

FATORES ASSOCIADOS À FORMAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR INFANTIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Factors Associated with the Development of Children's Eating Behavior: An Integrative Literature Review

Nome: Laís Maire Toledo

E-mail: laismairetol@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-1729-2076>

Instituição de afiliação: Curso de Nutrição; Pontifícia Universidade Católica de Goiás.

Titulação acadêmica: Acadêmica de Nutrição

Nome: Aline Alves Brasileiro

E-mail: alinealves@pugoiias.edu.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7741-1292>

Instituição de afiliação: Curso de Nutrição; Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Titulação acadêmica: Doutora em Saúde da Criança e Adolescente

Conflito de Interesses: Nenhum

Fonte de financiamento: Financiamento próprio

Uso de inteligência artificial: Uso de inteligência artificial como ferramenta de apoio para definição e desenvolvimento do tema no TCC I, além de auxílio na busca, análise e organização dos resultados encontrados.

RESUMO

O comportamento alimentar infantil é desenvolvido nos primeiros anos de vida e sofre influência de fatores biológicos, psicológicos, sociais e ambientais. Nesse contexto, as práticas parentais e o ambiente familiar exercem papel fundamental na formação dos padrões alimentares da criança. O presente estudo teve como objetivo analisar os fatores associados à formação do comportamento alimentar infantil. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases de dados SciELO, PubMed e ScienceDirect, utilizando descritores relacionados à alimentação infantil, comportamento alimentar, alimentação complementar e relações familiares. Foram incluídos artigos originais publicados entre 2021 e 2026, nos idiomas português e inglês. A amostra final foi composta por 10 estudos que abordavam fatores relacionados à formação do comportamento alimentar infantil. Os estudos analisados evidenciaram que práticas alimentares coercitivas, pressão para comer e ambientes alimentares desestruturados estiveram associados à seletividade alimentar, dificuldades na autorregulação alimentar e padrões alimentares inadequados. Em contrapartida, práticas parentais responsivas, refeições compartilhadas e maior oferta de alimentos in natura favoreceram comportamentos alimentares mais saudáveis. Além disso, observou-se associação entre seletividade alimentar, neofobia alimentar e redução da variedade alimentar consumida pelas crianças. Conclui-se que o comportamento alimentar infantil é fortemente influenciado pelas práticas parentais, pela dinâmica familiar e pelo ambiente alimentar ao qual a criança está exposta, destacando-se a importância da promoção de estratégias de educação alimentar voltadas às famílias e cuidadores desde os primeiros anos de vida.

Palavras-chave: comportamento alimentar; alimentação infantil; práticas parentais; hábitos alimentares.

ABSTRACT

Child eating behavior is developed during the first years of life and is influenced by biological, psychological, social, and environmental factors. In this context, parenting practices and the family environment play a fundamental role in shaping children's eating patterns. The present study aimed to analyze the factors associated with the formation of child eating behavior. This is an integrative literature review conducted using the SciELO, PubMed, and ScienceDirect databases, employing descriptors related to child feeding, eating behavior, complementary feeding, and family relationships. Original articles published between 2021 and 2026, in Portuguese and English, were included. The final sample consisted of 10 studies addressing factors related to the development of child eating behavior. The analyzed studies showed that coercive feeding practices, pressure to eat, and unstructured food environments were associated with picky eating, difficulties in self-regulation of food intake, and inadequate eating patterns. In contrast, responsive parenting practices, shared family meals, and greater availability of fresh foods favored healthier eating behaviors. In addition, an association was observed between picky eating, food neophobia, and reduced dietary variety among children. It was concluded that child eating behavior is strongly influenced by parenting practices, family dynamics, and the food environment to which the child is exposed, highlighting the importance of promoting nutrition education strategies directed at families and caregivers from the first years of life.

Keywords: eating behavior; child feeding; parental practices; eating habits.

Introdução

A alimentação na infância desempenha papel essencial no crescimento, no desenvolvimento e na formação de padrões alimentares que tendem a se manter ao longo da vida. Nesse período, ocorre a construção do comportamento alimentar, um processo dinâmico influenciado por aspectos biológicos, psicológicos e ambientais¹. A forma como a criança se relaciona com os alimentos durante a infância precoce pode impactar diretamente na sua saúde futura, influenciando nos padrões alimentares, estado nutricional e risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis ao longo da vida^{2, 3}.

