

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE ADMINISTRAÇÃO
GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO

COMER COMER (SAUDÁVEL) É O MELHOR PARA PODER CRESCER:
Análise das práticas alimentares de pais ou responsáveis por crianças

RAONI SIMPLÍCIO DA SILVA

João Pessoa
Abril, 2025

RAONI SIMPLÍCIO DA SILVA

COMER COMER (SAUDÁVEL) É O MELHOR PARA PODER CRESCER:

Análise das práticas alimentares de pais ou responsáveis por crianças

Trabalho de Curso apresentado como parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Bacharel em Administração, pelo Centro de Ciências Sociais Aplicadas, da Universidade Federal da Paraíba / UFPB.

Professor Orientador: João Batista Soares Neto

João Pessoa

Abril, 2025

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

S612c Silva, Raoni Simplicio da.

Comer comer (saudável) é o melhor para poder crescer: análise das práticas alimentares de pais ou responsáveis por crianças / Raoni Simplicio da Silva. - João Pessoa, 2025.

32 f. : il.

Orientação: João Batista Soares Neto.
TCC (Graduação) - UFPB/CCSA.

1. Alimentação infantil. 2. Práticas alimentares. 3. Alimentação saudável. I. Soares Neto, João Batista. II. Título.

UFPB/CCSA

CDU 005(043)

Folha de aprovação

Trabalho apresentado à banca examinadora como requisito parcial para a Conclusão de Curso do Bacharelado em Administração

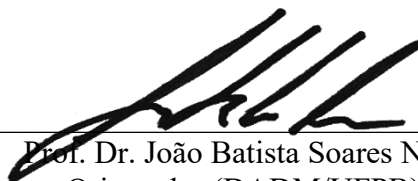
Aluno: Raoni Simplício da Silva

Trabalho: COMER COMER (SAUDÁVEL) É O MELHOR PARA PODER CRESCER:
Análise das práticas alimentares de pais ou responsáveis por crianças

Área da pesquisa: Marketing

Data de aprovação: 09/04/2025

Banca examinadora



Prof. Dr. João Batista Soares Neto
Orientador (DADM/UFPB)

Documento assinado digitalmente



FABIANA GAMA DE MEDEIROS
Data: 11/04/2025 15:33:14-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Fabiana Gama de Medeiros

Membro 1 (DADM/UFPB)

Documento assinado digitalmente



DIANA LUCIA TEIXEIRA DE CARVALHO
Data: 14/04/2025 15:49:51-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Diana Lúcia Teixeira de Carvalho

Membro 2 (DADM/UFPB)

Dedico este trabalho ao meu Salvador, Jesus Cristo, por sua graça e amor incondicional. A Ele toda honra, glória e minha eterna gratidão.

AGRADECIMENTOS

À Deus, o manancial de águas vivas, fonte de toda graça e sabedoria, por me permitir viver a Sua vontade, que é boa, perfeita e agradável. A Ele, que vem me sustentando durante toda a minha jornada acadêmica, guiando os meus passos mesmo nos momentos de incertezas e ansiedades.

À minha querida família, a base dos meus valores e principais ensinamentos, nos quais carrego comigo para sempre. Sou imensamente privilegiado por ter tanto amor representado na figura da minha mãe Iraci, do meu pai José, e dos meus irmãos Raiff e Reidene, que sempre estiveram do meu lado, cada um provando o seu amor e cuidado do seu jeito, mas sempre e pra sempre sendo minha rede de apoio.

Ao meu orientador, professor João Neto, pela dedicação, disponibilidade e empenho com que abraçou este trabalho. Sempre com um olhar atento, cuidadoso, olhar esse que fez total diferença para o desenvolvimento deste estudo. Estou honrado em ter sido orientado por este profissional, e sou profundamente grato por sua orientação carinhosa e comprometida.

Aos professores do curso de Administração, meu sincero agradecimento por cada ensinamento transmitido. Cada um de vocês, com sua maneira única e eficaz de ensinar, contribuiu significativamente para o meu crescimento acadêmico. Com toda certeza, o administrador que estou me tornando levará consigo tudo que foi aprendido nas salas de aula.

E, por fim, a todos os meus amigos e colegas de turma, por cada troca, aprendizado, desafios e conquistas que foram compartilhadas ao longo desses anos. Vocês fizeram parte de momentos cruciais da minha vida, momentos esses que levarei comigo em todos os meus caminhos.

A todos que de alguma forma contribuíram, seja com sua disponibilidade em participar das entrevistas, seja com conselhos, palavras de apoio ou críticas construtivas.

Obrigado!

RESUMO

Este estudo tem como objetivo analisar as práticas alimentares utilizadas por pais ou responsáveis que influenciam as preferências alimentares dos seus filhos por produtos mais saudáveis. A pesquisa foi realizada em João Pessoa (PB) com pais ou responsáveis por crianças entre dois e seis anos de idade, utilizando uma abordagem qualitativa, através de entrevistas semiestruturadas. Os resultados indicam que a prática da recompensa condiciona a criança a comer o alimento saudável, mas não pelo sabor da comida e sim pelo que ganhará em troca. Já a modelagem parental, através do exemplo, e o ensino sobre nutrição, por meio do diálogo, também contribuem para aproximar a criança dos alimentos mais nutritivos. Em adição, a estratégia da pressão alimentar utiliza a insistência verbal, sem imposições severas e no limite da criança para conduzi-la ao alimento necessário. Conclui-se que todas as práticas alimentares analisadas podem afastar os filhos dos alimentos ultraprocessados, entretanto, alguns cuidados precisam ser considerados em cada uma delas.

Palavras-chave: alimentação infantil; práticas alimentares; alimentação saudável.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	7
2	REFERENCIAL TEÓRICO.....	8
2.1	Recompensas.....	8
2.2	Modelagem parental.....	9
2.3	Ensino sobre nutrição.....	9
2.4	Pressão alimentar.....	10
3	METODOLOGIA.....	12
4	ANÁLISE DOS DADOS.....	14
4.1	Análise das recompensas.....	14
4.2	Análise da modelagem parental.....	16
4.3	Análise do ensino sobre nutrição.....	18
4.4	Análise da pressão alimentar.....	19
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	21
	REFERÊNCIAS.....	23
	APÊNDICE A - ROTEIRO DE ENTREVISTA.....	28
	APÊNDICE B - RELAÇÃO DAS QUESTÕES COM AS PRÁTICAS	
	ALIMENTARES.....	30

1 INTRODUÇÃO

Os alimentos ultraprocessados, ricos em açúcares, gorduras e aditivos químicos, e, portanto, pouco nutritivos, estão sendo inseridos no cardápio das crianças a partir dos dois anos de idade (Brasil, 2019; Rocha *et al.*, 2022), período onde as preferências alimentares são construídas (Araújo; Freitas; Lobo, 2021). Afora a praticidade e portabilidade inerentes a estes alimentos, diversas estratégias de marketing relacionadas à gestão do produto, embalagens lúdicas, cores chamativas, imagens atrativas, musicalidade e comunicação direcionada, tanto em mídias, como nos pontos de vendas (Moura; Cavalcante; Girão, 2023), contribuem para fomentar este segmento. Em decorrência, cerca de 93% das crianças entre 24 e 29 meses de idade consomem regularmente alimentos ultraprocessados (UFRJ; ENANI, 2019). Estudos comprovam que padrões alimentares precoces e inadequados tendem a aumentar os riscos de obesidade, diabetes e outras doenças crônicas ao longo da vida (Janeiro; Malcata; Ramos, 2022; Lopes *et al.*, 2020), gerando problemas de saúde pública.

Se por um lado há pais ou responsáveis ofertando ultraprocessados para os seus filhos, há, também, todo um setor produtivo se utilizando de estratégias de marketing para predispor ainda mais à compra destes alimentos. Parte das estratégias, como embalagens, jogos, miniaturas, ilustrações e desenhos incidem sobre as crianças (Gomes; Spinillo, 2020; Magnavita; Santos, 2024; Junger *et al.*, 2019). Já outras estratégias recaem sobre os pais ou responsáveis, tais como o preço, os descontos, a praticidade do alimento, o sabor e as mensagens divulgadas que vão desde o Alimento Nutritivo até o Recomendado por Nutricionistas (Gomes *et al.*, 2020; Ferreira *et al.*, 2021). Em um processo de compra, entende-se que a criança, além de consumidora, pode ser um influenciadora, todavia, os papéis de decisor e comprador são dos pais ou responsáveis. Estes últimos são, portanto, provedores e mantenedores do que são ofertados aos filhos.

Aqui incide uma perspectiva de macromarketing em contraponto as estratégias do marketing gerencialista supracitadas que impactam crianças e adultos. Notoriamente há um desequilíbrio entre os ofertantes de ultraprocessados e os demandantes destes alimentos. Existe muito mais informação à disposição dos ofertantes sobre os consumidores do que o contrário, gerando vulnerabilidade na relação de troca. As escolhas por produtos alimentares são feitas com pouco esforço cognitivo e consciência, deixando os consumidores mais propensos a acreditarem nas informações contidas nas embalagens e nos rótulos dos produtos (Block *et al.*, 2011).

Neste cenário, Block *et al.* (2011) discute o conceito de marketing de alimentos. Para estes autores, as estratégias do marketing mix influenciam as atitudes e os comportamentos dos consumidores em relação aos alimentos. Todavia, os atuais padrões de consumo alimentar podem ser alterados. Um caminho para a mudança é entender que a relação do consumidor com a comida não é só uma combinação de nutrientes, mas de convívio em comunidade e em família. É o que Block *et al.* (2011) chamam de socialização e alfabetização alimentar, ou seja, é a forma como os consumidores aprendem e aplicam os conhecimentos sobre os alimentos que estão sendo levados para casa. Dessa forma, estes últimos destacam a necessidade de pesquisas que conectem outras disciplinas e áreas fora e dentro do marketing.

Com esta perspectiva de ampliação e de discussão com a área de marketing, este artigo adentra a área da nutrição e das relações parentais, compreendendo que as crianças podem ter acesso à alimentos saudáveis, como frutas, verduras e tubérculos, desde que pais ou responsáveis desenvolvam comportamentos que propiciem um ambiente voltado para isso (Brasil, 2019; Silveira, 2021). É o que a literatura chama de práticas alimentares (Pinheiro-Carozzo *et al.*, 2020; Siqueira *et al.*, 2023), detalhadas como recompensa, modelagem parental, ensino sobre nutrição e pressão alimentar (Santos *et al.*, 2020). Quando bem aplicadas, tais

práticas podem moldar os hábitos e as escolhas alimentares dos filhos (Birch, 1999; Mendonça, 2020; Santos *et al.*, 2020).

