

# CONDUTAS NUTRICIONAIS SOBRE A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA INFÂNCIA E O IMPACTO NA VIDA FUTURA: OBESIDADE INFANTIL

Antônio Sérgio Queiroz Filho<sup>1</sup>

Vitor Hugo Resende Campos Junior<sup>2</sup>

Douglas Roberto Guimarães Silva<sup>3</sup>

1 Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN.

2 Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN.

3 Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN.

**Resumo:** O presente trabalho objetivou analisar a influência familiar sobre a promoção alimentar inadequada na infância e o impacto causado na saúde futura, para apresentar ações e reflexões no campo da nutrição a fim de orientar e conseqüentemente prevenir a Obesidade Infantil (OI). Pesquisou – se artigos nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e a *Scientific Eletronic Library Online* (SCIELO) nos idiomas inglês e português. A pesquisa foi limitada a artigos publicados no período de 2010 a 2022 e utilizou-se as palavras-chave: obesidade infantil; influência familiar e introdução alimentar. Após a busca, foram identificados 19 artigos que atenderam aos critérios de seleção, sendo esses analisados de forma abrangente, incluindo a coleta de informações sobre seus cargos, a metodologia empregada, os objetivos de pesquisa e os resultados obtidos. O objetivo desta análise foi estabelecer conexões e correlações entre os diferentes aspectos envolvidos nos artigos. Como resultado dessa análise, foram identificados vários pontos de interesse, incluindo a inadequação da introdução alimentar em crianças com menos de meses anos, o papel da influência da família e do ambiente na alimentação infantil, o tempo de exposição a telas e o impacto na vida futura das crianças em relação à obesidade infantil. Os resultados apresentam inúmeros elementos externos, com um impacto significativo no padrão nutricional das crianças, com destaque para o papel dos pais e cuidadores, sendo a principal fonte de influência durante a infância. Essa influência direta dos pais e cuidadores é apresentado como um fator-chave na promoção de hábitos alimentares inadequados nas crianças, o que, por sua vez, desempenha um papel importante na determinação dos padrões alimentares que essas crianças seguirão no futuro. Portanto, conclui-se que a infância e, em particular, a primeira infância desempenha um papel crucial na formação de hábitos alimentares saudáveis, o que culmina na prevenção da OI. Além disso, esses primeiros anos de vida têm um impacto significativo nas escolhas alimentares que os indivíduos farão ao longo de suas vidas, influenciando de maneira direta nas fases posteriores.

**Palavras-chave:** 1. Obesidade infantil. 2. Influência familiar. 3. Introdução alimentar.

## 1 INTRODUÇÃO

O ato de se alimentar é um processo pelo qual todos os indivíduos compreendem o alimento como fonte necessária para realização das funções vitais, criação de laços sociais, emocionais e culturais. Através da alimentação adquirimos nutrientes necessários para o desenvolvimento ao longo das fases da vida, além de hábitos que podem ser considerados fatores de risco para o desenvolvimento de

sobrepeso ou obesidade e Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) na vida adulta (ANDRADE, *et al.*, 2019).

Lima *et al.* (2020) afirmam que a infância e primeira infância corresponde por uma fase do desenvolvimento humano onde a promoção da alimentação saudável é inquestionável para garantir uma nutrição adequada buscando o crescimento e desenvolvimento saudável.

Desta forma, além do aleitamento materno exclusivo até os seis primeiros meses de vida, a introdução gradativa de alimentos com uma maior diversidade possível de alimentos saudáveis após os seis meses de idade, se faz necessário conforme recomendado pelo Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos, conforme Ministério da Saúde (2021). Segundo Stadler *et al.* (2016) a realização correta da introdução alimentar e sua continuidade após os seis meses, tem um reflexo direto no ganho adequado de peso além de limitar a obesidade na infância, adolescência e fase adulta.

O excesso de peso e obesidade no Brasil, especificamente na infância, apresenta uma estimativa de que 6,4 milhões de crianças tenham excesso de peso e 3,1 milhões já evoluíram para obesidade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

Essa predominância de obesidade em crianças está relacionada, de modo geral, ao avanço tecnológico que induz à troca de atividades externas e interações sociais presenciais pelo consumo dos jogos eletrônicos, televisão e internet aliado ao consumo de alimentos ultraprocessados (exagerados em açúcares, óleos e sal). E ainda de fácil acesso, boa aceitação e baixo custo, muitas vezes substituídos por alimentos saudáveis em residências (SOUZA; MOLERO; GONÇALVES, 2021).

Em dados apresentados pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional em 2019, apontam que 14,96% das crianças brasileiras entre cinco e dez anos estão com sobrepeso; 8,22% com obesidade; e 4,97% com obesidade grave, oriundo do ambiente e do fácil acesso da criança, determinando suas preferências e escolhas alimentares, segundo Ministério da Saúde (2022). Portanto, os pais e cuidadores precisam estar cientes do papel decisivo no planejamento alimentar das crianças, limitando a exposição a telas e tempo destinado a outros comportamentos sedentários (SCAGLINOLI *et al.*, 2018).

Deficiências nutricionais provenientes da incorreta introdução alimentar na infância ou condutas inadequadas, assim como, práticas alimentares podem não só levar a prejuízos imediatos na saúde da criança, como também deixar sequelas

futuras, conforme Lima *et al.* (2020). Portanto, se o comportamento alimentar na infância não for adequado, pode estimular o surgimento de várias doenças, incluindo diabetes tipo II, cardiopatias, síndrome metabólica e outras comorbidades associadas à obesidade (SOTERO; CABRAL; SILVA, 2015).

