Trabalhador (PAT).

O Programa Bolsa Família consiste na transferência de verba do Governo Federal para atender famílias em situação de pobreza e extrema pobreza, cuja renda não permite o alcance das necessidades básicas, direito de todo brasileiro e previstas na Constituição Federal, tais como: saúde, educação e transporte. Para participar dele, é necessário fazer a inscrição no Cadastro Único para Programas Sociais.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) está ligado à formação de bons hábitos alimentares e oferta de alimentos saudáveis no segmento escolar e contribui para a cultura alimentar e com a economia do local, se configurando como âncora da Segurança Alimentar e Nutricional. O PNAE (BRASIL, 2020) afirma que as práticas alimentares saudáveis dos alunos sejam realizadas por meio de ações de educação alimentar e nutricional, além da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo, contribuindo assim ao crescimento e desenvolvimento biopsicossocial.

Mesmo não sendo direcionado à infância, vale destacar o Programa de Alimentação ao Trabalhador (PAT), este atende aos trabalhadores de baixa renda de até 5 salários mínimos mensais. Este Programa, estruturado na parceria entre Governo, empresa e trabalhador, tem como unidade gestora o Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho da Secretaria de Inspeção do Trabalho. O PAT funciona em prol da melhoria do estado nutricional do trabalhador com incentivo às práticas saudáveis de vida e alimentação inerentes a ações e programas educativos aos trabalhadores participantes do programa (PAT, 1991).

Todos estes programas são exemplos de ações que foram instituídos para assegurar o direito humano à alimentação adequada e colaboram no fortalecimento de ações em nutrição e à introdução de alimentos saudáveis na rotina da população, desde a infância, passando por todos os ciclos da vida, até a aposentadoria.

Atuação do Profissional Nutricionista

O nutricionista é o profissional da saúde que estuda os alimentos e as reações promovidas no organismo em função da busca pela qualidade na vida das pessoas por meio da educação nutricional e ações de higiene alimentar. O profissional da nutrição tem vasta área de atuação (restaurantes, hospitais, clínicas, empresas, escolas e indústrias) para colaborar na garantia da oferta do melhor padrão de qualidade da alimentação à sociedade.

Nas escolas, o profissional atua atendendo a regulamentação do PNAE, na elaboração de cardápios, fichas técnicas, horta, supervisão técnica da qualidade, trabalhos de educação nutricional e treinamentos de higiene e boas práticas na fabricação de alimentos.

Em relação ao Bolsa Família, o nutricionista desenvolve suas atividades na condicionalidade do Programa e com os direitos sociais básicos, nas áreas de educação, saúde e assistência social e nas ações e programas complementares fomentados com o objetivo de estimular a superação da situação de vulnerabilidade em que se encontram as famílias beneficiadas.

O nutricionista pode apoiar as equipes de Saúde da Família através de ações técnico-pedagógicas, buscando aumentar a capacidade e a qualidade do cuidado oferecido pelas próprias equipes vinculadas. Também, realizam-se ações de intervenções diretas à população beneficiária do Programa Bolsa Família sempre que devidamente acordado com as equipes de referência como parte da proposta terapêutica definida na Atenção Básica (NASF, 2015).

Por fim, é de se destacar que o nutricionista tem o compromisso da correta execução das atividades nutricionais visando à promoção da saúde na sociedade, em geral com ações de vigilância sanitária e educação nutricional. O profissional nutricionista colabora para melhora da alimentação das crianças e da família, buscando incentivar o consumo de alimentos saudáveis e naturais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No processo de aprendizagem sobre alimentação saudável verificou-se que na atualidade os ultraprocessados já estão incorporados na rotina das crianças, fato este a dificultar mudanças do comportamento alimentar na direção da saúde, resultando com isso, no aumento de crianças e adolescentes obesos.

É possível considerar a mídia como grande protagonista na influência da cultura alimentar via veiculação de informações utilizando-se de comerciais e propagandas direcionadas ao público menor de idade, mais sensíveis a absorção dos conteúdos divulgados, logo, merecendo controle e fiscalização.