Dessa forma, o presente estudo problematiza o comportamento de pais ou responsáveis que impacta, positivamente, na escolha por alimentos mais nutritivos pelos seus filhos. A partir desta problemática, este artigo objetiva analisar as práticas alimentares utilizadas por pais ou responsáveis que influenciam as preferências alimentares dos seus filhos por produtos mais saudáveis. Desse modo, foi realizada em João Pessoa/PB uma pesquisa junto à nutricionistas que indicaram pais ou responsáveis de crianças entre dois e seis anos, cujas práticas alimentares se distanciavam dos produtos ultraprocessados.

Entende-se que este trabalho amplia a reflexão sobre as externalidades negativas dos alimentos ultraprocessados na saúde das crianças e, principalmente, compartilha experiências de famílias que optaram por ofertar alimentos mais saudáveis e nutritivos, mesmo diante de inúmeros estímulos de marketing presentes nos ambientes de lojas físicas e digitais. Ademais, há uma agenda de pesquisa que se avizinha para este pesquisador.

Além da introdução, este trabalho está estruturado em outras quatro seções, assim descritas: No referencial teórico serão discutidas as práticas alimentares relacionadas à recompensa, à modelagem parental, ao ensino sobre nutrição e à pressão alimentar. Na sequência, serão apresentadas as delimitações metodológicas utilizadas na condução da pesquisa. Em seguida, na análise dos dados, os resultados da coleta serão discutidos à luz do referencial teórico. Por fim, nas considerações finais, são expostas as conclusões, as limitações da pesquisa e as sugestões para novos estudos.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Pesquisas comprovam que a interação entre pais (ou responsáveis) e filhos são fundamentais na formação das preferências alimentares das crianças (Santos *et al.*, 2020; Martins, 2016). De acordo com Birch (1999), Mendonça (2020) e Santos *et al.*, (2020), cabe aos pais ou responsáveis desenvolver estratégias que moldem os hábitos e as escolhas alimentares dos seus filhos. A literatura chama estas estratégias de práticas alimentares (Pinheiro-Carozzo *et al.*, 2020; Siqueira *et al.*, 2023). A seguir, serão apresentadas estas práticas.

2.1 Recompensas

O processo de educação alimentar de uma criança é desafiador. Parte desta dificuldade está na recusa alimentar dos filhos, tida como um ato de rebeldia ou de não conformidade com o tipo de alimento oferecido (Walton *et al.*, 2017; Santos *et al.*, 2021; Siqueira *et al.*, 2023). A partir desse cenário, as recompensas são práticas utilizadas com o objetivo de controlar o comportamento alimentar da criança (Loureiro, 2023; Wahlbrinck *et al.*, 2022; Cauduro *et al.*, 2017).

Se para alguns estudos a utilização de recompensas não leva, necessariamente, a criança a gostar do alimento (Loureiro, 2023; Siqueira *et al.*, 2023; Santos *et al.*, 2021), para outras pesquisas, a recompensa é um importante incentivo alimentar (Mason *et al.*, 2020; Walton *et al.*, 2017). De acordo com as pesquisas de Hughes *et al.* (2005), Wahlbrinck *et al.* (2022) e Santos *et al.* (2021), três exemplos ilustram as boas práticas de recompensas. Para os autores, há quatro possibilidades de premiar a criança que come o alimento saudável que lhe é oferecido.

Primeira, prometer um outro alimento como sobremesa, a exemplo de frutas. Frases como “*caso faça a refeição, você ganha a sobremesa*” ou “*Termine seu jantar e depois você pode comer um biscoito*” ilustram este expediente (Cauduro *et al.*, 2017; Hughes *et al.*, 2005; Child feeding guide, 2024).

Segunda, após a refeição, realizar alguma atividade recreativa como jogar bola ou brincar (comprar) com algum objeto ou jogo (Siqueira *et al.*, 2023; Wahlbrinck *et al.*, 2022; Cauduro *et al.*, 2017; Hughes *et al.*, 2005). Terceira, para além da oferta de comida ou brincadeira, tem a recompensa afetiva, quando o momento da refeição se torna uma experiência divertida e agradável (Mason *et al.*, 2020; Silveira, 2021). Por fim, e em complemento a afetividade, há a recompensa emocional traduzida em elogios, apoio e encorajamento à criança (Mason *et al.*, 2020).

Em decorrência da aplicação destas práticas de recompensa, as crianças, ao longo do tempo, experimentam uma maior variedade de comidas saudáveis; aumentam a frequência na ingestão de frutas, verduras e tubérculos; familiarizam-se com novas texturas de alimentos e restringem o consumo de ultraprocessados (Silveira, 2021; Walton *et al.*, 2017). Na sequência, outra prática alimentar, a modelagem parental, contribui para estes e outros benefícios.

2.2 Modelagem parental

A modelagem parental é importante na formação dos hábitos alimentares das crianças. O princípio desta prática está na capacidade de refletir nos filhos o comportamento dos pais. Quando os pais adotam práticas alimentares saudáveis, esperam-se que estas sejam internalizadas e reproduzidas com mais facilidade pelos filhos (Vaughn *et al.*, 2016; Pinheiro-Carozzo; Oliveira, 2017). Em complemento, Santos *et al.* (2021) associam as práticas de modelagem parental à diminuição da influência negativa dos alimentos ultraprocessados e pouco nutritivos e a consequente redução no interesse por estes alimentos pelas crianças.

Posta a sua relevância, destacam-se algumas práticas de modelagem parental. Um ponto em comum entre elas é a adoção de comportamentos alimentares saudáveis pelos pais ou responsáveis (Romano *et al.*, 2020; Costa *et al.*, 2016). Sendo assim, a primeira estratégia é comer alimentos nutritivos na frente dos filhos. Um outro ponto, em acréscimo, é expressar entusiasmo com o alimento saudável que está sendo degustado na frente da criança como forma de incentivo. Frases como “*como está gostoso o arroz*” são citadas na literatura (Cauduro *et al.*, 2017; Hughes *et al.*, 2005). Além da postura entusiástica, verbalizar para os filhos os nutrientes dos alimentos servidos na casa, expô-los às variedades de alimentos considerados saudáveis, desde o ato da compra até o seu preparo na cozinha, são condutas parentais que tornam estes alimentos familiares e acessíveis às crianças (Russell *et al.*, 2015; Santos, Coelho; Romano, 2020).

Por fim, argumenta-se que realizar as refeições em conjunto com a família à mesa e sem distrações como telas e demais eletrônicos, torna o ambiente propício para que os pais reforcem os hábitos alimentares saudáveis e equilibrados (Fiese *et al.*, 2016). Há, portanto, um viés pedagógico tanto na modelagem parental, como na próxima prática, o ensino sobre nutrição, discutida na seção a seguir.

2.3 Ensino sobre nutrição

Em adição à modelagem parental, na prática do ensino sobre nutrição há uma preocupação professoral em explicar para os filhos a importância da nutrição e dos benefícios da alimentação saudável. Autores defendem que a refeição em família e a exposição ao alimento saudável em casa ou no comércio (práticas de modelagem parental) são oportunidades para que os pais ou responsáveis ensinem os seus filhos sobre a relevância dos nutrientes para a saúde (Russell *et al.*, 2015; Santos; Coelho; Romano, 2020).

Para além do exemplo prático, os pais ou responsáveis devem aproveitar os ambientes de consumo para ilustrar e conversar, didaticamente, sobre os tipos de alimentos e do valor nutritivo de cada um deles. A capacidade de demonstrar para a criança os malefícios dos

alimentos ultraprocessados e como os alimentos saudáveis podem contribuir para a saúde dela é essencial para a efetividade da prática. Utilização de imagens ou associações com filmes, desenhos, personagens, parentes, amigos, parte do corpo humano, entre outros, são expedientes educativos em um processo de comunicação infantil (Vaughn *et al.*, 2016; Russell *et al.*, 2015; Fiese *et al.* 2016).

Portanto, a modelagem parental e o ensino sobre nutrição são práticas complementares. Na primeira, o comportamento dos pais ou responsáveis inspiram os filhos a replicarem os hábitos alimentares saudáveis. Já na segunda, há o reforço dialogado dos pais ou responsáveis em esclarecer os benefícios nutritivos dos alimentos (Fiese *et al.*, 2016; Russell *et al.*, 2015; Santos, Coelho; Romano, 2020). Se bem aplicado, Russell *et al.* (2015), Santos, Coelho e Romano (2020) e Vaughn *et al.* (2016) demonstram que o ensino sobre nutrição amplia a aceitação e a preferência por alimentos mais saudáveis, a exemplo das frutas e das verduras. Para estes últimos, as crianças tendem a desejar mais estes alimentos e a percebê-los como saborosos.

Se a modelagem parental e o ensino sobre nutrição estão imbricados pelo exemplo e pelo diálogo, a próxima prática, a pressão alimentar, utiliza-se da imposição como estratégia, o que deve ser moderado para não gerar efeitos negativos na experiência alimentar dos filhos. Na sequência, esta prática será apresentada.

2.4 Pressão alimentar

Por meio da pressão alimentar, pais e responsáveis buscam garantir que a criança consuma toda a comida do prato. Há uma imposição para que os filhos comam mais, mesmo que apresentem sinais de saciedade. Não é só a quantidade, mas, também, assegurar que uma maior variedade de alimentos saudáveis seja integralmente ingerida (Pinheiro-Carozzo; Oliveira, 2017; Siqueira *et al.*, 2023).

Frases como *“Meu filho deve comer sempre toda a comida de seu prato”* ou *“Se meu filho diz que não está com fome, eu tento fazê-lo comer mesmo assim”* são algumas manifestações de pais aderentes às estratégias de pressão alimentar (Siqueira *et al.*, 2023; Warkentin *et al.*, 2016).

Para Abebe *et al.* (2017) e Walton *et al.* (2017), o motivo de tamanha pressão repousa na convicção de que as crianças não têm maturidade suficiente para decidir o que comer e o quanto comer. Portanto, os pais são responsáveis pelo processo alimentar dos seus filhos. Em adição a esta convicção, a ciência comprova que uma criança bem alimentada e com os nutrientes necessários tende a ser mais resistente e imune às doenças (Pinheiro-Carozzo; Oliveira, 2017; Siqueira *et al.*, 2023; Schmidt *et al.*, 2019; Warkentin *et al.*, 2016), por isso o empenho dos pais ou responsáveis em estimular o filho a comer.

