

# INFLUÊNCIA DOS PAIS NA ALIMENTAÇÃO INFANTIL.

ALMEIDA, Bruna Antonia Luiz<sup>1</sup>

OLIVEIRA, Ana Paula<sup>2</sup>

BARION, Tatiane Cristina Garcia<sup>3</sup>

MODESTO, Pamela Nayara<sup>4</sup>

## RESUMO

A formação de hábitos em crianças começa com aproximadamente 6 meses e nesse período elas começam a descobrir os novos sabores e texturas dos alimentos. A fase de introdução alimentar deve ser feita no tempo correto e com alimentos ricos em vitaminas e minerais, quando a introdução alimentar não acontece de maneira adequada pode refletir a longo prazo na saúde da criança com o desenvolvimento de doenças como sobrepeso e obesidade. Essas doenças vêm crescendo significativamente no Brasil entre crianças e cerca de 36,6% das mesmas estão acima do peso. O objetivo do presente trabalho foi avaliar a influência dos pais sobre o consumo de produtos processados e/ou ultraprocessados na alimentação dos filhos. Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, em que as bases utilizadas para pesquisa foram Scielo, Lilacs e Pubmed. Conforme estudado, foi possível encontrar que os pais influenciam fortemente na forma que a criança seleciona e consome os alimentos e devido ao consumo excessivo dos pais de produtos processados e ultraprocessados as crianças também acabam desenvolvendo preferência a esses alimentos. Sendo assim foi possível concluir que as crianças seguem os exemplos dos pais e esse consumo de alimentos com calorias vazias e ricos em gorduras e açúcares o sobrepeso e obesidade infantil se torna muito presente. Sendo assim, fica evidente a necessidade de conscientização sobre alimentação saudável em âmbito familiar, visando melhora da qualidade de vida e controle da obesidade infantil, já que na infância são formados hábitos que serão levados ao longo da vida.

**PALAVRAS CHAVE:** Ultraprocessados; Obesidade infantil; Hábitos; Influencia.

---

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Ensino Superior do Interior Paulista FAIP da Sociedade Cultural e Educacional do Interior Paulista. bruna\_antonia\_luiz@yahoo.com.

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Ensino Superior do Interior Paulista FAIP da Sociedade Cultural e Educacional do Interior Paulista. paulla.htinha@hotmail.com

<sup>3</sup> Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Ensino Superior do Interior Paulista-FAIP da Sociedade Cultural e Educacional do Interior Paulista. tatibarion2012@hotmail.com.

<sup>4</sup> Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Ensino Superior do Interior Paulista-FAIP da Sociedade Cultural e Educacional do Interior Paulista. pamelanutri@hotmail.com.