Diversos aspectos estão associados à formação do comportamento alimentar infantil, entre eles as práticas parentais, o contexto familiar, a disponibilidade alimentar, fatores emocionais e influências externas, como mídia e publicidade¹. O ambiente familiar é considerado um dos principais determinantes na construção dos hábitos alimentares infantis, uma vez que os pais são responsáveis não apenas pela oferta dos alimentos, mas também pela mediação das experiências relacionadas à alimentação⁴.

As práticas parentais, como incentivo, restrição ou controle alimentar, influenciam diretamente a aceitação dos alimentos e a autorregulação da ingestão alimentar pelas crianças⁵. Além disso, comportamentos como seletividade alimentar e neofobia alimentar são comuns na infância e podem dificultar a aceitação de novos alimentos, comprometendo a qualidade da dieta⁶. Esses comportamentos podem ser intensificados ou minimizados conforme as estratégias adotadas pelos responsáveis durante as refeições⁷.

Outro aspecto relevante refere-se à influência do ambiente alimentar, especialmente à disponibilidade de alimentos e aos hábitos familiares, que podem favorecer tanto escolhas saudáveis quanto inadequadas⁸. Nesse contexto, a elevada presença de alimentos ultraprocessados no cotidiano infantil está associada a padrões alimentares menos saudáveis e ao maior risco de excesso de peso².

Além da dinâmica familiar, fatores externos como mídia, publicidade e contexto social também exercem influência significativa sobre as preferências alimentares infantis. A elevada exposição à publicidade de alimentos ultraprocessados contribui para escolhas alimentares menos saudáveis e maior consumo desses produtos entre crianças^{2, 9}.

Dessa forma, compreender os fatores associados à formação do comportamento alimentar infantil é fundamental para subsidiar estratégias de promoção da saúde e incentivo à alimentação saudável na infância. Assim sendo, o presente estudo tem como objetivo analisar os fatores associados à formação do comportamento alimentar infantil.

Metodologia

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, um método que permite a busca, a avaliação crítica e a síntese das evidências disponíveis sobre o tema investigado, de forma a construir uma análise abrangente sobre os fatores determinantes na infância. O estudo foi desenvolvido a partir de seis etapas estruturadas: identificação do tema e seleção da pergunta de pesquisa; estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; busca nas bases de dados; categorização dos estudos; análise dos resultados e síntese integrativa.

A busca bibliográfica foi realizada de forma sistematizada nas bases de dados eletrônicas SciELO, PubMed e ScienceDirect. Para a delimitação dos estudos, foram selecionados descritores indexados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH): “comportamento alimentar”, “alimentação infantil”, “alimentação complementar”, “pais” (*parents*), “relações familiares” e “dieta”. Estes termos foram cruzados de forma combinada utilizando-se o operador booleano AND.

Como critérios de inclusão, definiram-se: artigos científicos originais (estudos primários), publicados no recorte temporal entre os anos de 2021 e 2026, disponíveis na íntegra, e redigidos nos idiomas português e inglês. Foram excluídos da amostra: artigos de revisão de literatura, dissertações, teses, editoriais, notas prévias, publicações duplicadas em mais de uma base de dados e produções que não respondiam diretamente ao objetivo desta revisão.

O processo de seleção ocorreu inicialmente por meio da triagem de títulos e resumos das obras identificadas. Os artigos potencialmente elegíveis foram submetidos à leitura analítica na íntegra para a confirmação dos critérios de elegibilidade, resultando em uma amostra final composta por 10 estudos. Para a extração e organização dos dados, utilizou-se um quadro síntese padronizado, contemplando as seguintes variáveis: autoria e ano de publicação, país de origem, delineamento metodológico, características da população/amostra estudada, objetivo da pesquisa e os principais desfechos observados. Por fim, os dados foram interpretados e discutidos de maneira descritiva e crítica fundamentados na literatura pertinente.