O problema é quando o estímulo vem em forma de pressão. A pressão não é um ato planejado, mas decorrente do impulso momentâneo em querer fazer o melhor para o filho. O uso de expressões impositivas obrigando o filho a comer, associados à gestos corporais mais autoritários, são comportamentos comuns aos pais ou responsáveis dentro de uma situação de pressão alimentar (Walton *et al.*, 2017; Abebe *et al.*, 2017; Siqueira *et al.*, 2023; Warkentin *et al.*, 2016). Aqui podem residir alguns exageros físicos ou intimidatórios.

A pressão alimentar através da força física ou por meio de ameaças verbais apontando alguma consequência caso a criança não coma tudo o que foi ofertado, podem gerar externalidades negativas no filho(a). Entre as mais citadas estão a seletividade alimentar, a aversão ao ato de comer, a recusa em aceitar novos alimentos, menos prazer em comer, lentidão na alimentação, aumento da responsividade à saciedade, sobrecarga emocional e conflito com os pais (Rendall *et al.*, 2022; Schmidt *et al.*, 2019).

Observa-se que as estratégias decorrentes das quatro práticas alimentares transitam entre a pedagogia, a troca e a ordem. Práticas capazes de fortalecer os hábitos alimentares das crianças de acordo com as convicções dos pais ou responsáveis (Birch, 1999; Mendonça, 2020; Santos *et al.*, 2020). O quadro 1 a seguir resume as ações pertinentes a cada uma dessas práticas alimentares.

Quadro 1 – Práticas Alimentares e seus respectivos Autores.

Práticas	Ações	Autores
Recompensas	• Alimento na sobremesa • Atividade recreativa • Recompensa afetiva • Recompensa emocional	Walton <i>et al.</i> , 2017; Santos <i>et al.</i> , 2021; Siqueira <i>et al.</i> , 2023; Loureiro, 2023; Wahlbrinck <i>et al.</i> , 2022; Cauduro <i>et al.</i> , 2017; Mason <i>et al.</i> , 2020; Hughes <i>et al.</i> , 2005; Silveira., 2021.
Modelagem parental	• Comer na frente dos filhos • Expressar entusiasmo ao comer na frente dos filhos • Verbalizar os nutrientes • Expor a variedade de alimentos • Realizar refeições em conjunto	Vaughn <i>et al.</i> , 2016; Pinheiro-Carozzo; Oliveira, 2017; Romano <i>et al.</i> , 2020; Costa <i>et al.</i> , 2016 Cauduro <i>et al.</i> , 2017; Hughes <i>et al.</i> , 2005; Fiese <i>et al.</i> , 2016; Santos <i>et al.</i> , 2021; Torres <i>et al.</i> , 2020; Russell <i>et al.</i> , 2015.
Ensino sobre nutrição	• Ensino durante as refeições • Ensino em ambientes externos	Fiese <i>et al.</i> , 2016; Vaughn <i>et al.</i> , 2016; Pinheiro-Carozzo; Oliveira, 2017; Romano <i>et al.</i> , 2020; Russell <i>et al.</i> , 2015.

Pressão alimentar	• Pressionar para comer tudo • Pressionar para comer tudo, mesmo saciado • Pressionar para experimentar outros alimentos	Warkentin <i>et al.</i> , 2016; Abebe <i>et al.</i> , 2017; Walton <i>et al.</i> , 2017; Siqueira <i>et al.</i> , 2023; Schmidt <i>et al.</i> , 2019; Santos <i>et al.</i> , 2021; Rendall <i>et al.</i> , 2022; Russell <i>et al.</i> , 2015.
-------------------	--	---

Fonte: Elaboração própria (2025).

3 METODOLOGIA

Esse artigo tem o objetivo de analisar as práticas alimentares utilizadas por pais ou responsáveis que influenciam as preferências alimentares dos seus filhos por produtos mais saudáveis. Estas práticas estão relacionadas à recompensa, à modelagem parental, ao ensino sobre nutrição e à pressão alimentar. O percurso para a construção desta pesquisa, desde a temática até o embasamento teórico das práticas alimentares, passou por algumas etapas.

Inicialmente, na fase da apropriação da temática, foram feitos levantamentos bibliográficos na área de marketing e nutrição e realizadas conversas informais com nutricionistas próximos ao pesquisador. Em decorrência do avanço na leitura, foi definida como temática o consumo alimentar infantil. O próximo passo foi a delimitação dos pesquisados. A escolha pelos pais ou responsáveis ocorreu devido ao papel deles como decisores no processo de compra. Mesmo que os estímulos sensoriais de marketing incidam sobre as crianças, são os pais ou responsáveis os agentes que compram e ofertam o produto para o filho. Dentro deste universo, o recorte foi com os pais ou responsáveis de crianças entre dois e seis anos. Nesta faixa etária, o público infantil começa a ter acesso a alimentos pouco nutritivos e ultraprocessados, justamente, quando inicia o processo de construção do paladar que poderá moldar as suas preferências alimentares ao longo da vida (Brasil, 2019; Rocha *et al.*, 2022), impactando o seu desempenho cognitivo, físico e emocional (Gubert *et al.*, 2023; Black *et al.*, 2017).

Ao que demonstram os estudos, antes dos dois anos de idade, há um maior regramento na alimentação dos filhos, especialmente a base de leite materno, e alguns dos alimentos *in natura*, como frutas, verduras e legumes (Brasil, 2019, Molero *et al.*, 2021). Portanto, este trabalho mapeia as práticas alimentares adotadas por pais ou responsáveis que destinam uma alimentação saudável, rica em nutrientes, para os seus filhos, mesmo diante das estratégias de marketing da indústria de alimentos de ultraprocessados.

Em atendimento ao objetivo proposto foi conduzida uma pesquisa exploratória e descritiva. Exploratória pois investiga uma problemática visando a sua compreensão e descritiva porque desenvolve uma temática e situação de mercado (Malhotra, 2012). Em adição, trata-se de uma abordagem qualitativa, característica de pesquisas de campo onde o pesquisador, in loco, analisa o objeto de estudo com base na perspectiva e pontos de vistas dos pesquisados (Godoy, 1995). Para Malhotra (2012) as informações obtidas nas falas dos entrevistados, podem ser ricas e relevantes.

O instrumento de coleta utilizado na entrevista foi o questionário com perguntas abertas, a partir de um roteiro semiestruturado (APÊNDICES A e B). Conforme defende Manzini (2003), o instrumento contém perguntas centrais sobre um assunto específico que podem ser acrescidas de outras questões, a depender das circunstâncias da entrevista. O roteiro foi moldado à luz do referencial teórico objetivando identificar as práticas alimentares adotadas por pais ou responsáveis no estímulo de alimentos saudáveis para os seus filhos. Ainda com relação ao roteiro, este último foi estruturado em quatro seções, com doze questões endereçadas as estratégias de recompensa, modelagem parental, ensino sobre nutrição e pressão alimentar. Outras três questões, de um total de quinze, identificaram os dados demográficos dos envolvidos na pesquisa.

De posse do roteiro, buscou-se o acesso aos entrevistados (pais ou responsáveis de crianças entre dois e seis anos). Para tal fim, algumas etapas foram necessárias. Inicialmente, para acessar os nutricionistas de João Pessoa, foi realizado um mapeamento utilizando o Google e suas ferramentas de busca para negócios, especificamente o Google Maps e o Google Meu Negócio. Foram aplicadas palavras-chave como “nutricionistas infantis João Pessoa” e delimitada a região para restringir os resultados aos profissionais da cidade. Além disso, a busca foi complementada no Instagram, utilizando a pesquisa por perfis e hashtags relacionadas à nutrição infantil. O contato com os primeiros sete nutricionistas (cinco especializados em nutrição infantil e dois nutricionistas gerais que também atendem crianças) foi estabelecido por e-mail, mensagens diretas (DM) no Instagram e WhatsApp. Após essa etapa inicial, o acesso a novos profissionais foi facilitado por um sistema de indicações entre colegas de profissão, no qual quatro dos nutricionistas contatados recomendaram mais um nutricionista infantil cada, totalizando 11 nutricionistas participantes.

Durante a conversa, o pesquisador apresentou aos nutricionistas o presente estudo e solicitou que fossem indicados alguns contatos de pais ou responsáveis de pacientes entre dois e seis anos que, no entendimento destes profissionais, possuíam práticas alimentares aderentes à alimentos mais saudáveis junto aos filhos. Ao todo, foram indicadas 25 pessoas.

Parte-se do entendimento de que adultos que levam os seus filhos ou responsáveis para um profissional específico, assim o fazem ou por problemas de saúde ou por prevenção. Em ambas as situações, os pais ou responsáveis tendem a obter maiores informações sobre condutas e comportamentos necessários à uma boa prática alimentar. Em tese, são indivíduos com mais acesso ao conhecimento do profissional da área e, portanto, com maior possibilidade de replicar estes ensinamentos. Esta é razão pela qual o presente estudo optou por entrevistar apenas os pais ou responsáveis que passaram por uma consulta nutricional para os seus dependentes. Posto isto, entre os dias 14/02/25 e 25/02/25, via whatsapp, todos os 25 pais ou responsáveis, indicados pelos nutricionistas, foram contatados pelo pesquisador, apresentados ao presente estudo e convidados a participarem da pesquisa, preservando o anonimato dos envolvidos.

Cerca de 23 pessoas manifestaram o desejo de contribuir. Em seguida, foram agendadas as primeiras 20 entrevistas entre os dias 14/02/25 e 28/02/25. Todas foram realizadas pelo *Google Meet*. Observou-se certa redundância nas respostas dos pesquisados após a décima quinta entrevista, não sendo necessário, portanto, ir além das 20 previamente agendadas. De acordo com Silva e Russo (2019), a redundância sinaliza saturação e suficiência no número de entrevistados. O quadro 02 a seguir detalha as informações coletadas.

Quadro 2 - Informações dos entrevistados.