Apesar da atuação do profissional nutricionista na adoção de estratégias de intervenção nutricional no tratamento da OI, Taborda; Mazur; Schmitt (2020) afirmam que a maior dificuldade para se estabelecer uma alimentação saudável na infância, parte da família, enquanto o principal contexto de socialização das crianças.

Considerando a importância do profissional nutricionista no combate a OI e ao mesmo tempo reconhecendo as dificuldades em desacelerar essa pandemia contínua, encontra-se como pergunta norteadora desse trabalho: Como a influência familiar afeta na promoção alimentar saudável das crianças e qual o impacto na saúde futura?

Desta forma, objetivou-se analisar por uma revisão integrativa da literatura a introdução alimentar inadequada antes dos seis primeiros anos de vida; influência familiar e do ambiente sobre a alimentação infantil; o tempo de tela e a influência da mídia e o impacto na vida futura para que as ações aqui expostas, sejam acessíveis à profissionais e famílias que atravessarem pela OI, apresentando dados e conclusões para tais problemas.

## **2 METODOLOGIA**

O presente estudo trata-se de uma análise qualitativa, descritiva e de revisão integrativa, que busca por dados comuns entre estudos já publicados acerca da influência atribuída a família sobre a promoção alimentar na infância, focado no desenvolvimento da obesidade infantil.

Tratando-se de uma pesquisa exploratória, utilizou-se publicações efetuadas na área da saúde, a fim de identificar, entender e esclarecer aspectos teóricos com base em ideias relacionadas à conduta nutricional, evidenciando a influência familiar na promoção alimentar na infância.

Com o propósito de solucionar o problema da pesquisa, utilizou-se periódicos online publicados na área da saúde, datados entre 2010 e 2023, sendo eles nacionais e internacionais, buscando identificar o tema abordado. Para a seguinte revisão, foram utilizados os seguintes descritores: obesidade infantil e influência familiar e introdução

alimentar, tendo como fonte principal, a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e a *Scientific Eletronic Library Online* (SCIELO), permitindo o acesso a novos conhecimentos a partir dos resultados obtidos.

A partir dos resultados, chegamos há um total de 508 publicações atribuídas ao título da pesquisa, sendo posteriormente utilizado critérios de inclusão e exclusão por responder ou não ao problema de pesquisa, obtendo 220 estudos disponíveis para seleção final.

Posto isso, utilizou-se combinações de descritores, filtros e critérios, resultando em 19 artigos, onde eles foram analisados através de leitura, que posteriormente permitiu a coleta de dados e conseqüentemente a avaliação crítica para a concretização da revisão integrativa presente.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inseriu-se na análise deste estudo 19 artigos e outras 4 fontes de dados do Ministério da Saúde, que analisam de modo geral os principais fatores que desencadeiam a OI, como: a introdução alimentar inadequada antes dos seis primeiros anos de vida; influência familiar e do ambiente sobre a alimentação infantil; o tempo de tela e a influência da mídia e o impacto causado na vida futura, apresentando implicações e estratégias que impactam na qualidade de vida nas fases subsequentes a infância.

Quanto a estruturação da temática e aspecto autoral, nota-se há certa estabilidade de produções dos últimos 12 anos, destacando-se publicações dos anos de 2010 a 2022, obtendo um número de publicações substancial dentro da temática. Destaca-se também publicações envolvendo dados atualizados apresentados pelo Ministério da Saúde acerca da temática apresentada no presente trabalho.

Quadro 1 – Descrição dos artigos publicados e incluídos na revisão integrativa segundo: autores, ano de publicação, tipo de artigo e conclusão.

<b>Autores</b>	<b>Ano de Publicação</b>	<b>Tipo do Artigo</b>	<b>Conclusão</b>
Lilian Moreira Moraes Andrade; Jessica Almeida Costa; Camila Ferreira	2019	Estudo Transversal	O consumo de ultraprocessados entre os adolescentes foi grande, assim como foi elevada a insatisfação com a imagem corporal. Esses achados demonstram a importância da implementação de ações públicas, voltadas aos adolescentes, com intuito de promoção da

Carrara; Michele Pereira Netto; Ana Paula Carlos Cândido; Renata Maria Souza Oliveira e Silva; Larissa Loures Mendes.			alimentação saudável e prevenção da obesidade, sobrepeso e distúrbios de imagem corporal.
Ana Thaís Alves Lima; Carla Laíne Silva Lima; Antônia Alzira Alves Barboza; Valéria Silva de Lima; Karla Katherine Gomes Viana; Sandra Machado Lira.	2020	Revisão Integrativa	Não foi encontrada associação clara entre a idade de introdução de alimentos sólidos e obesidade. É presumível que fatores genéticos e ambientais, tenham mais impacto na obesidade infantil. Isso leva à conclusão de que todo um trabalho de educação nutricional com uma abordagem familiar para a prevenção da obesidade provavelmente será mais efetiva do que trabalhar para mudar um fator único, que é o momento da introdução de alimentos sólidos.
Franciélly Stadler; Priscila Antunes Tsupal; Marcela Komechen Brecailo; Daniele Gonçalves Vieira.	2016	Estudo Transversal	O tempo de aleitamento materno menor que um ano apresentou associação estatisticamente significativa com sobrepeso/obesidade ( $p=0,027$ ). A alimentação complementar não apresentou significância estatística quando comparada com sobrepeso/obesidade, entretanto foi precoce em quase todas as crianças pesquisadas.
Beatriz Santos Souza; Mariana Prado Molero; Raquel Gonçalves.	2021	Revisão Bibliográfica	É necessário implementar programas de Saúde Pública efetivos que promovam práticas alimentares adequadas para a introdução da alimentação complementar e manutenção do aleitamento materno, a fim de reduzir o desenvolvimento da obesidade infantil e doenças crônicas, e, como consequência, melhorar a qualidade de vida.
Silvia Scaglioni; Valentina De Cosmi; Valentina Ciappolino; Fabio Parazzini; Paolo Brambilla; Carlo Agostoni.	2018	Revisão Narrativa	Na análise atual, os hábitos alimentares e as estratégias alimentares dos pais são os determinantes mais dominantes do comportamento alimentar e das escolhas alimentares de uma criança. Os pais devem expor os seus filhos a uma variedade de boas escolhas alimentares e, ao mesmo tempo, agir como modelos positivos. Os programas de prevenção devem ser-lhes dirigidos, tendo em conta os aspectos socioeconômicos e a educação.
Andréa Marques Sotero; Poliana Coelho Cabral;	2015	Estudo Transversal	O nível socioeconômico materno influenciou na qualidade da alimentação que foi oferecida ao lactente, pois, no grupo caso, crianças de até 24 meses já tinham no seu cardápio produtos