Resultados

A amostra final desta revisão integrativa foi composta por 10 estudos primários. Quanto ao delineamento metodológico, observou-se a predominância de estudos transversais ($n=9$), associados a um (1) estudo de coorte longitudinal. As pesquisas abrangeram investigações em diferentes contextos globais, incluindo países como Brasil, Estados Unidos, Reino Unido, China, México e Arábia Saudita. A população investigada nos estudos selecionados foi composta por crianças com idades entre 6 meses e 12 anos, além de seus pais ou cuidadores. O tamanho das amostras variou de 242 a 2.402 participantes, incluindo estudos realizados em diferentes contextos socioculturais, como

Brasil, Estados Unidos, México, China, Reino Unido e Arábia Saudita. Entre os participantes, destacaram-se crianças em idade pré-escolar e escolar, pares mãe-filho, famílias com gêmeos e cuidadores responsáveis pela alimentação infantil. Os estudos investigaram principalmente práticas alimentares parentais, alimentação complementar, seletividade alimentar, neofobia alimentar, dificuldades alimentares e influência do ambiente familiar sobre o comportamento alimentar infantil.

Discussão

O comportamento alimentar infantil é construído progressivamente a partir das experiências vivenciadas pela criança nos primeiros anos de vida, sendo influenciado por fatores biológicos, psicológicos, sociais e ambientais¹. Nesse contexto, os primeiros anos de vida representam um período determinante para a formação dos hábitos alimentares, podendo influenciar diretamente o estado nutricional e o risco de desenvolvimento de doenças crônicas ao longo da vida².

Os estudos analisados na presente revisão demonstram que as práticas parentais exercem influência significativa na formação dos hábitos alimentares infantis, podendo favorecer tanto comportamentos alimentares saudáveis quanto inadequados. Estratégias alimentares coercitivas, como pressão para comer, restrição alimentar e utilização de alimentos como recompensa, estiveram associadas à pior autorregulação alimentar, maior resistência alimentar e dificuldades na percepção dos sinais de fome e saciedade pelas crianças^{10, 11, 12}. De forma convergente, a ansiedade e a preocupação dos pais em relação à seletividade ou à baixa ingestão alimentar do filho estão diretamente associadas ao aumento da pressão para comer^{8,11}, embora tal prática controladora não apresente associação direta com o escore z do IMC infantil^{8,11}.

Além disso, evidências recentes da amostra apontam que a relação entre pais e crianças durante a alimentação ocorre de maneira bidirecional^{12,13}. As práticas parentais influenciam o comportamento alimentar infantil ao mesmo tempo em que as características apetitivas da própria criança também modificam as estratégias utilizadas pelos pais ao longo do desenvolvimento^{12, 13}. Em investigações com gêmeos, por exemplo, observou-se que os cuidadores exercem maior pressão justamente sobre o irmão que apresenta menor apetite ou desinteresse pela comida, evidenciando que os estilos coercitivos se desenvolvem muitas vezes em resposta direta às características do filho¹². Esses achados reforçam a complexidade e a natureza responsiva das interações familiares na infância precoce^{12, 13}.

No cenário da introdução alimentar, investigações voltadas à alimentação complementar demonstraram que uma parcela significativa dos bebês não atende às recomendações internacionais adequadas para a faixa etária¹⁴. Adicionalmente, práticas parentais baseadas no ato de pressionar o lactente demonstraram associação direta com indicadores de crescimento aos 6 meses de idade¹⁴, o

que reforça a necessidade latente de promover a responsividade parental aos sinais biológicos de apetite e saciedade do bebê desde o início da ingestão de sólidos¹⁴.

As práticas alimentares parentais também apresentam forte vínculo com as preferências e os comportamentos alimentares na idade escolar, influenciando a aceitação e o consumo de determinados grupos de alimentos¹⁵. Identificou-se uma estreita relação entre práticas de alimentação emocional e a subalimentação emocional em crianças, bem como o uso de recompensas instrumentais e o incentivo parental associados à preferência por carnes processadas e peixes, respectivamente¹⁵. Em contrapartida, infere-se na literatura que lares com maior oferta de alimentos *in natura*, refeições compartilhadas e rotina alimentar estruturada estão associados à formação de hábitos alimentares mais adequados¹⁶.