Entrevistados	Data da entrevista	Tempo de entrevista	Parentesco e idade	Idade(s) e gênero(s) do(s) filho(s)
Entrevistado 1	14/02/25	23:42	37, Mãe	Masculino, 2 anos
Entrevistado 2	14/02/25	15:38	33, Mãe	Feminino, 2 anos
Entrevistado 3	14/02/25	10:54	22, Mãe	Feminino, 2 anos

Entrevistado 4	18/02/25	08:09	48, Mãe	Masculino, 6 anos
Entrevistado 5	18/02/25	06:26	33, Mãe	Masculino, 2 anos
Entrevistado 6	18/02/25	09:47	27, Mãe	Feminino, 3 anos
Entrevistado 7	18/02/25	09:55	35, Mãe	Feminino, 3 anos
Entrevistado 8	18/02/25	08:37	29, Mãe	Masculino, 2 anos
Entrevistado 9	19/02/25	23:38	39, Mãe	Masculino, 4 anos
Entrevistado 10	20/02/25	12:10	30, Mãe	Feminino, 2 anos
Entrevistado 11	24/02/25	09:29	34, Mãe	Masculino, 3 anos
Entrevistado 12	25/02/25	12:06	37, Mãe	Feminino, 3 anos
Entrevistado 13	25/02/25	07:79	31, Mãe	Feminino, 5 anos
Entrevistado 14	25/02/25	09:15	33, Pai	Masculino, 4 anos
Entrevistado 15	26/02/25	08:51	30, Mãe	Masculino, 2 anos
Entrevistado 16	26/02/25	08:15	35, Mãe	Feminino, 6 anos
Entrevistado 17	26/02/25	09:40	31, Mãe	Feminino, 5 anos
Entrevistado 18	27/02/25	09:19	33, Mãe	Masculino, 3 anos
Entrevistado 19	27/02/25	10:43	25, Irmã	Masculino, 6 anos
Entrevistado 20	28/02/25	11:13	24, Mãe	Feminino, 5 anos

Fonte: Elaboração própria (2025).

Finalizada a coleta dos dados, ocorreu a transcrição das entrevistas. Esta etapa durou cerca de 13 horas, resultando em 152 páginas de conteúdo transcrito. Todo o material transcrito foi submetido à análise de conteúdo, entendida por Bardin (2006) como um conjunto de técnicas utilizadas para categorizar unidades de texto (frases ou palavras) repetidas e representativas. Neste trabalho as categorias analisadas foram: recompensas, modelagem parental, ensino sobre nutrição e pressão alimentar. As análises serão debatidas na próxima seção.

4 ANÁLISE DOS DADOS

A partir da construção teórica, foram analisadas quatro práticas alimentares utilizadas pelos pais ou responsáveis no convívio com seus filhos. As práticas de recompensas, modelagem parental, ensino sobre nutrição e pressão alimentar são descritos na sequência.

4.1 Análise das recompensas

O primeiro questionamento avaliou o processo de introdução alimentar, buscando compreender as principais dificuldades enfrentadas pelos pais na aceitação de alimentos saudáveis. Entre os entrevistados, a maioria relatou que a introdução alimentar, no geral, foi bem aceita especialmente no início. Quando frutas e legumes eram oferecidos, por exemplo:

Entrevistado 1: " A introdução alimentar foi bem-sucedida desde o princípio, porque eu já mantinha uma alimentação saudável desde a gestação e fui introduzindo os alimentos com calma e respeito ao tempo dele."

Entrevistado 5: " Ele se interessava por tudo: legumes, frutas, qualquer alimento, bastava ter paciência na hora de oferecer."

Entrevistado 10: " Eu não tive nenhuma dificuldade com a introdução alimentar dela. Ela sempre foi curiosa para sentir o sabor dos alimentos, das frutas, dos legumes, das verduras e eu aproveitava isso."

Entrevistado 14: "Na verdade, não houve muita dificuldade. A introdução alimentar dele foi tranquila, deixei ele livre para explorar os sabores, isso ajudou muito."

Os dados revelam que, em sua maioria, os responsáveis relataram uma introdução alimentar tranquila e sem grandes dificuldades, diferente do que foi apontado nos estudos de Walton *et al.* (2017); Santos *et al.* (2021) e Siqueira *et al.* (2023), onde é pontuado que este processo pode vir acompanhado de desafios como atos de rebeldia ou de não conformidade com o tipo de alimento oferecido.

De acordo com o segundo questionamento, foi avaliado se os pais ou responsáveis utilizam recompensas como forma de incentivar a alimentação infantil. Observou-se que 12 dos 20 entrevistados recorrem a algum tipo de recompensa, seja através da oferta de alimentos ou atividades recreativas, ficando ausente pontuações sobre a recompensa emocional citadas por Mason *et al.* (2020) e Silveira (2021). Alguns trechos ilustram essa prática:

Entrevistado 4: "Sim, por exemplo, no café da manhã. Se ele come cuscuz com ovo, depois pode brincar ou jogar videogame."

Entrevistado 16: "Então, geralmente, eu sempre ofereço alguma coisa que ela queira, que ela goste, para incentivá-la a comer toda a comida."

Entrevistado 3: "Quando ela diz 'não quero', eu explico que, se ela comer feijão, poderá escolher uma sobremesa."

Entrevistado 18: "No começo, sim. Mas não com doces ou chocolates, era mais com suco. Se ele comesse direitinho, recebia o suco no final como recompensa."

Através destes relatos, torna-se evidente que as recompensas mais comuns envolvem a oferta de alimentos de maior preferência da criança ou a liberação para atividades recreativas, como brincar ou assistir TV. Essas estratégias são amplamente discutidas na literatura, sendo mencionadas por autores como Cauduro *et al.* (2017), Hughes *et al.* (2005), Siqueira *et al.* (2023) e Wahlbrinck *et al.* (2022), que destacam sua influência no comportamento alimentar infantil.

Além disso, constatou-se que os entrevistados possuem percepções divergentes sobre a efetividade dessas práticas. Enquanto alguns pais relatam que a estratégia funciona, outros apontam que seu efeito pode ser limitado ou até mesmo prejudicial ao desenvolvimento de hábitos saudáveis, como demonstram os seguintes relatos:

Entrevistado 9: "Acho que isso até dificulta ainda mais a introdução alimentar."

Entrevistado 18: "Funcionava, mas nem todos os dias. Tem dias em que a criança é mais resistente e nem mesmo oferecendo recompensa ela aceita o alimento."

Entrevistado 13: "Com o tempo, percebi que essa abordagem não era ideal e decidi eliminá-la."

Entrevistado 20: "Mas, quando ela não quer comer, não há negociação que funcione."

Essas falas reforçam as observações de Loureiro (2023), Siqueira *et al.* (2023) e Santos *et al.* (2021), que indicam que, embora as recompensas possam promover uma adesão inicial ao consumo de determinados alimentos, elas nem sempre resultam em uma mudança duradoura na aceitação e preferência alimentar da criança.

A análise revelou que muitos pais percebem que a criança come visando exclusivamente a obtenção da recompensa, e não por desenvolver gosto pelo alimento oferecido. Alguns entrevistados expressaram essa preocupação:

Entrevistado 9: "Ela vai comer apenas pelo fato de ganhar algo em troca."

Entrevistado 16: "Ela pensa: 'Se eu fizer isso, vou ganhar tal coisa'."

Entrevistado 18: "Não quero que ela associe a alimentação à necessidade de uma troca."

Entrevistado 3: "Ela já chegou a comer pensando na recompensa. Às vezes, isso a incentiva a comer toda a refeição, especialmente o feijão."

Dessa forma, evidencia-se que, apesar de a estratégia ser eficaz em curto prazo, a utilização de recompensas não leva, de certa forma, a criança se alimentar por gostar da comida oferecida, como diz os achados de Loureiro *et al.* 2023 Siqueira *et al.* (2023) e Santos *et al.* (2021), gerando assim uma associação inadequada com a alimentação.

No terceiro questionamento, analisaram-se as possíveis consequências positivas da utilização das recompensas na alimentação infantil. Muitos dos entrevistados relataram que essa estratégia contribui para uma melhor aceitação dos alimentos, conforme destacado nos seguintes depoimentos:

Entrevistado 4: "Sim, ele se alimenta muito melhor quando uso essa estratégia."

Entrevistado 11: "Sim, funciona. Todas as vezes que tento fazer isso, dá certo."

Entrevistado 14: "Ele consome toda a comida quando há uma recompensa envolvida, garantindo assim os nutrientes necessários para o crescimento."

Entrevistado 19: "Olha, o benefício é que ele se alimenta e consegue cumprir a rotina [...]"

Diante dessas respostas, percebe-se que os pais reconhecem efeitos positivos no uso das recompensas, afirmando que seus filhos demonstram maior adesão à alimentação e uma ingestão mais facilitada de alimentos saudáveis. Esse achado está alinhado com os estudos de Silveira (2021) e Walton *et al.* (2017), que apontam que a utilização de recompensas pode incentivar a criança a consumir os alimentos oferecidos, tornando as refeições mais eficazes em termos nutricionais.

4.2 Análise da modelagem parental

O quarto questionamento buscou avaliar se os pais ou responsáveis influenciam os hábitos alimentares das crianças por meio de seu próprio comportamento alimentar. A maioria dos entrevistados relatou que as crianças tendem a reproduzir os hábitos alimentares observados em casa, seja na preferência por alimentos saudáveis ou na adoção de um comportamento alimentar seletivo. Alguns depoimentos ilustram essa influência

Entrevistado 8: "Mas, quando vê no meu prato, acaba pedindo para comer também."

Entrevistado 8 "[...] se estou comendo junto, percebo que ele come melhor."

Entrevistado 9: "Ele tem essa consciência porque nunca me viu tomar refrigerante. Quando ele vê os amiguinhos dele tomando, ele me conta e diz que refrigerante não traz benefício nenhum."

Entrevistado 15: "Então, acho que o exemplo influencia diretamente o comportamento dele."

Entrevistado 12: "Minha filha observa nossos hábitos alimentares e, aos poucos, aprende a fazer boas escolhas."

Entrevistado 19: " Ele observa quando preparo meu café da manhã e quer comer o mesmo que eu."

É reforçado por meio destes relatos a importância do exemplo parental na construção dos hábitos alimentares infantis, o que está alinhado aos estudos de Vaughn *et al.* (2016), Romano *et al.* (2020), Costa *et al.* (2016) e Pinheiro-Carozzo; Oliveira, (2017), que destacam que a exposição a comportamentos alimentares saudáveis na família favorece a adoção desses hábitos pelas crianças.

No entanto, um aspecto que se destacou foi a ausência de menções ao uso do entusiasmo ao se alimentar como forma de incentivo, algo abordado nos estudos de Cauduro *et al.* (2017) e Hughes *et al.* (2005). Além disso, a exposição das crianças aos alimentos saudáveis antes da refeição, especialmente durante o preparo, apontada como uma estratégia eficaz para a aceitação alimentar por Russell *et al.* (2015) e Santos, Coelho e Romano (2020), foi mencionada por apenas um dos entrevistados.

O questionamento seguinte buscou compreender como é o convívio familiar durante as refeições do dia a dia. Os entrevistados relataram que, em sua maioria, as refeições são realizadas em conjunto, proporcionando um momento de interação e compartilhamento, como demonstram os seguintes relatos:

Entrevistado 4: "Sim, quando estamos todos em casa, sentamos à mesa e fazemos as refeições juntos, conversando e compartilhando o momento."