Giselía Alves Pontes da Silva.			industrializados, em detrimento do consumo de alimentos saudáveis.
Daniella Taborda; Caryna Eurich Mazur; Vania Schmitt.	2020	Estudo Longitudinal	Conclui-se que a atuação do nutricionista e a adoção da estratégia de intervenção nutricional em grupos é importante, podendo auxiliar no tratamento de crianças com obesidade infantil, contribuindo assim, para a melhoria de sua qualidade de vida.
Ana Duarte; Cláudia Augusto; Maria José Silva; Silvana Martins; Luís Lopes; Graça Carvalho; Rafaela Rosário.	2022	Pesquisa Qualitativa	Os determinantes da alimentação e do movimento são áreas de intervenção que se revelam como prioritárias. O envolvimento dos cuidadores (ex., pais, educadores de infância) é indispensável para a promoção de estilos de vida saudáveis.
Verônica Luque; Ricardo Closa Monasterolo; Veit Grote; Dariusz Grusfeld; Annick Xhonneux; Joaquín Escribano.	2021	Estudo Longitudinal	Padrões alimentares adquiridos no início da vida, persistindo até o final da infância, foram associados a marcadores cardiometabólicos na idade escolar, independentemente do IMC.
Júlio Álvarez-Pitti; Ana de Blas; Empar Lurbe.	2020	Revisão Narrativa	A prevalência da obesidade e dos fatores de risco cardiometabólicos associados em crianças e adolescentes tem aumentado globalmente desde 1990. Atualmente, há evidências crescentes da ciência nutricional básica sobre a importância do aconselhamento dietético, sendo considerado um dos principais desafios da nutrição clínica. Além disso, a nutrição personalizada representa uma abordagem promissora para prevenir e controlar a obesidade. É necessário um esforço concertado entre investigadores clínicos e de ciências básicas, a fim de estabelecer um quadro abrangente que permita a implementação destas novas descobertas para aplicar adequadamente conselhos dietéticos novos e personalizados.
Mara Cláudia Azevedo Pinto Dias; Lincoln Marcelo Silveira Freire; Sylvia do Carmo Castro Franceschin.	2010	Revisão Bibliográfica	Os prejuízos do aleitamento artificial e da introdução precoce e/ou inadequada dos alimentos complementares devem ser mais amplamente discutidos e divulgados e os pais e/ou responsáveis precisam ser aconselhados quanto aos princípios fisiológicos e nutricionais que norteiam a alimentação da criança. Aos profissionais da saúde, cabe incentivar o aleitamento materno e as práticas da alimentação complementar apropriadas, que compreendem a introdução, em tempo oportuno, de alimentos adequados para complementar o aleitamento materno. A alimentação complementar deve oferecer alimentos ricos em energia e micronutrientes, sem contaminação, sem muito sal ou condimentos, em

			quantidade apropriada e fácil de preparar a partir dos alimentos da família.
Joseane Dorneles da Silva; Ana Paula de Oliveira; Edilaine Carlucci; José Alípio Garcia Gouvêa; Angélica Capellari.	2013	Revisão de Literatura	Com base na literatura consultada, é possível concluir que o aleitamento materno promove alguns benefícios como: crescimento crânio facial adequado, aperfeiçoa o desenvolvimento do sistema estomatognático, contribui para o desenvolvimento da linguagem e aprendizagem e atua como prevenção à obesidade. A amamentação deve ser estimulada, pois cada mamada pode ser comparada a uma vacina para o bebê. O aleitamento materno fornece todos os nutrientes, proteção, desenvolve estruturas ósseas, desenvolve as partes psicológicas e neurológicas. Além disso, esse ato é elemento importante para o Brasil sob o ponto de vista econômico. Amamentar representa um encaixe perfeito entre mãe e filho, cumprindo uma função de cordão umbilical externo. A mulher que amamenta vê reconfortada sua capacidade de continuar gerando vida através do alimento que brota do seu corpo. Para tanto, é necessário que os profissionais da saúde envolvidos com este tema, entendam a real necessidade de terem conhecimento à cerca dos variados benefícios que o aleitamento materno exclusivo pode trazer. É imprescindível que as parturientes sejam orientadas quanto aos benefícios resultantes do aleitamento materno, pois os apelos do mundo moderno não têm contribuído para que sejam mantidos os hábitos saudáveis.
Katia Jakovljevic Pudla; David Alejandro González-Chica; Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos.	2015	Estudo Transversal	O Aleitamento materno por períodos maiores do que um mês em filhos de mulheres com baixa escolaridade protege contra a obesidade, mas quando a escolaridade materna é maior, períodos de AM menores de 12 meses aumentam as chances de obesidade.
Francisca Michelli Medeiros Linhares; Kilmara Melo de Oliveira Sousa; Edmara da Nóbrega Xavier Martins; Cristina Costa Melquiades Barreto.	2016	Revisão Integrativa	Os resultados mostram que o cenário mundial apresenta que o número de crianças acima do peso com idade inferior a cinco anos é estimado em mais de 42 milhões. Foi estimado que aproximadamente 35 milhões destes vivessem em países em desenvolvimento, o que inclui diretamente o Brasil. As causas da obesidade estão diretamente relacionadas a vários fatores, podendo ser a ingestão inadequada de alimentos e falta da prática de exercícios físicos, a obesidade é também desencadeada por fatores ambientais, além de biológicos, hereditários e psicológicos. É importante que se tenham conhecimento dos fatores que levam a criança a desenvolver a obesidade infantil, e que os pais sejam conhecedores e promovedores de soluções que minimizem os riscos de a criança desenvolver a obesidade.
Laila Nadaf Teixeira; Maria	2022	Revisão De Literatura	A formação do comportamento alimentar se inicia a partir da alimentação materna pré-gestacional,

