

# ALIMENTAÇÃO NO AMBIENTE ESCOLAR: FATORES QUE INTERFEREM NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR E NEOFÓBICO NA INFÂNCIA



## FOOD IN THE SCHOOL ENVIRONMENT: FACTORS THAT INTERFERE WITH EATING AND NEOPHOBIC BEHAVIOR IN CHILDHOOD

**ANA CAROLINA FUNICELLI PONTES**

Pedagoga, Pós-graduada em Educação Infantil. Atualmente atua como Professora de Educação Infantil da Rede Municipal de São Paulo, Email: [acfunicelli@prefeitura.sp.gov.br](mailto:acfunicelli@prefeitura.sp.gov.br)

### RESUMO

Por meio de revisão bibliográfica este estudo investigou os fatores determinantes do comportamento alimentar na infância que podem possibilitar o desenvolvimento da neofobia alimentar, a fim de buscar ações que contribuam para que a criança construa um hábito alimentar saudável. Foi efetuada consulta a livros técnicos e artigos científicos selecionados através de busca nas bases de dados do Scielo, Medline e Lilacs. Verificou-se que o comportamento alimentar se desenvolve através de diversas relações (sociais, culturais, afetivas e familiares) e essa consequência é resultado da interação de fatores genético, ambientais e parte de um processo educativo, que deve ser iniciado logo no início da vida do indivíduo, resultando, portanto, em consideráveis diferenças individuais. Pesquisas sobre a formação de hábitos alimentares na infância são indispensáveis para minimizar práticas inadequadas e comportamentos neofóbicos, pois estes comprometem uma alimentação saudável e variada; tais estudos também são necessários para o planejamento de ações de educação nutricional.

**Palavras-chave:** Alimentação escolar; Educação nutricional; Alimentação na infância.

### ABSTRACT

By means of a bibliographical review, this study investigated the determining factors of eating behavior in childhood that can enable the development of food neophobia, in order to seek actions

that contribute to children building healthy eating habits. We consulted technical books and scientific articles selected by searching the Scielo, Medline and Lilacs databases. It was found that eating behavior develops through various relationships (social, cultural, affective and family) and that this consequence is the result of the interaction of genetic and environmental factors and part of an educational process, which must begin early in the individual's life, thus resulting in considerable individual differences. Research into the formation of eating habits in childhood is essential in order to minimize inappropriate practices and neophobic behaviors, as these compromise a healthy and varied diet; such studies are also necessary for planning nutritional education actions.

**Keywords:** School feeding; Nutritional education; Childhood feeding.

## INTRODUÇÃO

A infância é um período da vida de constante desenvolvimento e aprendizado, e já é consenso que a alimentação é uma parte importante deste processo. <sup>(1,2)</sup> A fase do aleitamento materno, alimentação complementar e nos primeiros anos são etapas da vida das mais ricas e plenas pelas quais passa o ser humano. Nesse período, o crescimento e desenvolvimento da criança são dinâmicos, envolvendo fatores biológicos, emocionais e sociais que preparam a criança para a vida adulta. Durante toda a vida as práticas alimentares são assimiladas, porém há um destaque significativo nos primeiros anos de vida, pois é neste período que se consolidam os hábitos alimentares que promovem a saúde do indivíduo <sup>(2,3)</sup>. Desta forma, o foco da pesquisa foi à infância, dada sua importância na construção do comportamento e hábitos alimentares futuros.

A decisão por esse estudo surgiu mediante interesse em pesquisar sobre os determinantes no comportamento alimentar na infância e os fatores que interferem na formação destes hábitos. Sabendo que os hábitos alimentares das crianças são formados desde pequenos, e os pais são os principais colaboradores para sua formação, compreender esse processo é de extrema importância para realizar medidas de intervenção. <sup>(4,5)</sup>

Logo, para buscar ações assertivas é que se verifica a importância de realizar uma pesquisa de revisão referente ao comportamento alimentar, a fim de compreender os fatores que o interferem e buscar ações que contribuam para que a criança construa um hábito alimentar saudável.

Portanto, este estudo teve como objetivo pesquisar os fatores que determinam o hábito alimentar na infância e podem possibilitar o desenvolvimento da neofobia alimentar.

Para a revisão realizou-se busca nas bases de dados do Scielo, Medline e Lilacs. Utilizou-se os seguintes descritores: Comportamento alimentar, Neofobia e práticas alimentares.