Entrevistado 5: "Ele faz todas as refeições com a família, sentado à mesa, desde que iniciou a introdução alimentar. Todos nós comemos com ele e sempre oferecemos os mesmos alimentos que ele está consumindo."

Entrevistado 20: "Sim, almoçamos juntos e fazemos todas as refeições em família."

Entrevistado 12: "Nosso convívio durante as refeições é tranquilo e respeitoso. Procuramos sempre comer juntos à mesa."

Observou-se um padrão entre os entrevistados. A maioria valoriza a realização das refeições em família, reforçando hábitos alimentares saudáveis por meio do exemplo parental. Essa prática está alinhada ao que Fiese *et al.* (2016) destacam em seus estudos, evidenciando que refeições compartilhadas podem contribuir para o desenvolvimento de uma alimentação equilibrada e para o fortalecimento dos laços familiares.

Além disso, o sexto questionamento abordou os benefícios concretos percebidos pelos pais em relação à influência de seus comportamentos alimentares nos filhos. Alguns entrevistados apontaram que a exposição ao exemplo positivo resultou em melhores escolhas por parte das crianças:

Entrevistado 12: " Com relação aos alimentos saudáveis, faço questão de comer tudo na frente dela [...] percebo que isso influencia positivamente sua alimentação."

Entrevistado 10: " Isso o incentiva a aceitar melhor os alimentos."

Entrevistado 8: "Ele me vê comendo e acaba comendo também, o que considero positivo."

Entrevistado 15: "Se eu como algo saudável, eu espero que ele me imite, e de fato ele me vê comendo e quer comer também, isso é bom."

Foi-se atribuído como benefícios pelos responsáveis o fato das crianças estarem reproduzindo seus comportamentos ao se alimentar bem, influenciando positivamente sua

alimentação e colaborando para a construção de hábitos alimentares saudáveis, o que é enfatizado por Vaughn *et al.* (2016), Romano *et al.* (2020) e Costa *et al.* (2016) em seus estudos.

Outro ponto relevante é que, embora a modelagem parental esteja frequentemente associada à redução do consumo de alimentos ultraprocessados e pouco nutritivos, como apontado por Santos (2021), alguns responsáveis admitiram que seus próprios hábitos alimentares não são saudáveis e que, mesmo tentando incentivar uma alimentação equilibrada para seus filhos, acabam, de certa forma, influenciando negativamente algumas de suas práticas alimentares. Isso demonstra que a modelagem parental pode tanto promover hábitos saudáveis quanto reforçar padrões alimentares menos adequados. Alguns relatos exemplificam essa questão:

Entrevistado 6: "Evito ao máximo que ela adquira os meus hábitos alimentares, pois reconheço que não são os melhores."

Entrevistado 12: "Sou uma adulta que gosta de doces, mas evito consumi-los na frente da minha filha para não influenciá-la diretamente."

Entrevistado 10: "Só que eu admito, eu não tenho hábitos alimentares saudáveis e vejo que isso influencia a dela."

Entrevistado 20: "Eu também sou muito seletiva na alimentação, não como de tudo. Acho que essa dificuldade pode vir de mim."

Essas falas evidenciam que, mesmo quando há a intenção de promover uma alimentação saudável, os próprios hábitos alimentares dos pais podem representar um desafio na formação de padrões alimentares positivos para as crianças. Assim, a modelagem parental pode atuar tanto como um facilitador quanto como um obstáculo para o desenvolvimento de uma alimentação equilibrada. Observa-se tal argumento nos achados de Torres *et al.* (2020) onde é afirmado que as práticas alimentares dos responsáveis podem influenciar positivamente ou negativamente as preferências alimentares das crianças.

4.3 Análise do ensino sobre nutrição

O sétimo questionamento buscou compreender como os pais ou responsáveis explicam os benefícios dos alimentos para seus filhos durante as refeições. Observou-se que muitos utilizam uma abordagem lúdica e simplificada, associando os alimentos a benefícios concretos, como fortalecimento do corpo ou aumento da energia, para facilitar a compreensão das crianças. Alguns relatos ilustram essa prática:

Entrevistado 1: "O que eu faço é explicar que certos alimentos fazem bem. Digo, por exemplo: 'Cenoura é boa para a visão', 'Batata é boa para o cabelo'. Essa é a estratégia que utilizo, sempre de forma lúdica e com exemplos que ele possa visualizar."

Entrevistado 3: "Sim, costumo explicar de forma lúdica. Por exemplo, digo que a cenoura faz bem para a visão e que o leite fortalece os ossos. Com o feijão, explico que faz bem para o corpo. Já com a melancia, falo que é boa para o sangue por conter muita água"

Entrevistado 9: "Falo que, ao comer determinados alimentos, ele ganhará mais força e energia para pegar os pesos direitinho."

Entrevistado 11: "Sim, faço isso. Digo, por exemplo: 'Você precisa comer feijão para ficar forte e saudável'."

Essas estratégias reforçam os achados de Vaughn *et al.* (2016), Russell *et al.* (2015) e Fiese *et al.* (2016), que destacam que o ensino sobre nutrição, quando apresentado de forma

acessível e associando os alimentos a benefícios concretos, pode aumentar a aceitação alimentar pelas crianças.

O oitavo questionamento, analisou se os pais aproveitam momentos como idas ao supermercado ou feiras para ensinar sobre nutrição. Os entrevistados, em sua maioria, relataram que o ensino ocorre principalmente durante as refeições, conforme ilustram os seguintes relatos:

Entrevistado 7: "Não, não temos esse costume."

Entrevistado 13: "Não, é mais durante a refeição mesmo."

Entrevistado 19: "Faço mais durante as refeições."

Entrevistado 18: "Não costumo levar meu filho para compras, mas em casa explico sobre os alimentos."

De acordo com Russell *et al.* (2015) e Santos, Coelho e Romano (2020), a exposição das crianças a alimentos saudáveis em locais como feiras e supermercados é uma oportunidade valiosa para reforçar o ensino sobre nutrição. No entanto, os relatos indicam que a maioria dos pais concentra essa prática dentro de casa, durante as refeições, não aproveitando outros momentos do cotidiano para complementar esse aprendizado.

No nono questionamento, buscou-se analisar se houve benefícios concretos nos hábitos alimentares das crianças a partir das explicações sobre os alimentos. Grande maioria respondeu positivamente, expondo benefícios como empolgação e motivação para se alimentar por parte dos seus filhos:

Entrevistado 11: "Sim. Ele fica empolgado para comer. Às vezes diz: 'Olha, mamãe, comi para ficar forte, veja meu braço'. Acho isso muito positivo."

Entrevistado 4: "Sim, ele aceita melhor os alimentos quando entende a recompensa, que ficará mais forte e terá mais disposição."

Entrevistado 10: "Ela é muito empolgada com qualquer coisa. Então, eu já me utilizo muito disso para incentivá-la a abraçar algumas coisas, né? No caso da alimentação, eu falo com muita empolgação. Olha, se tu comer isso daqui, tu vai ficar muito forte. Tu quer ficar forte, filha? E ela responde: 'Quero, mamãe!'"

Entrevistado 18: "Sim, ele se sente motivado, mas nem sempre. Há momentos em que a criança naturalmente tem rejeição a certos alimentos. Mas, de forma geral, vejo um impacto positivo"

Diante disso, verificou-se um impacto positivo dessa abordagem, com relatos de crianças demonstrando motivação, empolgação e uma maior aceitação dos alimentos quando compreendem seus benefícios. Esse aspecto foi destacado por Russell *et al.* (2015), Santos, Coelho e Romano (2020), Vaughn *et al.* (2016) e Pinheiro-Carozzo; Oliveira, (2017), onde apontam que a prática de ensino sobre a nutrição quando bem aplicado, tende a ampliar a aceitação dos alimentos saudáveis.

4.4 Análise da pressão alimentar

O décimo questionamento buscou compreender se os pais ou responsáveis pressionam seus filhos para que comam tudo do prato ou experimentem novos alimentos. Os relatos demonstram que a prática da insistência está presente em muitas famílias, ainda que de forma moderada e sem imposições severas. Os seguintes trechos ilustram essa abordagem:

Entrevistado 20: "Sentamos e conversamos com ela, explicando que ela precisa comer tudo, até insistindo um pouco dizendo que se não comer a mamãe fica triste."

Entrevistado 7: "Sim, especialmente quando ela diz que não gosta de algo sem ter experimentado. Nesses casos, insisto para que ela prove."

Entrevistado 10: "Com relação a ela comer o que está no prato, eu já fiz muito isso. Não de forma bruta, nem forçada, mas insisti bastante, entendeu?"

Entrevistado 4: "Quando ele diz que não quer provar algo que nunca provou, eu insisto falando pra ele provar pois não sabe como é o sabor."

Em seus estudos, Walton *et al.* (2017), Abebe *et al.* (2017), Siqueira *et al.* (2023) e Warkentin *et al.* (2016) descrevem a pressão alimentar como aquela que envolve coerção física ou verbal. Nos resultados obtidos, observou-se que, na maioria dos casos, a pressão alimentar se manifesta exclusivamente por meio da insistência verbal, sem o uso de força física, ameaças ou gestos autoritários.

Por outro lado, houve uma parcela menor de responsáveis que enxergam essa prática como negativa, demonstrando preocupação com seus possíveis impactos na relação da criança com a alimentação. Esse receio está em conformidade com os estudos de Rendall *et al.* (2022) e Schmidt *et al.* (2019), que apontam que a pressão alimentar pode gerar estresse e resistência da criança ao momento da refeição. Alguns entrevistados expressaram essa visão:

Entrevistado 1: "Nunca usei pressão. No máximo, mudo ele de lugar para quebrar o tédio e estimular o apetite. A mudança de ambiente e um bom diálogo ajudam muito."

Entrevistado 3: "Não, nunca insisti para que ela comesse tudo, pois sei que nem sempre sentimos a mesma fome."

Entrevistado 5: "Nunca senti necessidade de pressioná-lo, pois ele sempre se alimentou bem. Se eu insistisse, ele se estressaria."

Entrevistado 8: "Quando ele diz 'já estou satisfeito, mamãe', mesmo que ainda haja comida no prato, não insisto. Simplesmente respeito."

Afora os responsáveis citados acima, outros relataram que a insistência pode provocar reações negativas nas crianças, como irritação e aversão ao alimento, o que reforça as observações de Rendall *et al.* (2022) e Schmidt *et al.* (2019) sobre os efeitos adversos dessa prática. Os seguintes trechos exemplificam essa questão:

Entrevistado 2: "Se eu insistisse muito, ela reagia jogando a comida no chão, se irritava e fazia bagunça na cadeirinha. Acredito que isso era resultado da minha insistência."