Fernanda Xavier Morhy; Stephanye Christy Coelho Jurema da Silva; Francisca Marta Nascimento de Oliveira Freitas; José Carlos de Sales.			onde nota-se a importância da alimentação no crescimento e formação do indivíduo.
Daiane Ceccatto; Roseana Baggio Spinelli; Vivian Polachini Skzypek Zanardo; Leonice Alzira Ribeiro.	2018	Revisão Bibliográfica	Os estudos mostraram que as crianças são atraídas pelos artifícios utilizados pela publicidade e sentem vontade de adquirir os alimentos anunciados, principalmente os que se utilizam de brindes e personagens infantis. Além disso, vários autores associam a publicidade de alimentos altamente calóricos com a crescente prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças.
Juliana Nogueira Pontes Nobre; Juliana Nunes Santos; Lívia Rodrigues Santos; Sabrina da Conceição Guedes; Leiziane Pereira; Josiane Martins Costa; Rosane Luzia de Souza Morais.	2021	Estudo Transversal	As crianças do presente estudo apresentaram tempo de tela acima do recomendado para a sua idade. A televisão ainda foi a principal responsável pela exposição das crianças às telas, contribuindo substancialmente para esse contato. Observou-se que o tempo de exposição à tela foi positivamente associado, aos recursos familiares, ao nível econômico, desenvolvimento da linguagem, no entanto, apenas as duas últimas explicaram o maior tempo de tela.
Flavia Heloisa Neri Fidelix	Não Publicado	Trabalho De Conclusão De Curso	Dos resultados encontrados, foi verificado influência da mídia, através das embalagens dos produtos e comerciais passados na televisão, o estado nutricional da maioria foi diagnosticado com eutrofia, e uma minoria com Obesidade, as crianças apresentaram um entendimento sobre alimentação saudável, mas mesmo diante das informações dos malefícios do consumo de alimentos ultraprocessados a crianças apresentaram preferência por estes alimentos não saudáveis.
Carine de Oliveira Avelar Anastácio; Juliana Martins Oliveira; Milena Miranda de Moraes;	2020	Estudo Seccional	Os alimentos ultraprocessados analisados apresentaram perfil nutricional desequilibrado e dois terços apresentaram excesso de pelo menos um nutriente crítico. Fazem-se necessárias ações educativas e medidas regulatórias para melhor informar a população e desencorajar o seu consumo.

Constata-se que o estado nutricional na infância é um elemento crucial a ser considerado para a compreensão da temática. Influenciado por atitudes externas e pela forma que a OI é percebida, a análise visa intimidar possíveis fundamentos relacionados à nutrição, elaborar planos e táticas para intervenção, indicando para a importância do ambiente durante os primeiros anos de alimentação no crescimento de hábitos alimentares e estilos de comer que perduram desde a infância e continuam na vida adulta, possivelmente ligados ao aumento da probabilidade de OI (LIMA *et al.*, 2020).

Nesse contexto, os artigos examinados abordam a condição nutricional ao longo da infância. Algumas indicações tratam de crianças saudáveis em termos de peso, enquanto outros referem-se as que apresentam sobrepeso ou até mesmo obesidade. Essas constatações ocorreram a partir de estimativas feitas durante a fase inicial da vida, considerando os padrões de vida nesse período e enfatizando que ambientes e sistemas pouco saudáveis podem exercer uma influência prejudicial na vida da criança, acarretando efeitos de longo prazo que podem não ser reversíveis (DUARTE *et al.*, 2022).

Por meio desta pesquisa, é possível observar que algumas dimensões de avaliação se sobressaem: introdução alimentar inadequada antes dos seis primeiros anos de vida; influência familiar e do ambiente sobre a alimentação infantil; o tempo de tela e a influência da mídia e por fim o impacto na vida futura.

Na primeira dimensão, a introdução inadequada antes dos primeiros seis meses de vida se destaca como um dos grandes pontos de atenção na primeira infância, sendo indicada como um fator preponderante para a modulação do paladar da criança. Os padrões de alimentação formados durante os primeiros meses de vida têm a tendência de perdurar ao longo das fases subsequentes e podem influenciar os comportamentos alimentares ao longo da vida adulta e em estágios mais avançados da vida (LUQUE *et al.*, 2021).

