



Evento: XXVIII Seminário de Iniciação Científica

PERCEPÇÕES SOBRE A INTERFERÊNCIA DE FAMILIARES NA OFERTA ALIMENTAR PARA CRIANÇA¹

PERCEPTIONS ABOUT THE INTERFERENCE OF FAMILY MEMBERS IN THE FOOD SUPPLY FOR CHILDREN

Danieli Simon², Karina Ribeiro Rios³

¹ Relato de experiência acadêmica.

² Aluna do Curso de Graduação em Nutrição (UNIJUI), danisimon1999@hotmail.com - Santa Rosa/RS/Brasil.

³ Professora Orientadora, Mestre em Alimentos e Nutrição (UNIJUI), karina.rios@unijui.edu.br - Ijuí/RS/Brasil.

RESUMO

Os acontecimentos corriqueiros auxiliam na formação acadêmica, associando o estudo à prática. O acompanhamento da introdução alimentar e crescimento de um familiar, juntamente com presenciar falas de pais sobre a oferta de alimentos a crianças, associaram os fatos relacionados a esse tema. Os pais têm poder de escolha sobre o que irão oferecer para alimentar seus filhos, contudo nesse meio tem os familiares e pessoas que convivem com a criança, oferecendo a ela os produtos alimentícios que os pais não aprovam, gerando assim conflitos nesse quesito. Hábitos alimentares não saudáveis inseridos na infância podem afetar nas futuras escolhas alimentares de outras fases da vida.

Palavras-chave: Comportamento alimentar infantil. Familiares. Escolhas alimentares.

INTRODUÇÃO

A formação acadêmica compõe-se do estudo aprofundado de materiais e referências científicas, baseados em evidência, para a aquisição de conhecimento técnico e o desenvolvimento de habilidades e competências esperadas para uma atuação profissional de excelência. Contudo, não se pode desprezar os eventos corriqueiros que, arraigados na transmissão cultural e transgeracional, podem entrar em conflito com as recomendações científicas da saúde.

No que diz respeito à introdução alimentar, a autora se deparou com a necessidade de refletir e ponderar a conduta dos pais e cuidadores de um bebê, seu membro familiar, em relação aos conhecimentos adquiridos na graduação em Nutrição sobre essa temática. É notório e amplamente difundido que a alimentação complementar ao aleitamento materno deve iniciar em torno dos seis meses de vida do bebê, e esse processo deveria ser precedido por instruções claras e pactuadas com todos os familiares e demais envolvidos nos cuidados



com a criança, por ser de extrema importância para o adequado crescimento e desenvolvimento infantil.

Nesse contexto, o objetivo do trabalho é relatar as percepções da autora frente ao comportamento dos pais e familiares no manejo da alimentação complementar de um bebê.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, subsidiado por leitura inspeccional e analítica de artigos escolhidos de forma arbitrária para compor a argumentação associada a convivências rotineiras com uma criança no processo de introdução e escolhas alimentares.

Buscou-se materiais científicos disponíveis de forma online e gratuita nas bases de dados Google Acadêmico e Scientific Electronic Library Online (SciELO). As palavras chave utilizadas na busca foram “familiares”, “alimentação infantil”, “introdução alimentar”.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O aleitamento materno é a primeira forma de alimentação e também um determinante do comportamento alimentar (SANTOS, REIS, ROMANO, 2021). Do nascimento até os seis meses de vida o leite materno supre todas as necessidades nutricionais da criança. A partir dos seis meses pode-se iniciar a alimentação complementar a leite materno (SILVA, VENÂNCIO, MARCHIORI, 2010). A amamentação é recomendada até os dois anos ou mais, não é recomendado oferta de ultraprocessados, doces, adição de açúcares a preparações (BRASIL, 2019).