Entrevistado 11: "Percebi que insistir não era a melhor abordagem, pois ele poderia rejeitar ainda mais a comida."

Entrevistado 12: "Acredito que quando a criança é forçada a comer, ela perde a noção da própria saciedade e tende a ultrapassar esse limite"

Entrevistado 5: "Acho que isso poderia gerar um trauma alimentar."

Esses relatos corroboram os estudos de Siqueira *et al.* (2023), Walton *et al.* (2017) e Schmidt *et al.* (2019), que apontam que a pressão alimentar pode levar à recusa alimentar e gerar conflitos entre pais e filhos.

Na questão seguinte, procurou-se compreender se os responsáveis insistem para que a criança continue comendo mesmo após demonstrar sinais de saciedade. Os relatos indicam que, embora alguns pais incentivem o consumo de mais algumas colheradas, há um cuidado em respeitar os sinais de fome e saciedade da criança. Os seguintes trechos refletem essa abordagem:

Entrevistado 7: “Já, mas não tanto. Eu só falo: 'Só falta uma colher' ou 'Só faltam duas para acabar'.”

Entrevistado 10: “Mas, quando vejo que ela está saciada e como ela normalmente come bem, eu não insisto muito. Se eu oferecer duas, três vezes e ela não quiser mesmo, percebo que está saciada e comeu bem naquele dia, então não insisto [...]”

Entrevistado 12: “Se ela não quer comer, tudo bem. Apenas deixo o prato na mesa por alguns minutos e aviso que está disponível caso mude de ideia”.

Entrevistado 14: “Percebemos que, quando pressionamos muito, ele tende a rejeitar ainda mais o alimento, e entendemos que essa abordagem não é eficaz [...]”

Os relatos indicam que muitos pais tentam equilibrar o incentivo à alimentação com o respeito à saciedade infantil, evitando assim expressões impositivas, apontadas nos estudos de Abebe *et al.* (2017) e Walton *et al.* (2017) e Siqueira *et al.* (2023), onde os responsáveis de maneira mais incisiva obrigam seus filhos a comerem tudo.

A décima segunda questão investigou se os pais perceberam comportamentos adversos nas crianças após episódios de pressão alimentar (Caso contrário, ao quê creditam o fato desses comportamentos não acontecerem). Os relatos revelam que, a maioria dos pais não perceberam comportamentos adversos decorrente da pressão alimentar, pois costumam respeitar os sinais de saciedade. O motivo de não enxergarem tais comportamentos provém da educação alimentar que procuram promover aos seus filhos:

Entrevistado 1: “Esse tipo de comportamento não acontece porque, como falei, não faço pressão e porque tento mostrar sobre pra quê serve aquele momento e por quê ele tem que comer aquilo.”

Entrevistado 8: “Eu venho educando ele para que esses comportamentos não venham acontecer, e até agora não aconteceu. A rejeição é momentânea por conta dele já está saciado, mas no outro dia, já está disposto a comer aquilo novamente.”

Entrevistado 3: “Não vejo comportamento assim porque como falei, nunca insisti. Pois sempre busquei ensinar a importância da alimentação. O que geralmente acontece é ele ficar um pouco irritado por já estar cheio e ir querer brincar.”

Entrevistado 5: “Como eu nunca senti a necessidade de insistir, esse tipo de comportamento nunca aconteceu por conta disso. Claro que acontece vez ou outra uma rejeição mas é momentânea, não significa que ele odeia aquele alimento ou algo assim. Isso deve ser por conta do que se é observado e ensinado em casa sobre se alimentar bem, comer aquilo que as vezes não temos tanta vontade...”

Os relatos sugerem que os responsáveis ao evitar a pressão alimentar, favorecem um ambiente mais leve e respeitoso, o que está alinhado com os estudos de Walton *et al.* (2017). Também foi observado um alinhamento com os estudos de Siqueira *et al.* (2023), Santos *et al.* (2021) e Russel *et al.* (2015), onde as práticas alimentares positivas, relação afetiva durante as refeições e a explicação dos benefícios de uma boa alimentação contribuem para uma educação alimentar saudável, o que foi refletido diretamente nas respostas dos entrevistados.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo problematizou sobre o comportamento dos adultos na escolha por alimentos mais nutritivos pelos seus filhos. A partir desta inquietação, foi conduzida uma pesquisa com pais ou responsáveis de crianças entre dois e seis anos. O objetivo foi analisar as

práticas alimentares utilizadas por pais ou responsáveis que influenciam as preferências alimentares dos seus filhos por produtos mais saudáveis. A partir das respostas, é possível concluir que as práticas da recompensa, modelagem parental, ensino sobre nutrição e pressão alimentar são capazes de distanciar os filhos dos alimentos ultraprocessados. Todavia, algumas externalidades negativas foram identificadas, mas sem desqualificar as suas aplicações quando bem utilizadas.

Com relação as estratégias de recompensas, conclui-se que a sua utilização foi eficaz na indução do consumo por alimentos mais saudáveis, porém, geraram algumas divergências entre os pesquisados. Para os respondentes, o fato de condicionar a criança a comer, não pelo gosto do alimento, mas pelo que receberá em troca pode não ser sustentável no longo prazo. Assim, evitar que a criança deixe de comer o ultraprocessado até os seis anos, e não garantir que ele manterá este distanciamento após esta idade, não resolverá os seus problemas de saúde no futuro. Faz sentido este raciocínio, entretanto, não é possível afirmar que a criança que cria o hábito de consumir um alimento (mesmo que por interesse em algo) não tenha formado um paladar positivo pela comida ofertada. Através de estudos longitudinais com estas mesmas famílias pesquisadas (ou com outras), pode-se concluir que a recompensa gerou (ou não) preferência palatável pelo alimento. Em tempo, fica aqui uma primeira recomendação para estudos futuros.

Semelhante a prática da recompensa, conclui-se que a pressão alimentar resultou em escolhas alimentares mais saudáveis, mas também certa inquietação e melindre quanto a sua aplicação. Há o entendimento que o ato de insistir, verbalmente, sem imposições severas e respeitando o limite da criança, é um expediente útil. O limite é ténue entre a pressão e o exagero, portanto repleto de cuidados para que o ambiente familiar se mantenha leve e respeitoso. Pela natureza impositiva e, por vezes, coercitiva desta prática, recomenda-se que estudos compreendam e compartilhem os efeitos negativos provocados nas crianças pelos excessos cometidos por pais ou responsáveis.

Em relação à recompensa e à pressão alimentar, conclui-se que a prática da modelagem parental se mostrou mais interessante para os pesquisados. Tendo como bases o exemplo do que se deve comer e o ambiente familiar compartilhado nos momentos das refeições, esta prática se mostrou capaz de espelhar nos filhos os hábitos alimentares saudáveis dos seus pais ou responsáveis. O desafio posto para os adultos, segundo os dados levantados na pesquisa, é manter a vigilância no que se come, pois, a ingestão de alimentos ultraprocessados, na frente das crianças, podem ter efeitos negativos, mesmo que em situações esporádicas. Em decorrência, recomenda-se que outros estudos comprovem ou não estes efeitos negativos ao logo da experiência alimentar da criança.

Por fim, acostada a modelagem parental, há o ensino sobre nutrição. Conclui-se que esta última tem grande efeito na formação dos hábitos alimentares das crianças. Ao que indicam os resultados, a didática, por vezes lúdica e associativa, em explicar os benefícios do alimento para o(a) filho(a), durante as refeições, gera na criança o movimento de compreensão e aceitação. Entende-se o ensino sobre nutrição como uma prática bastante robusta, devido ao estado de empolgação e motivação, descritos pelas crianças, ao terem ciência do que os alimentos saudáveis poderiam proporcionar para elas. Face a relevância desta prática, já muito utilizada durante as refeições, sugere-se que novas pesquisas analisem os impactos do ensino sobre nutrição vivenciados por crianças em estabelecimentos comerciais como feiras e supermercados.

No decorrer desta pesquisa, apresentou-se uma limitação referente à dificuldade de retorno dos convites enviados por email e mensagens diretas nas redes sociais para com os nutricionistas, conforme descrito na metodologia. Esse obstáculo veio à limitar o alcance inicial da pesquisa, fazendo com o que o método da indicação fosse aplicado como alternativa para facilitar o acesso aos profissionais e por conseguinte, aos responsáveis.

A partir deste (e de outros) estudos, evidenciam-se as possibilidades e oportunidades que o segmento de alimentação saudável pode alcançar. Refletir sobre as consequências dos alimentos ultraprocessados na saúde, especialmente, das crianças e conhecer os bons hábitos alimentares das famílias contribui, enriquece e fomenta o setor. Indústria e varejo, aderentes ao tema, poderão melhorar e regionalizar as suas ofertas, reposicionar os seus produtos, segmentar melhor os seus clientes e direcionar a comunicação para necessidades de consumo específicas. Profissionais da área da saúde, simpáticos ao assunto, poderão estudar, indicar e compartilhar as boas práticas comportamentais reconhecidas pela ciência. Os gestores públicos e secretários de saúde poderão militar na educação alimentar nutritiva para prevenir doenças e diminuir a demanda por atendimento médico nos postos de saúde.

Por fim, pais ou responsáveis obterão mais informações e esclarecimentos sobre novas condutas, abordagens e didáticas pertinentes a introdução alimentar dos seus filhos. Pais e filhos, decisores e influenciadores/consumidores no processo de compra, poderão estar menos vulneráveis e mais resilientes aos estímulos de marketing da indústria de ultraprocessados. Isto representa um avanço, necessário para o caminhar de qualquer área da ciência que busca o contraditório e o contraponto como forma de conhecimento.

REFERÊNCIAS

ABEBE, Zeweter; DESSE, Gulelat; BAYE, Kaleab. Child feeding style is associated with food intake and linear growth in rural Ethiopia. **Appetite**, [s.l.], p. 1 -18, 2017. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666316304986?via%3Dihub>. Acesso em: 30 mar. 2025.

ALMEIDA, Ariane Ferreira de *et al.* educação alimentar e nutricional na infância: aplicação de estratégias em incentivo a alimentação saudável. **Revista Conexão da Universidade Estadual de Ponta Grossa**, Ponta Grossa, PR v. 17, n. 1, p. 1-12, 2021. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/5141/514166114082/html/#:~:text=Resumo%3A%20Trata-se%20de%20um%20relato%20de%20experi%C3%Aancia%20referente,de%20boas%20pr%C3%A1ticas%20alimentares%20para%20o%20p%C3%ABlico%20infantil>. Acesso em: 30 mar. 2025.