Portanto, a Organização Mundial da Saúde (OMS) indica que o leite materno é a "nutrição ideal para os bebês recém-nascidos" e preconiza que todos os bebês

sejam alimentados exclusivamente com leite materno nos primeiros seis meses de vida. Além disso, a amamentação deve continuar com a introdução de alimentos complementares apropriados até pelos menos os dois anos (ALVAREZ-PITTI; DE BLAS; LURBE, 2020).

Dias; Freire; Franceschini (2010), enfatiza sobre a importância da introdução alimentar de maneira apropriada na dieta de crianças, pois traçando uma abordagem inadequada ou prematura na introdução de alimentos pode causar sérios problemas de saúde no futuro, sendo fundamental conduzir essa etapa de forma cuidadosa para garantir o bem-estar a longo prazo.

Estudo realizado mediante análises feitas por Silva *et al.* (2013), envolvendo cerca de 1.170 crianças na localidade de São Bernardo do Campo – SP, foi monitorado. Os resultados evidenciaram que a introdução precoce de alimentos como mingau, suco, fruta ou sopa na dieta das crianças, por volta dos quatro meses de vida, estava fortemente associada à incidência de OI. Além disso, o estudo também revelou uma tendência de interrupção antecipada da amamentação materna.

Em pesquisa conduzida por Pudla; González-Chica; Vasconcelos (2015), investigou-se a ligação entre o tempo de amamentação materna exclusiva e a ocorrência de obesidade entre estudantes, usando um estudo de corte transversal realizado em Florianópolis, Santa Catarina. Eles examinaram um total de 2.826 indivíduos com idades entre 7 e 14 anos, aferindo peso, altura e coletando informações sobre amamentação, além de variáveis sociodemográficas fornecidas pelos pais. Os resultados indicaram que crianças que foram amamentadas por um período mais longo, cerca de 12 meses, demonstraram uma probabilidade menor de desenvolver OI.

Portanto, a interrupção do aleitamento materno exclusivo, aliado a introdução precoce de alimentos inadequados, como o leite de origem animal (sendo o leite de vaca integral o mais comum), a ingestão de refeições com baixo teor de nutrientes e volume, como sopas diluídas, a falta de oferta adequada de frutas, verduras e legumes, a inclusão de açúcares simples ou carboidratos de fácil absorção em mamadeiras e o consumo de alimentos processados, frequentemente ingeridos pela família são os principais fatores prejudiciais que contribuem significativamente para o surgimento de complicações futuras iminentes (SOUZA; MOLERO; GONÇALVES, 2021).

Nota-se que os hábitos alimentares são moldados durante as primeiras aspirações da vida, quando bebês e crianças pequenas são apresentados a diferentes sabores e texturas, levando ao desenvolvimento de comportamentos alimentares (LUQUE *et al.*, 2021). Desta forma, fica mais explícito as interferências externas, devido às atitudes, métodos de supervisão e visões dos membros da família, provocando um impacto direto na formação dos padrões alimentares durante a fase da infância (ALVAREZ-PITTI; DE BLAS; LURBE, 2020).

Na infância, a criança encontra na família uma ampla oportunidade de aprendizado, pois cria um ambiente compartilhado onde podem estimular hábitos alimentares excessivos ou um modo de vida sedentário. Apesar da família ter desempenhado um papel crucial na moldagem dos padrões alimentares, é essencial observar que há outros elementos que também exercem impacto, como a escola, o círculo social, o contexto econômico e cultural. Esses fatores têm a capacidade de serem alterados e têm influência no desenvolvimento dos hábitos alimentares na infância, refletindo posteriormente na vida adulta (LINHARES *et al.*, 2016).

Embora esse conjunto de fatores, tenham também estimulado os padrões alimentares das crianças, os pais têm sido identificados como um elemento alvo significativo em iniciativas que visam promover a saúde nas crianças, devido à maneira como impactam no respaldo e na gestão dos padrões de vida, como a alimentação e a atividade física (DUARTE *et al.*, 2022).

Em estudo realizado por Teixeira *et al.* (2022), afirmam que fatores emocionais relacionado aos pais estão amplamente ligados a alimentação emocional, afetando diretamente os hábitos alimentares das crianças. Supressões emocionais de curto prazo, como a ansiedade, levam ao maior consumo hedônico e conseqüentemente a ingestão de alimentos inadequados e de alta densidade calórica, implicando negativamente nas crianças, influenciando mudanças em seu comportamento alimentar.

Nesse contexto, os pais é um modelo a seguir e devem demonstrar comportamentos saudáveis ao lidar com alimentos, a fim de incentivar seus filhos a adotarem uma alimentação satisfatória e escolher opções saudáveis para consumir em casa. Isso implica que estabelecer um ambiente familiar favorável ao desenvolvimento infantil de forma saudável requer a prática de refeições em conjunto e a promoção de uma atmosfera positiva durante os momentos de alimentação (SCAGLIONI *et al.*, 2018).

Aliado a isso, Taborda; Mazur; Schmitt (2020), afirmam que as comodidades da vida moderna, como smartphones e jogos eletrônicos, devem ser retificados em ambientes familiares, na busca de um desenvolvimento saudável dentro do contexto em que estão inseridas.

Entretanto, na era caracterizada pelo desejo de resultados rápidos, pelo ritmo acelerado e pela escassez de tempo por parte dos pais, a televisão, o computador, o tablet e o smartphones passaram a ser os parceiros favoritos das crianças, desempenhando um papel importante na socialização e influenciando diretamente em diversos aspectos, incluindo os hábitos alimentares (CECCATTO *et al.*, 2018).