## DESENVOLVIMENTO

### FATORES QUE PODEM DETERMINAR O HÁBITO ALIMENTAR DA CRIANÇA

Uma alimentação variada e balanceada, em qualquer idade, promove benefícios para a manutenção da saúde e bem-estar do indivíduo. Quando se trata de crianças, a importância de uma dieta equilibrada torna-se mais relevante, pois elas se encontram em fase de crescimento, desenvolvimento e formação de seus hábitos alimentares. <sup>(3,6,7)</sup>

Considera-se, portanto, que a maior cautela e consciência em relação à alimentação adequada de crianças decorrem principalmente, devido à incorporação de hábitos alimentares nesta fase. <sup>(3,4)</sup>

A introdução de alimentos a partir dos seis meses de vida dá início ao período em que há aproximação e incorporação da criança aos hábitos alimentares de seus familiares e/ou cuidadores, sendo esta relação influenciada por fatores culturais, genéticos, ambientais, socioeconômicos e nível de escolaridade. <sup>(8,9,10)</sup> Pode-se analisar tal situação em um estudo transversal realizado com 354 crianças com idade entre seis meses e quatro anos da área urbana de Goiânia, que aplicou através de entrevistas com pais e responsáveis sobre o padrão alimentar e situações socioeconômica e socioculturais relacionadas ao comportamento alimentar. Observou-se que tais contextos possuem relação com a alimentação oferecida às crianças, tendo influência direta de maior nível de escolaridade e residência de menor número de moradores em práticas alimentares mais saudáveis. <sup>(10)</sup>

As crianças irão consumir os alimentos que lhes são ofertados, por exemplo, os lactentes ingerem os alimentos que lhes são oferecidos e do modo como são preparados. <sup>(4,11)</sup> Assim, o contexto familiar, o estilo de vida dos pais e as relações sociais possuem grande influência na alimentação, nas preferências, e podem interferir no equilíbrio energético da alimentação devido à disponibilidade e composição dos alimentos. Desta forma, a família poderá promover o aprendizado de um comportamento alimentar, inserir hábitos, contribuindo à formação de um padrão alimentar, podendo este ser composto de práticas saudáveis ou não. <sup>(4,8,12)</sup>

Estudo transversal de base populacional realizado com 3.817 crianças menores de cinco anos, da região urbana e rural do estado da Bahia, teve como objetivo identificar os padrões alimentares destas crianças através de visitas domiciliares as mães ou responsáveis. Utilizou-se no estudo o Recordatório de 24h para analisar o padrão alimentar dessa faixa etária e formulário padronizado para investigar questões sobre condições socioeconômicas e demográficas. Foi aplicado o método de análise de componentes principais dos grupos alimentares consumidos, para posterior avaliação estatística. Este estudo alerta sobre uma monotonia na alimentação de crianças menores de 24 meses, um padrão predominante de leite e derivados, farinhas e açúcares. A partir dos 24 meses observou-se o consumo de açúcares, leite de vaca e derivados, farinhas, com uma dieta predominante láctea, com baixo consumo de frutas, legumes e tubérculos. Apesar de o estudo utilizar um método pontual para analisar o padrão alimentar, o número significativo de crianças inclusas nos permite refletir sobre a necessidade de intervenção nutricional para melhoria dos hábitos alimentares na infância. <sup>(13)</sup>

A literatura ao abordar a alimentação/nutrição infantil evidencia que o comportamento alimentar na infância é marcado de forma mais significativa pela família na qual a criança está inserida e posteriormente por outras interações sociais, psicológicas e culturais vivenciadas por ela. (4,11)

## **NEOFOBIA ALIMENTAR E OS FATORES QUE CONTRIBUEM PARA SUA FORMAÇÃO**

A neofobia alimentar é definida como um traço de personalidade caracterizada pela falta de vontade em experimentar novos alimentos, a recusa/tendência para rejeitar novos alimentos. O medo de experimentar novos alimentos leva à rejeição dos mesmos e a uma restrição da variedade. (14,1)

A partir do momento em que a dieta alimentar das crianças deixa de ser constituída apenas por líquidos e passa a incluir alimentos sólidos, inicia-se o processo de transição para a dieta alimentar da família, onde as preferências alimentares influenciam o consumo de alimentos. É a partir daqui que se pode manifestar a predisposição a respostas neofóbicas. (3,4,16)

A família e/ou cuidadores se tornam protagonistas no desenvolvimento de um possível comportamento neofóbico na infância, uma vez que, há estudos que relacionam a exposição à diversidade alimentar com níveis mais baixos de neofobia. (17,18)