ARAÚJO, Neurani Rodrigues; FREITAS, Francisca Marta Nascimento de Oliveira; LOBO, Rosimar Honorato. Formação de hábitos alimentares na primeira infância: benefícios da alimentação Saudável. **Research, Society and Development**, [s.l.], v. 10, n. 15, p. 1-9, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/22901>. Acesso em: 30 mar. 2025.

BARBOSA, Desirée Xantre Fraga; ALMEIDA, Franciele Santana de; OLIVEIRA, Elaine Cristina Rocha. A influência dos pais nos hábitos alimentares das crianças e seu reflexo no perfil de transição nutricional brasileiro. [S. l.: s. n.], p. 1 – 11, [2018?]. Disponível em: <https://ri.unipac.br/repositorio/wp-content/uploads/2019/02/NUTRI%C3%87%C3%83O-Franciele-Santana-de-Almeida.pdf>. Acesso em: 29 mar. 2025.

BIRCH, Leann. Development of food preferences. **Annual Review of Nutrition**, [s.l.], v. 19, p. 41 – 62, 1999. Disponível em: <https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev.nutr.19.1.41>. Acesso em: 29 mar. 2025.

BLACK, Maureen *et al.* Advancing Early Childhood Development: from Science to Scale 1: Early childhood development coming of age: science through the life course. **The Lancet**, [s.l.], v. 389, n. 10064, p. 77-90, Jan. 2017. Disponível em:

[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(16\)31389-7/abstract](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(16)31389-7/abstract).

Acesso em: 29 mar. 2025.

BLOCK, L. G. et al. **From Nutrients to Nurturance: A Conceptual Introduction to Food Well-Being**. *Journal of Public Policy & Marketing*, v. 30, n. 1, p. 5–13, abr. 2011. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1509/jppm.30.1.5>. Acesso em: 10 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-alimentar-melhor/Documentos/pdf/guia-alimentar-para-criancas-brasileiras-menores-de-2-anos.pdf/view>. Acesso em: 20 mar. 2025.

CAUDURO, Giovanna Nunes; REPPOLD, Caroline Tozzi, PACHECO, Janaína Thais Barbosa. Adaptação Transcultural do Questionário de Estilos Parentais na Alimentação (QEPA). **Avaliação Psicológica**, [s.l.], v.16, n.3, p. 293-300, 2017. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=335056639010>. Acesso em: 29 mar. 2025.

FIGESE, Barbara; BOST, Kelly. Family Ecologies and Child Risk for Obesity: Focus on Regulatory Processes. **Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies**, [s.l.], v. 65, n. 1, p. 94–107, Feb. 2016. Disponível em: <https://www.jstor.org/stable/44161134>. Acesso em: 29 mar. 2025.

JANEIRO, Adriana; MALCATA, Margarida; RAMOS, Ana. A influência do marketing alimentar na obesidade infantil: uma realidade. **Revista Ibero-Americana de Saúde e Envelhecimento**, [s.l.], v. 8, n. 2, p. 184-202, ago. 2022. Disponível em: https://www.revistas.uevora.pt/index.php/saude_envelhecimento/article/view/563. Acesso em: 29 mar. 2025.

GOMES, Amanda Rutiquewiski; SPINILLO, Carla Galvão. Apelos visuais nas embalagens de cereais matinais para o público infantil: análise e piloto de entrevistas. **Revista Brasileira de Design da Informação**, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 131 – 144, 2020. Disponível em: <https://www.infodesign.org.br/infodesign/article/view/791>. Acesso em: 29 mar. 2025.

HUGHES, Sheryl *et al.* Revisiting a neglected construct: parenting styles in a child-feeding context. **Appetite**, [s.l.], v. 44, n. 1, p. 83 – 92, Feb. 2005. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666304001229?via%3Dihub>. Acesso em: 29 mar. 2025.

JUNGER, Alex Paubel *et al.* Marketing infantil: a influência midiática no desenvolvimento psicológico de crianças e adolescentes. **Revista de Casos e Consultoria**, [s.l.], v.10, n.1, p. 1-15, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/23440>. Acesso em: 29 mar. 2025.

JUNQUEIRA, Fernanda Campos *et al.* A relação entre o marketing televisivo voltado para o público infantil e a decisão de compra dos pais. In: SIMPÓSIO DE EXCELÊNCIA EM GESTÃO E TECNOLOGIA, 11., 2014, [S.l.]. **Anais [...]**. [S.l.: s.n.], 2014. Disponível em: <https://www.aedb.br/seget/artigos2014.php?pag=205>. Acesso em: 29 mar. 2025.

LAYTON, Roger. Marketing Systems – Looking Backward, Sizing up and Thinking Ahead. **Journal of Macromarketing**, [s.l.], c2019. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/330516783_Marketing_Systems_-_Looking_Backward_Sizing_up_and_Thinking_Ahead. Acesso em: 29 mar. 2025.

LOUREIRO, Giovanna Peres. **Associação entre práticas parentais na alimentação infantil e seletividade alimentar na infância**. 2023. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Nutrição) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, 2023. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/266486>. Acesso em: 29 mar. 2025.

LOPES, Wanessa Casteluber *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados por crianças menores de 24 meses de idade e fatores associados. **Revista paulista de pediatria**, [s.l.], n. 38, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/kFndBzThszpPyXRYvtFBzJc/?lang=pt#>. Acesso em: 29 mar. 2025.

MAGNAVITA, Stefany Cardoso; SANTOS, Cristiane Nunes dos. A influência da propaganda nos hábitos alimentares: uma análise das estratégias de marketing das embalagens de produtos infantis. **Revista Ibero- Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v.10. n.5, maio 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/14126>. Acesso em: 29 mar. 2025.

MARTINS, Raquel Correia. **O comportamento alimentar e hábitos alimentares da criança em idade pré-escolar: relação com as estratégias parentais**. 2016. Dissertação (Mestrado integrado em Psicologia) - Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa. Lisboa, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ulisboa.pt/handle/10451/27693>. Acesso em: 29 mar. 2025.

MASON, Tyler; SMITH, Kathryn; DUNTON, Genevieve. Maternal parenting styles and ecological momentary assessment of maternal feeding practices and child food intake across middle childhood to early adolescence. **Pediatric Obesity**, [s.l.], v. 15, n. 10, 2020. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/ijpo.12683>. Acesso em: 29 mar. 2025.

MENDONÇA, Maria Beatriz Daniel Miguez. **Determinantes do comportamento alimentar infantil: o papel dos pais, dos pares e dos media**. 2020. Tese (Licenciatura em Ciências da Nutrição) - Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto. Porto, 2020. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/128179>. Acesso em: 29 mar. 2025.

MOURA, Ana Caroline Fernandes de; CAVALCANTE, Jorge Luís Pereira; GIRÃO, Mauro Vinícius Dutra. Descrição de propagandas de alimentos infantis veiculadas por emissoras de canais de televisão aberta no Brasil. **Ensaio e Ciências**, [s.l.], v.27, n.2, p.129-135, 2023. Disponível em: <https://ensaioeciencia.pgsscogna.com.br/ensaioeciencia/article/view/10064>. Acesso em: 29 mar. 2025.

PINHEIRO-CAROZZO, Nádia Prazeres; OLIVEIRA, Jena Hanay Araújo de. Práticas alimentares parentais: a percepção de crianças acerca das estratégias educativas utilizadas no condicionamento do comportamento alimentar. **Psicologia Revista**, São Paulo, v. 26, n.1, p.

187-209, 2017. Disponível em:
<https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/23894>. Acesso em: 29 mar. 2025.

RENDALL, Stella; DODD, Helen; HARVEY, Kate. Controlling feeding practices moderate the relationship between emotionality and food fussiness in young children. ***Appetite***, [s.l.], v. 178, p. 1 – 8, 2022. Disponível em:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666322003506>. Acesso em: 29 mar. 2025.

RUSSELL, Catherine; WORSLEY, Anthony; CAMPBELL, Karen. Strategies used by parents to influence their children's food preferences. ***Appetite***, [s.l.], v.90, p. 123-130, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.02.038>. Acesso em: 29 mar. 2025.

SANTOS, Kelly de Freitas; COELHO, Luana Vital; ROMANO, Márcia Christina Caetano. Comportamento dos pais e comportamento alimentar da criança: Revisão Sistemática. ***Revista Cuidarte***. [s.l.], v. 11, n. 3, p. 1 – 20, Sept./Dec. 2020. Disponível em:
<https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/1041>. Acesso em: 29 mar. 2025.

SANTOS, Kelly de Freitas; REIS, Mayra Alves dos; ROMANO, Márcia Christina Caetano. Práticas parentais e comportamento alimentar da criança. ***Texto e Contexto Enfermagem***, [s.l.], v. 30, p. 1 – 12, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0026>. Acesso em: 29 mar. 2025.

SAUERBRONN, João Felipe Rammelt; BERARDINELLI, Rodolfo Peres; SILVA, Klaus Pereira da. A construção dos sistemas de mercado na perspectiva do macromarketing. ***Revista Interdisciplinar de Marketing***, Maringá, v.12, n.2, p. 158-170, jul./dez. 2022. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/rimar/article/view/66431>. Acesso em: 29 mar. 2025.

SCHMIDT, Ricarda; HIEMISCH, Andreas; KIESS, Wieland; HILBERT, Anja. Interaction Effects of Child Weight Status and Parental Feeding Practices on Children's Eating Disorder Symptomatology. ***Nutrients***, [s.l.], v. 11, 2019. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/11/10/2433>. Acesso em: 29 mar. 2025.

SILVA, Elizete Nunes da; ALMEIDA, Geane Dias de; SKRIVAN, Alessandra Gomes. A influência da publicidade da indústria alimentícia nos hábitos alimentares infantis: uma revisão bibliográfica. ***Research, Society and Development***, [s.l.], v. 10, n. 14, p. 1 - 24, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/22668/19841>. Acesso em: 29 mar. 2025.

SILVA, Giselia; COSTA, Karla; GIUGLIANI, Elsa. Infant feeding: beyond the nutritional aspects. ***Jornal de Pediatria***, [Porto Alegre, RS], v. 92, n.3, p. 52-57, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jped/a/H8MdrRDbRRBRLMnNG85Q99Q/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 29 mar. 2025.

SILVA, Amanda de Fátima Rodrigues da. Impacto e consequências do consumo de alimentos ultraprocessados na saúde infantil. ***Research, Society and Development***, [s.l.], v. 11, n. 15, p. 1 – 9, 2022.