Em meio a tudo isso mora a necessidade de ações governamentais no fomento de políticas direcionadas à melhoria da qualidade da alimentação como o Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE; o Programa Bolsa Família e o Programa de Alimentação do Trabalhador, com forte presença do profissional nutricionista exercendo o relevante papel de orientação, prescrição e controle no sentido da incorporação de práticas saudáveis da alimentação por todo o curso da vida.

Por fim, fica claro ser os pais os principais responsáveis pela formação dos hábitos alimentares de seus filhos, é com eles que as crianças apreendem sobre novos sabores, consistências, preparos diferentes, horários, quantidade e qualidade nos processos diários da alimentação. Em tese, se a família falhar, o prejuízo se apresentará durante bom percurso da vida dessas crianças e adolescentes.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABESO. Associação Brasileira para o Estado da Obesidade e da Síndrome Metabólica. **Mapa da Obesidade**. Brasília-DF, 2018. Disponível em:

<https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/mapa-da-obesidade/>.
Acesso em 26 fev. 2021.

ARAUJO, Anna Karolinne Morais. **Práticas dos pais ou responsáveis em relação aos hábitos alimentares de crianças pré-escolares da rede pública de Fortaleza-Ceará**. Monografia apresentada à Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, 2018.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília-DF: Senado Federal, 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em 26 fev. 2021.

BRASIL. Senado Federal. **Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990**. Dispõe sobre a proteção do consumidor e dá outras providências. Brasília-DF: Senado Federal, 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 20 mar. 2021.

BRASIL. Senado Federal. **Lei nº 8.078, de 11 de setembro de 1990**. Dispõe sobre a proteção do consumidor e dá outras providências. Brasília-DF: Senado Federal, 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8078compilado.htm. Acesso em: 20 mar. 2021.

BRASIL. Senado Federal. **Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006**. Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília-DF, 2006. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Ato2004-2006/2006/Lei/L11346.htm. Acesso em: 26 fev.2021.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação - FNDE. **Resolução nº6, de 08 de maio de 2020**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Brasília-DF, 2020 Disponível em: <https://www.fnde.gov.br/index.php/ acesso-a-informacao/institucional/legislacao/item/13511-resolu%C3%A7%C3%A3o-n%C2%BA-6,-de-08-de-maio-de-2020>. Acesso em: 26 fev. 2021.

BRASIL. **Lei nº 6.321, de 14 de abril de 1976**. Dispõe sobre a dedução, do lucro tributável para fins de imposto sobre a renda das pessoas jurídicas, do dobro das despesas realizadas em programas de alimentação do trabalhador. Brasília-DF, 1976. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l6321.htm#:~:text=LEI%20No%206.321%2C%20DE%2014%20DE%20ABRIL%20DE%201976.&text=Disp%C3%B5e%20sobre%20a%20dedu%C3%A7%C3%A3o%2C%20do,programas%20de%20alimenta%C3%A7%C3%A3o%20do%20trabalhador. Acesso em: 27 fev. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2ª edição. Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. Brasília-DF. Ministério da Saúde, 2014.156p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. Brasília-DF. Ministério da Saúde, 2019. 265p.

CONANDA. Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente. **Resolução nº163, de 13 de março de 2014**. Plano Decenal dos Direitos Humanos de Crianças e Adolescentes. Brasília- DF, 2014.

CONAR. Conselho Nacional de Autorregulamentação Publicitária. **Código Brasileiro de Autorregulamentação Publicitária** - Código e Anexos. São Paulo, 2018. Disponível em: <http://conar.org.br/pdf/estatuto-social-conar.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2021.