Tais instruções são muito claras e amplamente recomendadas por profissionais que atuam na assistência nutricional de crianças menores de dois anos. Para uma estudante da Nutrição que pode acompanhar a gestação, nascimento e primeiros anos de vida de um bebê, membro da sua família, fica evidente a expectativa em presenciar a implementação de tais recomendações. A introdução alimentar é um processo lento e gradual; consiste em apresentar e ofertar alimentos, incluí-los na rotina da criança. Comumente as primeiras ofertas são alimentos in natura em consistência abrandada ou tem-se a participação efetiva da criança conforme o método *baby led weaning*, caso seja essa a escolha da família; conforme desenvolvimento do bebê a alimentação sofre alterações. O início da alimentação reflete muito nos futuros comportamentos da vida adulta. Evidências indicam que adequados



comportamentos alimentares na infância previnem os comportamentos não tão adequados nas outras fases da vida (SANTOS, REIS, ROMANO, 2021).

Nesse processo de desenvolvimento das crianças sempre há orientações do pediatra ou nutricionista. É importante que todas as pessoas que convivem, familiares, cuidadores estejam cientes das recomendações. É comum que familiares interfiram nesse processo, ofertando aqueles alimentos que não são necessários para desenvolvimento e crescimento. As crianças quando têm disponíveis ultraprocessados para consumo, automaticamente inicia a rejeição por opções mais naturais, isso acontece porque alimentos industrializados possuem muito açúcar, sal, realçadores de sabor, mudando o paladar (hiperpalatáveis), ou seja, as preferências normalmente serão esses produtos.

Acompanhando a introdução e agora escolhas alimentares de um familiar, foi visível a influência da oferta de ultraprocessados à criança. A partir do momento em que foi apresentado a salgadinhos, chocolates, sucos artificiais, frituras, essas foram as primeiras opções em momentos em que pode escolher o que iria consumir. Quando negado seu desejo por determinado alimento, algumas vezes pude presenciar o ato de fazer birra quando sua vontade não fora realizada. Tal atitude é comum nas crianças pequenas, uma forma que encontram de chamar a atenção; contudo, nem sempre deve-se atender às vontades dos pequenos, para que aprendam a seguir regras e recebam a negação como uma forma de educação e amor.

Presenciar essa fase tornou perceptível que quando um adulto oferta algo à criança, em oposição à opinião dos pais, e essa recebe com satisfação, provavelmente, irá desejar repetir a experiência. Nesses casos, observando a reação dos pais ao saberem que a criança havia consumido algo não desejado por eles, fica nítido o desagrado. Essas situações reforçaram o relato de outras experiências acadêmicas, onde os pais referiram descontentamento com a atitude invasiva e impetuosa de certos familiares ou pessoas do seu convívio, ao oferecer alimentos de baixa densidade nutricional, não condizentes com suas escolhas para crianças menores de dois anos. O fornecimento de produtos alimentícios que não agregam valor nutricional, é totalmente dispensável na construção de hábitos alimentares saudáveis e condizentes com a boa saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS



Comportamentos não saudáveis, em partes, são responsabilidade da família; para mudança de comportamentos da criança será necessária mudança na alimentação de todos os envolvidos nesses hábitos (SIMON, HUTH, RIOS, 2021). As crianças de certa forma executam suas atitudes como espelho das atitudes daqueles que o cercam, sejam pais, avós, tios, ou seja, se a frequência habitual de consumo da família for baseada em ultraprocessados e pobre em alimentos in natura. Não basta “forçar” a criança para que consuma frutas e vegetais, se não é isso que os outros integrantes consomem. Dar o exemplo e também respeitar as decisões dos responsáveis do que será ofertado e do que não será, é necessário para uma convivência harmoniosa no âmbito familiar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

SANTOS, K.; REIS, M.; ROMANO, M. Práticas Parentais e Comportamento Alimentar da Criança. **Texto & Contexto Enfermagem**, Maio, 2021. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/tce/a/3jSd7pLcXtbvPcSCx3dKnzD/?lang=en>>. Acesso em: 04 de agosto de 2021.

SILVA, L.; VENÂNCIO, S.; MARCHIORI, D. Práticas de Alimentação Complementar no Primeiro Ano de Vida e Fatores Associados. **Revista de Nutrição**, Dez, 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/zpsTz5qHxZPBRxTJBzjTNbj/?lang=pt>>. Acesso em: 05 de agosto de 2021.

SIMON, D.; HUTH, A.; RIOS, K. A Influência da Família no Comportamento Alimentar de Crianças. **Anais Congresso Internacional de Saúde**, Unijuí, Junho, 2021.