Conforme Nobre *et al.* (2021), o período em que as crianças passam diante dos dispositivos eletrônicos, definido como o tempo total de exposição a todas as formas de telas, está em ascensão. Pesquisas apontam que o tempo médio de exposição excede as diretrizes recomendadas, uma vez que a Academia Americana de Pediatria (AAP) orienta que o tempo que as crianças passam diante das telas não deve ultrapassar 2 horas por dia.

Durante sua análise, ficou evidente que pais brasileiros têm encontrado dificuldades para limitar a exposição das crianças sobre as telas, pois sua exposição também se mostra alta, contribuindo diretamente para o uso excessivo e o sedentarismo. Conforme os resultados deste estudo em particular, um índice de 94,5% das crianças foram expostas às telas, com a televisão liderando (61%), seguidamente pelas mídias interativas, como smartphones (41%) e tablets (22%) (IBIDEM, 2021).

A alta exposição às telas, com o aval favorável por parte dos pais, tem se mostrado um fator determinante para a influência nas escolhas alimentares das crianças. Fidelix (2015), em seu estudo com 102 escolares com faixa etária entre 7 e 10 anos, concluiu que a mídia, por meio de artistas, músicas e personagens animados nos comerciais, são os principais influenciadores. Descreve ainda que as crianças têm uma especificação por produtos que apresentam embalagens atrativas e designs distintos, alguns dos quais incorporam elementos de entretenimento e atividades lúdicas.

O considerável prolongamento do tempo em que as crianças são expostas às telas tem um impacto substancial no incentivo ao comportamento sedentário durante a infância, juntamente com as influências provenientes da mídia direcionada a elas que afetam suas escolhas alimentares. Isso revela uma tendência crescente no

consumo precoce de alimentos com alto teor de gordura e açúcar por parte das crianças, abrangendo aproximadamente 60,8% da população infantil no Brasil (CECCATTO *et al.*, 2018).

Em estudo realizado por Anastácio *et al.* (2019), cujo objetivo foi a avaliação da ingestão de alimentos ultraprocessados por 500 crianças com idade entre 6 e 59 meses, beneficiárias do Sistema Único de Saúde (SUS), na cidade do Rio de Janeiro, verificou-se que os alimentos ingeridos continham níveis elevados de gorduras saturadas, gorduras trans, sódio e possuíam um alto teor calórico. Cerca de 70% desses alimentos resultaram em um excesso de nutrientes críticos para a saúde. Os produtos com maior exposição pelas crianças incluíam queijos processados, carnes processadas, requeijões, macarrões instantâneos e embutidos, contribuindo significativamente para o aumento de OI.

Este consumo excessivo de produtos com baixo ou nenhum valor nutricional e alto teor calórico, juntamente com a exposição frequente às telas, a introdução de alimentos inadequados na dieta, a influência da família e do ambiente, tudo isso tem o potencial de causar um impacto significativo e, em muitos casos, quase irreversível na vida futura das pessoas. Isso significa que esses hábitos prejudiciais podem ter consequências graves e difíceis de reverter no futuro.

Portanto, a principal consequência atribuída a essa sequência de fatores, é a obesidade, sendo estes os principais fatores causadores dessa condição em todas as faixas etárias (SOUZA; MOLERO; GONÇALVES, 2021).

Seguindo uma ordem cronológica, a obesidade na infância (OI) provoca uma série de desafios comportamentais, com um impacto negativo nas relações sociais e familiares, bem como no desenvolvimento da depressão infantil. Além disso, a OI está associada a um aumento na pressão arterial e a problemas de saúde mental. Assim, essa condição não afeta apenas a saúde física, mas também o bem-estar psicológico e social das crianças (TABORDA; MAZUR; SCHMITT, 2020).

Esta condição permanente ao longo das fases subsequentes, como a adolescência e a fase adulta, torna-se um fator de risco significativo para o desenvolvimento das DCNT, que incluem doenças cardiovasculares, câncer, doenças respiratórias e diabetes, sendo essas como mais prevalentes. No Brasil, conforme com o último levantamento realizado em 2019 pela Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde (SVS/MS), aproximadamente 54,7% dos óbitos registrados foram atribuídos às

DCNT, totalizando mais de 730 mil óbitos causados por essas condições, dos quais 308.511 (41,8%) ocorreram de forma prematura (FIOCRUZ, 2021).

Nesse contexto, os autores destacam a importância de várias ações relacionadas à introdução adequada de alimentos, ao envolvimento dos pais em intervenções que incluem tanto o ambiente quanto as práticas nutricionais específicas, à promoção de políticas públicas e programas preventivos para lidar com as comorbidades associadas à OI, com foco na saúde infantil e nas fases posteriores da vida (LUQUE *et al.*, 2021; DUARTE *et al.*, 2022; SCAGLIONI *et al.*, 2018; IBIDEM, 2021).

## **5 CONCLUSÃO**

Conclui-se que quando ocorre a amamentação exclusiva combinada com uma introdução adequada e humanizada de alimentos ricos nutricionalmente, favorece o desenvolvimento saudável tanto do corpo quanto da mente da criança. Essa abordagem gera vantagens ao longo de todas as fases da vida, reduzindo a probabilidade de DCNT e distúrbios relacionados à alimentação. Isso destaca a importância da nutrição infantil como a primeira linha de defesa na prevenção e promoção da saúde.