SILVEIRA, Bárbara de Novaes. **A influência dos perfis parentais na alimentação infantil:**

uma revisão sistemática. 2021. Monografia (Bacharelado em Nutrição) – Câmpus de palmas, Universidade Federal do Tocantins. Palmas, TO. 2021. Disponível em: <https://repositorio.uft.edu.br/handle/11612/5924>. Acesso em: 29 mar. 2025.

SIQUEIRA, Bruna Nabuco Freire *et al.* Dificuldades alimentares entre pré-escolares: associações com práticas alimentares parentais. **Concilium**, [s.l.], v. 23, n. 19, p. 582 – 596, 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/374685153_Feeding_difficulties_in_pre-schoolers_associations_with_parental_feeding_practices_Dificuldades_alimentares_entre_pre-escolares_associacoes_com_praticas_alimentares_parentais. Acesso em: 29 mar. 2025.

SOUZA, Beatriz Santos; MOLERO, Mariana Prado; GONÇALVES, Raquel. Alimentação complementar e obesidade infantil. **Revista Multidisciplinar da Saúde**, [s.l.], v. 3, n. 2, , p. 1-15, 2021.

SOUSA, Mariane Macario de. **Vulnerabilidade de crianças e adolescentes nas mídias digitais**: desafios legais e eficácia das medidas de proteção em face da publicidade e consumo infantil. 2023. Monografia (Bacharelado em Direito) - Grande, Centro de Ciências Jurídicas e Sociais, Universidade Federal de Campina Grande. Sousa, 2023. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/jspui/handle/riufcg/33150>. Acesso em: 29 mar. 2025.

TEIXEIRA, Elaine Cristina Justino *et al.* aplicativos móveis no acompanhamento da alimentação infantil na primeira infância: revisão integrativa. *In*: CONGRESSO NACIONAL DE INOVAÇÕES EM SAÚDE, 4., 2023, [S.l.]. **Anais [...]**. [S.l.]: Editora Integrar, 2023. Disponível em: <https://editoraintegrar.com.br/publish/index.php/remis/issue/view/70/34>. Acesso em: 29 mar. 2025.

TORRES, Beatriz Lainy Penha Marques *et al.* Reflexões sobre fatores determinantes dos hábitos alimentares na infância. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 6, n. 9, p. 66267-66277, Sept. 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/16295>. Acesso em: 29 mar. 2025.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO; ESTUDO NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO INFANTIL. **Alimentação Infantil I**: Prevalência de indicadores de alimentação de crianças menores de 5 anos ENANI 2019. Rio de Janeiro, RJ: UFRJ, 2021. Disponível em: <https://enani.nutricao.ufrj.br/download/relatorio-5-alimentacao-infantil-i/>. Acesso em: 20 mar. 2025.

VAUGHN, Amber *et al.* Fundamental constructs in food parenting practices: a content map to guide future research. **Nutrition Reviews**, [s.l.], v.74, n. 2, p.98–117. Disponível em: <https://academic.oup.com/nutritionreviews/article-abstract/74/2/98/1924177?redirectedFrom=fulltext&login=false>. Acesso em: 20 mar. 2025.

VEBICARO, Dennis; OLIVEIRA, Grace Baêta de; LEAL, Pastora do Socorro Teixeira. O papel da família como vetor educacional primário ao consumo responsável e seus desafios diante do abuso da comunicação mercadológica infantil. **Revista Eletrônica Direito e Sociedade**, Canoas, v. 8, n. 2, p. 41-59, ago. 2020. Disponível em: https://www.academia.edu/42745719/O_papel_da_fam%C3%ADlia_como_vetor_educacional

l_prim%C3%A1rio_ao_consumo_respons%C3%A1vel_e_seus_desafios_diante_do_abuso_d
a_comunica%C3%A7%C3%A3o_mercadol%C3%B3gica_infantil. Acesso em: 20 mar. 2025.

WAHLBRINCK, Jenifer Sofia; ADAMI, Fernanda Scherer; CONDE, Simara Rufatto.
Influência do comportamento alimentar dos pais no excesso de peso na infância.
RECIMAR21 - Revista científica multidisciplinar, [s.l.], v.3, n.7, p. 1 – 16, 2022.
Disponível em: <https://doi.org/10.47820/recima21.v3i7.1721>. Acesso em: 20 mar. 2025.

WALTON, Kathryn *et al.* Time to re-think picky eating?: a relational approach to
understanding picky eating. al. **International Journal of Behavioral Nutrition
and Physical Activity**, [s.l.], n. 62, p. 1 – 8, 2017. Disponível em:
<https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-017-0520-0>. Acesso em: 20 mar.
2025.

WARKENTIN, Sarah *et al.* Validation of the comprehensive feeding practices questionnaire
in parents of preschool children in Brazil. **BMC Public Health**, [s.l.], n. 603, p. 1 – 12, 2016.
Disponível em: <https://bmcpublikealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-016-3282-8>. Acesso em: 20 mar. 2025.

APÊNDICE A - ROTEIRO DE ENTREVISTA

- a. Qual a idade do(a) senhor(a) e qual o grau de parentesco com a criança?
 - b. Qual é a idade e o gênero da criança?
 - c. O(a) senhor(a) tem outro filho(a), ou é responsável por outra criança, entre dois e seis anos? Se sim, qual a idade e o gênero?
-
1. Fale um pouco sobre como foi a introdução alimentar do seu filho, destacando as eventuais dificuldades iniciais de aceitação dos alimentos saudáveis oferecidos;
 2. Descreva se em algum(s) momento(s) alguma recompensa ou benefício foi oferecida à criança para que ela comece toda à refeição;
 3. Relate as consequências positivas para o seu filho da utilização das práticas de recompensas;
 4. Fale um pouco sobre os comportamentos alimentares do(a) senhor(a) que podem estar influenciando os hábitos alimentares do(a) seu(a) filho(a);
 5. Descreva como é o convívio familiar durante as refeições na casa do senhor (a) ao longo do dia;
 6. Quais benefícios concretos o(a) senhor(a) percebeu nos hábitos alimentares do(a) seu(a) filho(a) a partir do comportamento alimentar do(a) senhor(a). Se houve, fale um pouco sobre ele(s);

7. Caso se utilize desta prática, descreva como o senhor(a) explica os nutrientes dos alimentos para o seu filho durante as refeições. Mencione algum exemplo, por favor;
8. Caso se utilize desta prática, descreva como o senhor(a) explica os nutrientes dos alimentos para o seu filho quando vocês estão em locais de compras (feiras, supermercados, shoppings etc.). Mencione algum exemplo, por favor;
9. Quais benefícios concretos o(a) senhor(a) percebeu nos hábitos alimentares do(a) seu(a) filho(a) a partir destas explicações nutricionais dadas a ele(a). Mencione algum exemplo, por favor;
10. Em qual(is) momento(s) o(a) senhor(a) sentiu a necessidade de pressionar o seu(a) filho(a) a comer o que o(a) senhor(a) colocou no prato dele ou à experimentar um outro alimento? Por favor, descreva como foi esta pressão
11. Em qual(is) momento(s) o(a) senhor(a) sentiu a necessidade de pressionar o seu(a) filho(a) a comer o que o(a) senhor(a) colocou no prato dele mesmo ele dizendo que já estava saciado? Por favor, descreva como foi esta pressão
12. Em algum momento, após uma situação de pressão alimentar, o(a) seu(a) filho(a) apresentou algum comportamento adverso ou de rejeição alimentar. Se sim, compartilhe o ocorrido. Caso contrário, a que o(a) senhor(a) credita esse comportamento adverso ou de rejeição não ter ocorrido.

APÊNDICE B: QUESTÕES (AUTORES) X PRÁTICAS ALIMENTARES

Foco das Questões (Autores)	Práticas Alimentares
Q.1. Introdução alimentar e dificuldades iniciais (Walton <i>et al.</i>, 2017; Santos <i>et al.</i>, 2021; Siqueira <i>et al.</i>, 2023). Q.2. Uso de recompensas para incentivar à alimentação (Cauduro <i>et al.</i>, 2017; Hughes <i>et al.</i>, 2005; Siqueira <i>et al.</i>, 2023; Wahlbrinck <i>et al.</i>, 2022; Mason <i>et al.</i>, 2020; Silveira, 2021; Loureiro, 2023; Santos <i>et al.</i>, 2021). Q.3. Efeitos positivos das recompensas (Walton <i>et al.</i>, 2017; Silveira, 2021).	Recompensa
Q.4. Influência dos hábitos alimentares dos responsáveis (Vaughn <i>et al.</i>, 2016; Romano <i>et al.</i>, 2020; Costa <i>et al.</i>, 2016; Pinheiro-Carozzo & Oliveira, 2017). Q.5. Convívio familiar durante as refeições (Fiese <i>et al.</i>, 2016; Santos <i>et al.</i>, 2021; Cauduro <i>et al.</i>, 2017; Hughes <i>et al.</i>, 2005). Q.6. Benefícios percebidos com o exemplo dos responsáveis (Vaughn <i>et al.</i>, 2016; Romano <i>et al.</i>, 2020; Costa <i>et al.</i>, 2016; Santos <i>et al.</i>, 2021; Torres <i>et al.</i>, 2020).	Modelagem Parental
Q.7. Explicação dos nutrientes durante as refeições (Russell <i>et al.</i>, 2015; Fiese <i>et al.</i>, 2016; Vaughn <i>et al.</i>, 2016). Q.8. Explicação dos nutrientes em locais de compras (Russell <i>et al.</i>, 2015; Santos, Coelho & Romano, 2020). Q.9. Benefícios percebidos a partir das explicações nutricionais (Russell <i>et al.</i>, 2015; Vaughn <i>et al.</i>, 2016; Santos, Coelho & Romano, 2020; Pinheiro-Carozzo & Oliveira, 2017).	Ensino sobre Nutrição
Q.10. Situações em que pressionaram a criança a comer ou experimentar (Walton <i>et al.</i>, 2017; Abebe <i>et al.</i>, 2017; Siqueira <i>et al.</i>, 2023; Warkentin <i>et al.</i>, 2016). Q.11. Pressão para comer mesmo após sinais de saciedade (Abebe <i>et al.</i>, 2017; Walton <i>et al.</i>, 2017; Siqueira <i>et al.</i>, 2023). Q.12. Comportamentos adversos após pressão alimentar ou justificativas para ausência de efeitos (Santos <i>et al.</i>, 2021; Walton <i>et al.</i>, 2017; Russell <i>et al.</i>, 2015; Siqueira <i>et al.</i>, 2023).	Pressão Alimentar