Desta forma, a criança pode apresentar certa relutância em ingerir alimentos novos, e sua história de vida pode apresentar diversas variáveis que influenciam esse comportamento. No entanto, a resposta neofóbica não é estática, havendo uma tendência de diminuir com o avanço da idade. (3,15)

As consequências da ingestão podem gerar reações de aversão e um comportamento neofóbico a determinados alimentos. Sendo a alimentação, também relacionada com as emoções e sensações que ela proporciona, apresentando-se como um ato de convívio social, no qual os alimentos possuem uma representação psicológica muito individual, a partir do contato da criança com o alimento. (3,4,19)

Estas relações podem vir a ter experiências positivas após a ingestão dos alimentos, como por exemplo, os sinais de prazer gerados pelo sentimento de saciedade e o sabor agradável dos alimentos ou, experiências negativas como o sabor desagradável dos alimentos, sentir náuseas. Pois, à medida que os alimentos são ingeridos, se criam associações repetidas de sensações positivas ou negativas. Quando há associações positivas ocorre à consolidação/aprendizagem de preferências por esses alimentos, assim como se houver associações negativas pode resultar na aprendizagem de aversão, na ação de recusa. (3,4,19)

Portanto, verifica-se da mesma forma que as sensações, o ambiente emocional pode contribuir com a neofobia alimentar durante o momento das refeições, pois quando a criança compartilha o momento da refeição com os pais e pode-se encontrar um ambiente emocional positivo ou negativo, onde estes meios podem interferir no comportamento alimentar da criança. Se o ambiente emocional durante a refeição familiar for positivo, pode aumentar a probabilidade para preferir os alimentos que

se encontram disponível, assim como se o ambiente emocional for negativo, pode aumentar a aversão da criança pelos alimentos consumidos. (4,11,19)

## **IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PARA FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES QUE VISEM UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E VARIADA**

Uma vez que é na infância que o hábito alimentar se forma, é necessário compreender seus fatores determinantes, para que assim seja possível realizar processos educativos efetivos para a mudança e adequação no padrão alimentar da criança. (3,20)

O contexto social possui um importante papel no desenvolvimento do padrão alimentar das crianças e na formação das suas preferências, pois influencia as experiências e práticas alimentares. Os padrões alimentares na infância se desenvolvem pelo processo de aprendizagem que evolui e é diretamente influenciado por fatores internos e externos ao organismo e que interagem entre si. (21, 22,23)

Há algum tempo já é possível ratificar através de estudos como o de Beauchamp e Moran<sup>24</sup> e Sullivan e Birch<sup>25</sup> a predisposição genética pela preferência ao sabor doce, estes constataram, portanto que, esta preferência pode ser alterada através da experiência com os alimentos. Estudos mais recentes realizados por Keskitalo et. al. <sup>26</sup> mostram que há uma contribuição genética para o sabor agradável de uma solução doce, mas o grau de apreciação por alimentos doces pode variar individualmente. Esses estudos permitem ratificar a necessidade e importância da educação nutricional precoce, onde a criança possa ser exposta à variedade de alimentos. (24,25,26)

A formação dos padrões alimentares da criança depende principalmente da orientação aos pais e responsáveis, que devem atentar e valorizar a relevância de se consumir alimentos saudáveis e também oferecer esses alimentos às crianças. A orientação de diretrizes alimentares às crianças não será efetiva se a família não der bom exemplo, pois, se a criança é habituada a sentar-se à mesa com a família e observa que todos consomem frutas, legumes e verduras, terá grande probabilidade de adquirir bons hábitos alimentares, é o aprendizado por imitação. (4,27,28)

A aprendizagem pela experimentação tem papel central no desenvolvimento da conduta alimentar da criança e pode ser influenciada pela sugestão sensorial proporcionada pela exposição aos alimentos. A aprendizagem do hábito alimentar depende da oportunidade da criança para se relacionar com os alimentos. (4,28)

Estudo epidemiológico descritivo observacional pareado, realizado com 20 crianças pré-escolares em um Centro Educacional do Sul de Minas, propôs uma intervenção de educação nutricional através de estratégias lúdicas. A coleta de dados, através de análise quantitativa e qualitativa da ingestão, que utilizou o programa de Apoio da Escola Paulista de Medicina e as *Dietary Reference Intakes* (DRIs), ocorreu em dois momentos, antes e após intervenção. As análises estatísticas, além do método de observação, encontraram contribuições significativas de consumo

alimentar de nutrientes como proteína, minerais e ácidos graxos monoinsaturados, observando uma tendência à adequação de nutrientes necessários, além da melhora na relação da criança com o alimento. <sup>(29)</sup>