Essa primeira linha de defesa para a promoção da saúde infantil, deve partir diretamente dos pais e cuidadores devido à grande influência alimentar nos primeiros anos de vida, por serem responsáveis a apresentar diferentes sabores e texturas como base em sua alimentação cotidiana, sendo necessário ofertar um ambiente alimentar saudável impactando no respaldo e na gestão dos padrões alimentares futuros.

Aliado a isso e com base na análise da literatura realizada, a exposição frequente das crianças às telas, como dispositivos eletrônicos, deve ser reparada devido ao impacto significativo nas escolhas alimentares a curto prazo, influenciando diretamente em seus padrões alimentares ao longo da vida, principalmente, devido à grande exposição sobre produtos de baixo valor nutricional.

Nessa perspectiva, é crucial considerar a importância de uma boa introdução e influência alimentar na infância, buscando um estado nutricional adequado e consequentemente a prevenção de comorbidades futuras relacionadas a OI, como as doenças crônicas não transmissíveis.

Desta forma, o acompanhamento especializado com um profissional nutricionista abordando estratégias de educação nutricional, introdução de atividades físicas e a criação de um ambiente saudável para a família, se faz necessário, além da diversificação e ampliação de abordagens no campo da literatura, implicando em discutir como a literatura pode influenciar as pessoas e desenvolver estratégias para apoiar a adoção de comportamentos parentais adequados na luta contra a OI, sendo fundamentadas em políticas públicas que promovam a educação alimentar e nutricional, visando prevenir futuros impactos negativos na saúde.

#### 4 REFERÊNCIAS

ALVAREZ-PITTI, J.; DE BLAS, A.; LURBE, E. Innovations In Infant Feeding: Future Challenges And Opportunities In Obesity And Cardiometabolic Disease. **Revista Nutrients**, vol. 12, no. 11, 14, 2020, pp. 3508–3508. Disponível em: <<https://doi.org/10.3390/nu12113508>>. Acesso em: 15 ago. 2023.

ANASTÁCIO, C.O.A., *et al.* Perfil Nutricional De Alimentos Ultraprocessados Consumidos Por Crianças No Rio De Janeiro. **Revista de Saúde Pública**, [S. l.], v. 54, p. 89, 2020. DOI: 10.11606/s1518-8787.2020054001752. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/176876>>. Acesso em: 15 ago. 2023.

ANDRADE, L.M.M., *et al.* Estado Nutricional, Consumo De Alimentos Ultraprocessados E Imagem Corporal De Adolescentes De Uma Escola Privada Do Município De Juiz De Fora – MG. **HU Revista**, [S. l.], v. 45, n. 1, p. 40–46, 2019. DOI: 10.34019/1982-8047.2019.v45.25937. Disponível em: <<https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/25937>>. Acesso em: 14 maio 2023.

CECCATTO, D., *et al.* A Influência Da Mídia No Consumo Alimentar Infantil: Uma Revisão Da Literatura. **Revista Perspectiva**, v. 42, n.157, p. 141-149, 2018. Disponível em: <[www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/157\\_700.pdf](http://www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/157_700.pdf)>. Acesso em: 15 ago. 2023.

DIAS, M.C.A.P.; FREIRE, L.M.S.; FRANCESCHINI, S.C.C. Recomendações Para Alimentação Complementar De Crianças Menores De Dois Anos. **Revista de Nutrição**, vol. 23, no. 3, 1, 2010, pp. 475–486. Disponível em: <[www.scielo.br/j/rn/a/vbVszfMD48ZvscPgdYWWdfD/?lang=pt](http://www.scielo.br/j/rn/a/vbVszfMD48ZvscPgdYWWdfD/?lang=pt), <https://doi.org/10.1590/s1415-52732010000300015>>. Acesso em: 15 ago. 2023.

DUARTE, A., *et al.* Promoção De Estilos De Vida Saudáveis Na Primeira Infância: A Voz De Familiares E Peritos. **Revista de Enfermagem Referência**, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 1–8, 2022. DOI: 10.12707/RV21083. Disponível em: <<https://revistas.rcaap.pt/referencia/article/view/28656>>. Acesso em: 15 ago. 2023.

FIDELIX, F.H.N. A Influência Da Mídia Nos Hábitos Alimentares De Crianças Em Uma Escola No Município De Cariacica. Disponível em: <[https://unisales.br/wp-content/uploads/2021/10/TCC-2015-1\\_Flavia.pdf](https://unisales.br/wp-content/uploads/2021/10/TCC-2015-1_Flavia.pdf)>. Acesso Em: 15 ago. 2023.

FUNDAÇÃO WALDO CRUZ. Ministério Da Saúde Apresenta Cenário Das Doenças Não Transmissíveis No Brasil. **Bio-Manguinhos/Fiocruz Inovação Em Saúde Vacinas, Kits Para Diagnósticos E Biofármacos**, 2021. Disponível em: <[www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/2604-ministerio-da-saude-apresenta-cenario-das-doencas-nao-transmissiveis-no-brasil](http://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/2604-ministerio-da-saude-apresenta-cenario-das-doencas-nao-transmissiveis-no-brasil)>. Acesso em: 15 ago. 2023.

LIMA, A.T.A., *et al.* Influência Da Introdução Alimentar Precoce No Desenvolvimento Da Obesidade Infantil: Uma Revisão De Literatura. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 8, pág. e56984925, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i8.4925. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4925>>. Acesso em: 14 maio 2023.

LINHARES, F.M.M., *et al.* Obesidade Infantil: Influência Dos Pais Sobre A Alimentação E Estilo De Vida Dos Filhos. **Temas em saúde**, João Pessoa, v. 16, n. 2, p. 460-481, 2016. Disponível em: <<https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2016/08/16226.pdf>>. Acesso em: 15 ago. 2023.