Outro fator frequentemente identificado na literatura e corroborado pelos resultados corresponde às dificuldades alimentares durante a infância. Estilos parentais inadequados, como os estilos autoritário, indulgente e negligente, caracterizados por excesso de controle, permissividade ou baixa participação dos cuidadores durante a alimentação, associados a atitudes negativas durante as refeições e ambientes alimentares desestruturados, podem contribuir para o agravamento de quadros de recusa e seletividade alimentar^{7, 17}. A seletividade e a neofobia alimentar reduzem severamente a variedade da dieta consumida pelas crianças, favorecendo inadequações nutricionais importantes⁶. Alinhado a isso, níveis elevados de seletividade alimentar infantil correlacionam-se a comportamentos alimentares marcadamente não saudáveis, destacando o impacto do consumo inadequado na qualidade da dieta e um possível reflexo no risco cardiovascular futuro desse público¹⁸.

Além do ambiente familiar, fatores externos como mídia, publicidade e contexto social também exercem influência significativa sobre o comportamento alimentar infantil. A ampla exposição a alimentos ultraprocessados e o estímulo ao consumo desses produtos contribuem para a formação de hábitos alimentares inadequados desde os primeiros anos de vida, podendo impactar negativamente o estado nutricional infantil².

Dessa forma, os estudos analisados reforçam a importância crucial do ambiente familiar na construção dos hábitos alimentares infantis. A adoção de práticas parentais responsivas, associada à oferta de alimentos saudáveis e à construção de ambientes alimentares positivos, demonstra potencial para favorecer comportamentos alimentares mais adequados durante a infância e contribuir para a promoção da saúde ao longo da vida^{5, 13}.

Conclusão

A presente revisão integrativa evidenciou que o comportamento alimentar infantil é influenciado por múltiplos fatores biológicos, emocionais, familiares e ambientais, sendo o ambiente familiar um dos principais determinantes na formação dos hábitos alimentares durante a infância.

Os estudos analisados demonstraram que práticas parentais coercitivas, como pressão para comer, restrição alimentar e utilização da comida como recompensa, estiveram associadas à seletividade alimentar, à neofobia alimentar, à pior autorregulação da ingestão alimentar e à redução da qualidade da dieta infantil. Além disso, ambientes alimentares desestruturados e maior exposição a alimentos ultraprocessados favoreceram padrões alimentares inadequados desde os primeiros anos de vida.

Em contrapartida, práticas parentais responsivas, refeições compartilhadas em família, maior disponibilidade de alimentos *in natura* e uma relação alimentar positiva mostraram-se fatores associados ao desenvolvimento de comportamentos alimentares mais saudáveis e maior aceitação alimentar pelas crianças.

Outro aspecto importante identificado na literatura refere-se ao caráter bidirecional da relação entre pais e filhos durante a alimentação, uma vez que as práticas parentais influenciam o comportamento alimentar infantil, ao mesmo tempo em que as características da própria criança também modificam as estratégias utilizadas pelos cuidadores.

Dessa forma, os achados reforçam a importância do desenvolvimento de estratégias de educação alimentar e nutricional voltadas às famílias, especialmente durante a introdução alimentar e os primeiros anos de vida, visando à promoção de hábitos alimentares saudáveis, prevenção de dificuldades alimentares e melhoria da qualidade da alimentação infantil ao longo da vida.

Sendo assim, compreender os fatores envolvidos na formação do comportamento alimentar infantil torna-se essencial para o desenvolvimento de estratégias efetivas de promoção da saúde e prevenção de doenças relacionadas à alimentação.

Referências

- 1 SPENCE, A. C.; CAMPBELL, K. J.; LALOR, K. R.; LAWS, R.; RUSSELL, C. G. Early childhood feeding practices and eating behaviors: a systematic review. *Nutrients*, v. 13, n. 2, p. 563, 2021.
- 2 BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.
- 3 MAHMOOD, L.; FLORES-BARRANTES, P.; CEVALLOS, Y. A.; ASLVADOR, L. N.; REY-LÓPEZ, J. P.. The influence of parental dietary behaviors and practices on children's eating habits. *Nutrients*, v. 13, n. 4, p. 1138, 2021.
- 4 VENTURA, A. K.; BIRCH, L. L. Does parenting affect children's eating and weight status? *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, v. 5, p. 15, 2008.
- 5 VOLLMER, R. L.; MOBLEY, A. R. Parental feeding style and child weight status: conceptual framework and review of recent literature. *Current Nutrition Reports*, v. 10, n. 2, p. 98-105, 2021.