Estudos nos permitem ratificar que o nível de neofobia alimentar que a criança apresenta interfere na qualidade dos alimentos que esta experimenta, pois o nível de neofobia é maior em grupos alimentares como frutas e vegetais, e de menor relevância em alimentos do grupo de açúcares e gorduras. <sup>(29,30)</sup>

Tal situação foi identificada em um estudo realizado com 242 escolares, na cidade de Murcia, na Espanha, com a aplicação de questionários com 28 grupos de alimentos, entre eles, alimentos do grupo de industrializados, carnes, frutas, legumes e verduras, para registro de preferência em uma escala de sete possibilidades entre muito desagradável e muito agradável. Foi avaliada também, através de escala hedônica, a aceitação de alimentos servidos na escola. Somada ao método de questionário, aplicado no ambiente escolar, foi utilizada uma escala validada recentemente pela população adulta na Espanha para avaliar neofobia alimentar, sendo está respondida pelos pais e/ou cuidadores destas crianças. Observou-se por fim uma prevalência de neofobia de 16,1%, enquanto 66,5% dos participantes foram incluídos no grupo de nível médio de neofobia; identificou um maior percentual de neofobia em alimentos como frutas, legumes e verduras. <sup>(31)</sup>

As crenças e conhecimentos sobre alimentação dos pais influenciam as práticas alimentares e o padrão alimentar das crianças. Tendo em vista que os pais, principalmente as mães, são o principal elemento formador do comportamento alimentar da família é importante que estes cuidadores sejam capazes de fazer um reconhecimento adequado sobre a qualidade da alimentação dos filhos. <sup>(4, 5,11)</sup>

Estudo transversal, observacional em Minas Gerais (região Alto do Jequitinhonha) avaliou 450 crianças de até 24 meses, por meio de Recordatório de 24h e questões sobre aleitamento materno, hábitos alimentares e aspectos socioeconômicos, respondido pelas mães e responsáveis pelas crianças. Verificou-se que na alimentação complementar os alimentos como arroz, feijão, carnes e frutas são pouco ofertados, pois os pais têm receio de oferecer alimentos semissólidos e sólidos, dando preferência a alimentos pastosos/diluídos como sopas. <sup>(8)</sup>

Desta forma, é possível compreender a importância da educação nutricional, caracterizada por uma estratégia de ação da educação em saúde de acordo com o público-alvo, onde conhecimentos e experiências, tanto do educador como do educando, objetiva tornar os sujeitos autônomos e seguros para realizarem suas escolhas alimentares de forma consciente, a fim de garantir uma alimentação saudável e prazerosa, atendendo as necessidades fisiológicas, sociais e psicológicas. <sup>(33,34)</sup>

A educação nutricional além de educar para que o indivíduo saia de sua condição nutricional insatisfatória, apresenta ainda uma função social de eliminar os desníveis de conhecimentos técnicos e populares existentes, fazendo com que a socialização desses conhecimentos possibilite alterações significativas nas formas de reflexão e ação, sendo um processo no qual se obtém mudanças de

conhecimentos de nutrição, atitudes com relação à alimentação e práticas alimentares, visando à melhoria da saúde pela promoção de hábitos adequados. <sup>(34)</sup>

## **AÇÕES QUE PODEM CONTRIBUIR PARA QUE A CRIANÇA DESENVOLVA UM HÁBITO ALIMENTAR SAUDÁVEL**

A importância de ações para formação de hábitos alimentares que visem uma alimentação saudável e variada se dá logo no início da vida do bebê. Sendo assim, é necessário orientar os pais e familiares sobre o desenvolvimento de todas estas capacidades de formação de hábitos alimentares saudáveis e para o treino da aceitação de alimentos. Estas capacidades são indispensáveis, principalmente no primeiro ano de vida, quando ocorre progressivamente a transição para alimentos mais sólidos e de paladares e texturas diferentes do leite, já habitual; a ausência deste treino poderá comprometer todo o processo de diversificação alimentar e aumentar o risco futuro de dificuldades na alimentação. <sup>(2, 27, 28,35)</sup>

Estudo avaliou 101 crianças, entre cinco e oito meses de vida, atendidas em um Instituto Materno Infantil. Neste analisou-se os fatores que interferem na transição alimentar da criança, através de um estudo descritivo exploratório, com coleta de dados efetuada com questionários, previamente testados, com 69 perguntas voltadas à mãe, a criança, ao ato de oferecer o alimento e ao profissional de saúde. Para análise da dieta oferecida foi utilizada como base às normas do Ministério da Saúde.