LUQUE, V., *et al.* Dietary Patterns Acquired In Early Life Are Associated With Cardiometabolic Markers At School Age. **Clinical Nutrition**, vol. 40, no. 7, 1, 2021, pp. 4606–4614. Disponível em: <[https://www.clinicalnutritionjournal.com/article/S0261-5614\(21\)00283-1/fulltext](https://www.clinicalnutritionjournal.com/article/S0261-5614(21)00283-1/fulltext)>. Acesso em: 15 ago. 2023.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia Alimentar Para Crianças Brasileiras Menores De 2 Anos Versão Resumida [Recurso Eletrônico]. **Ministério Da Saúde**, 2021. Disponível em: <[http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia\\_alimentar\\_2anos.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar_2anos.pdf)>. Acesso em: 14 maio 2023.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Obesidade Infantil Afeta 3,1 Milhões De Crianças Menores De 10 Anos No Brasil. **Ministério Da Saúde**, 2021. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2021-1/junho/obesidade-infantil-afeta-3-1-milhoes-de-criancas-menores-de-10-anos-no-brasil>>. Acesso em: 14 maio 2023.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Obesidade Infantil É Fator De Risco Para Doenças Respiratórias, Colesterol Alto, Diabetes E Hipertensão. **Ministério Da Saúde**, 2022. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/junho/obesidade-infantil-e-fator-de-risco-para-doencas-respiratorias-colesterol-alto-diabetes-e-hipertensao>>. Acesso em: 14 maio 2023.

NOBRE, J.N.P., *et al.* Fatores Determinantes No Tempo De Tela De Crianças Na Primeira Infância. **Ciência & Saúde Coletiva**, vol. 26, no. 3, 1, 2021, pp. 1127–1136. Disponível em: <[www.scielo.br/j/csc/a/GmStpKgyqGTtLwgCdQx8NMR/?lang=pt](http://www.scielo.br/j/csc/a/GmStpKgyqGTtLwgCdQx8NMR/?lang=pt), <https://doi.org/10.1590/1413-81232021263.00602019>>. Acesso em: 15 ago. 2023.

PUDLA, K.J.P.; GONZÁLEZ-CHICA, D.A.; VASCONCELOS, F.A.G. Efeito Do Aleitamento Materno Sobre A Obesidade Em Escolares: Influência Da Escolaridade Da Mãe. **Revista Paulista de Pediatria**, vol. 33, no. 3, 1, 2015, pp. 294–301. Disponível em: <[www.sciencedirect.com/science/article/pii/S010305821500060X?via%3Dihub](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S010305821500060X?via%3Dihub), <https://doi.org/10.1016/j.rpped.2015.01.004>>. Acesso em: 15 ago. 2023.

SCAGLIONI, S., *et al.* Factors Influencing Children's Eating Behaviours. **Revista Nutrients**, vol. 10, no. 6, 31, 2018, pp. 706–706. Disponível em: <<https://doi.org/10.3390/nu10060706>>. Acesso em: 14 maio 2023.

SILVA, J., *et al.* Benefícios Provenientes Do Aleitamento Materno Exclusivo. **Revisão Uningá**, [S. l.], v. 2, 2013. Disponível em: <<https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/1473>>. Acesso em: 15 ago. 2023.

SOLTERO, A.M.; CABRAL, P.C.C.; SILVA, G.A.P. Fatores Socioeconômicos, Culturais E Demográficos Maternos Associados Ao Padrão Alimentar De Lactentes. **Revista Paulista de Pediatria**, vol. 33, no. 4, 1, 2015, pp. 445–452. Disponível em: <[www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0103058215000854?via%3Dihub](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0103058215000854?via%3Dihub), <https://doi.org/10.1016/j.rpped.2015.03.006>>. Acesso 14 maio 2023.

SOUZA, B.S.; MOLERO, M.P.; GONÇALVES, R. Alimentação Complementar E Obesidade Infantil. **Revista Multidisciplinar Da Saúde**, vol. 3, no. 2, 2021, pp. 1–15. Disponível em: <[revistas.anchieta.br/index.php/RevistaMultiSaude/article/view/1724](http://revistas.anchieta.br/index.php/RevistaMultiSaude/article/view/1724)>. Acesso 14 maio 2023.

STADLER, F., *et al.* Relação Entre A Alimentação Complementar E A Prevalência De Excesso De Peso Em Pré-Escolares. **Saúde (Santa Maria)**, [S. l.], v. 42, n. 1, p. 197–204, 2016. DOI: 10.5902/2236583415969. Disponível em: <<https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/15969>>. Acesso em: 14 maio 2023.

TABORDA, D.; MAZUR, C.E.; SCHMITT, V. Obesidade Infantil: Terapia Nutricional Em Um Grupo De Usuários Do Sistema Único De Saúde – Um Estudo Longitudinal. No. 3. **Open Journal Systems**. Ufpr.br, 2019. Disponível em: <[revistas.ufpr.br/academica/article/view/75587](http://revistas.ufpr.br/academica/article/view/75587)>. Acesso em: 14 maio 2023.

TEIXEIRA, L.N., *et al.* O impacto parental na formação dos hábitos e comportamentos alimentares: da infância a vida adulta. **Revista Brasileira de Revisão de Saúde**, [S. l.], v. 6, pág. 23022–23039, 2022. DOI: 10.34119/bjhrv5n6-097. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/54549>>. Acesso em: 15 ago. 2023.