CRIANÇA E CONSUMO. **Divulgar e debater ideias sobre as questões relacionadas à publicidade de produtos e serviços dirigida às crianças**. Brasil, 2020. Disponível em <http://criancaconsumo.org.br/noticias/tempo-diario-de-criancas-e-adolescentes-em-frente-a-tv-aumenta-em-10-anos/>. Acesso em 27 fev. 2021.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde**. Agência IBGE Notícias. Brasília-DF, 2020. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/29204-um-em-cada-quatro-adultos-do-pais-estava-obeso-em-2019>. Acesso em: 14 fev. 2021.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de Orçamento Familiar** - POF 2008-2009. Brasília-DF, 2010. Disponível em <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/educacao/9050-pesquisa-de-orcamentos-familiares.html?=&t=destaques>. Acesso em 25 fev. 2021.

IDEC. Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor. **Publicidade Infantil: entenda quais são os perigos**. São Paulo, 2012 Disponível em: https://idec.org.br/consultas/dicas-e-direitos/publicidade-infantil-entenda-quais-so-os-perigos?utm_campaign=DSA_|Target+35&utm_adgroup=DSA_|Dicas+e+Direitos&creative=227410698165&keyword=&qclid=Cj0KCQiA-

[OeBBhDiARIsADyBcE6oeP8uGQH9wgAXAnaNPeVwEYfAksJWBG7NJfS6ljAQHIMLdTZtJEaAl1qEALw_wcB](#). Acesso em 27 fev. 2021.

INTERSCIENCE. Informação e Tecnologia Aplicada. **Como atrair o Consumidor Infantil, atender expectativas dos Pais e ainda, ampliar as Vendas**. Brasil, 2003. Disponível em:

<http://criancaeconsumo.org.br/wp-content/uploads/2014/02/Doc-09-Interscience.pdf>. Acesso em 14 fev. 2021.

MELO, Karen Muniz et al. Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância. Escola Anna Nery. **Revista de Enfermagem**. v. 21, n. 4, p. 1-6, Montes Claros-MG, 2017.

MELO, Sofia Homem de; TAPADINHAS, Ana Rosa de Oliveira Velez. Relação entre o comportamento alimentar de pais e filhos. **Psychology, Community & Health**. v. 1, p. 273-284, Lisboa, 2012.

NÚCLEO DE TELESSAÚDE. **Como deve ser realizado o acompanhamento aos beneficiários do Programa Bolsa Família pelo nutricionista do NASF?** Santa Catarina-MS, 2015. Disponível em: <https://aps.bvs.br/aps/como-deve-ser-realizado-o-acompanhamento-aos-beneficiarios-do-programa-bolsa-familia-pelo-nutricionista-do-nasf/>. Acesso em 26 fev. 2021.

ONU. Assembleia Geral das Nações Unidas. **Declaração Universal dos Direitos Humanos**. 1948. Disponível em: <https://www.ohchr.org/EN/UDHR/Pages/Language.aspx?LangID=por>. Acesso em: 26 fev. 2021.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde - Brasil. **Recomendações sobre a Promoção e a Publicidade de Alimentos e Bebidas Não Alcoólicas para Crianças nas Américas**. Brasília-DF, 2012. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=2828:recomendacoes-sobre-a-promocao-e-a-publicidade-de-alimentos-e-bebidas-nao-alcoolicas-para-criancas-nas-americas&Itemid=499. Acesso em: 26 fev. 2021.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde – Brasil. **Aleitamento materno nos primeiros anos de vida salvaria mais de 820 mil crianças menores de cinco anos em todo o mundo**. Brasília-DF, 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5729:aleitamento-materno-nos-primeiros-anos-de-vida-salvaria-mais-de-820-mil-criancas-menores-de-cinco-anos-em-todo-o-mundo&Itemid=820. Acesso em: 25 fev. 2021.

PEREIRA, MARIANA MILANI; LANG, REGINA MARIA FERREIRA. Influência do ambiente familiar no desenvolvimento do comportamento alimentar. **Revista Uningá**, v. 41, n. 1, Curitiba, 2014.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. Cortez editora, São Paulo, 2017.

Recebido em: 26/05/2021

Aceito em: 12/06/2021



Esta obra está licenciada sob uma [Licença Creative Commons Attribution 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)