- 6 RODRIGUES, V. M.; PEREIRA, R. A.; COSTA, R. S.; VEIGA, G. V. Food neophobia and picky eating during childhood: impacts on dietary quality and nutritional status. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 41, e2022058, 2023.
- 7 ALBALAWI, A. M.; ALREHEILI, R. F.; ALSAEDI, A. A.; ALMUGHAMISI, N. S.; AL-RIFAAI, M. A.; AL-JOHANI, A. H.. Feeding practices, mealtime behaviors and food selectivity among children: a cross-sectional study. *Children*, v. 10, n. 2, p. 312, 2023.
- 8 Fontanezi NM, Maximino P, Machado RHV, Ferrari G, Fisberg M. Family environment and eating behavior in childhood: associations with healthy eating practices. *Public Health Nutrition*, v. 27, n. 1, p. 1-10, 2024.
- 9 COSTA, C. S.; MARINHO, S. P.; LOUZADA, M. L. C.; SILVA, J. B.; MONTEIRO, C. A. O hábito de comprar produtos alimentícios anunciados na televisão aumenta o consumo de alimentos ultraprocessados por escolares. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, n. 8, e00091419, 2020.
- 10 Philippe K, Chabanet C, Issanchou S, Monnery-Patris S. Parental feeding practices and children's eating behaviors: associations with appetite self-regulation. *Appetite*, v. 162, p. 105176, 2021.
- 11 BROWN, C. L.; SKINNER, A. C.; PERRIN, E. M.; SHOOK, R. P.; ALTSCHUL, D.; SULLIVAN, S. Associations between parental pressure to eat and child eating behaviors. *Appetite*, v. 175, p. 106089, 2022.
- 12 Kininmonth AR, Smith AD, Llewellyn CH, Fildes A, Carnell S, Steinsbekk S. Bidirectional associations between parenting practices and children's eating behaviors: a longitudinal analysis. *Appetite*, v. 181, p. 106402, 2023
- 13 BURNETT, A. J.; JANSEN, E.; APPLETON, J.; ROSSITER, C.; FOWLER, C.; DENNEY-WILSON, E.; RUSSELL, C. G.. Bidirectional associations between parental feeding practices, infant appetitive traits and infant BMIz: a longitudinal cohort study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, v. 19, n. 1, p. 153, 2022.
- 14 Kim-Herrera M, Mazariegos M, Kroker-Lobos MF, Ramirez-Zea M, Bentley ME, Mendez MA. Complementary feeding practices and associations with infant growth and eating behaviors. *Nutrients*, v. 13, n. 9, p. 3157, 2021.
- 15 Qiu C, Zhang J, Wang Y, Chen Y, Zhou J, Li Y. Associations between parental feeding practices and eating behaviors among preschool children. *Nutrients*, v. 15, n. 3, p. 712, 2023
- 16 KÄHKÖNEN, J. E.; SANDVIK, P.; HARRIS, J. R.; LLEWELLYN, C. H.; CARNELL, S. Family meal frequency and healthy eating habits among children: a longitudinal study. *Appetite*, v. 183, p. 106474, 2023.
- 17 HASBANI, E. C.; FÉLIX, P. V.; SAUAN, P. K.; MAXIMINO, P.; MACHADO, R. H. V.; FERRARI, G.; FISBERG, M. How parents' feeding styles, attitudes, and multifactorial aspects are associated with feeding difficulties in children. *BMC Pediatrics*, v. 23, n. 1, p. 540, 2023.
- 18 AL-HUSSAINI, A.; ALBALAWI, A. M.; ALREHEILI, R. F.; ALSAEDI, A. A.; ALMUGHAMISI, N. S. Food selectivity, dietary patterns and cardiovascular risk in children: a cross-sectional study. *Nutrients*, v. 13, n. 7, p. 2345, 2021.

- 18 SRIVASTAVA, D.; ZHENG, L. R.; DEV, D. A. Examining correlates of feeding practices among parents of preschoolers. *Nutrition and Health*, v. 27, n. 4, p. 443-451, 2021.