O estudo constatou que 79,2% das crianças não tiveram uma transição nutricional adequada e verificou-se que as mães não seguem as orientações que recebem nos serviços de saúde, por motivos de não aceitação da criança (o que leva a resistência da oferta do alimento após a recusa), interferência de familiares, em especial da avó, assim como a comodidade para preparar refeições, como, por exemplo, mingau em relação à alimentação salgada. <sup>(36)</sup>

Uma das estratégias de educação nutricional que pode contribuir com os hábitos alimentares saudáveis e minimizar comportamentos neofóbicos referem-se à exposição à variedade de alimentos. <sup>(17)</sup> Se existir disponibilidade e acessibilidade desses alimentos a criança terá oportunidades de consumir mais vezes, aumentando assim o número de vezes que os ingere e proporcionando então um aumento de aceitação, para que se tornem alimentos familiares para elas. <sup>(17,19)</sup>

Pode-se identificar tal conduta em um estudo que utilizou o método exploratório e holístico, realizado com 62 crianças pré-escolares, quando foi aplicado um trabalho de educação. Para análise foi considerado também os relatos dos pais sobre o comportamento alimentar das crianças em casa. Observou-se, com o estímulo ao consumo de alimentos saudáveis, inicialmente menos aceitos como frutas, legumes e verduras. O uso de atividades lúdicas direcionadas à alimentação saudável e orientação pontual durante a oferta da merenda escolar, exposição à variedade de alimento,

promoção à experimentação de novos alimentos, o que viabilizou a mudança de hábitos alimentares e contribuições significativas para incorporação de práticas alimentares saudáveis. <sup>(12)</sup>

Outra ação importante é o estímulo e exemplo de alimentação saudável por parte de pais e responsáveis, tendo em vista a influência do comportamento alimentar dos mesmos perante a aceitação de novos alimentos pelas crianças; estudos mostram a correlação significativa da neofobia alimentar entre mães e filhos. <sup>(22,28)</sup>

Essa influência foi observada em um estudo descritivo transversal que analisou os hábitos alimentares de 134 crianças pré-escolares de Diamantina – MG. Observou-se uma correlação positiva entre mães e filhos quanto à consequência pós-ingestão, rejeição por sabor, a forma como consumia o alimento (na mesa, ou em frente à TV), preferências e rejeição de textura alimentar. Este estudo nos permite ratificar que o exemplo dado através dos hábitos alimentares e atitudes da mãe em relação ao alimento exercem influência direta no desenvolvimento do comportamento alimentar de seus filhos. <sup>(37)</sup>

É importante também conscientizar os pais e familiares que assim como os adultos, as crianças também desenvolvem preferências alimentares e eventualmente podem não gostar de um determinado alimento. O ideal é oferecer o alimento a criança, de diversas formas de preparo, várias ofertas, mas não se deve forçar a criança a ingerir os alimentos que rejeita, pois isso transformará o momento das refeições em um momento desagradável, prejudicando a ingestão alimentar. <sup>(4,12)</sup>

Um espaço privilegiado e estratégico para ações de intervenção e aprendizagem sobre alimentação é a escola. A adoção de novos comportamentos alimentares pelas crianças resulta em benefício ampliado aos familiares, que poderão repensar seus hábitos devido à influência exercida pela informação trazida do ambiente escolar. <sup>(9,38)</sup>

O resultado de uma ação de intervenção foi verificado em um estudo realizado com alunos entre 11 e 14 anos de uma escola pública do Estado de SP que analisou os reflexos de um programa de Educação Nutricional baseado nas publicações e instrumentos do Ministério da Saúde para o trabalho de educação nutricional nas escolas de Ensino Fundamental. <sup>(39)</sup>

Foi utilizado para coleta de dados um questionário com questões abertas relacionadas à alimentação dentro e fora do ambiente escolar, os quais foram aplicados em três momentos do processo: antes da intervenção, seis meses depois e 14 meses depois, sendo está uma análise realizada de forma qualitativa e quantitativa. Observou-se que após intervenção do programa na escola o consumo de verdura crua foi incorporado aos hábitos alimentares dos estudantes, aumentou o número de alunos que passaram a realizar o café da manhã, houve aumento no consumo de frutas na merenda. Além de melhorias na conduta alimentar, esse estudo destaca a importância do papel da escola em um processo contínuo de educação nutricional e aprendizado de hábitos alimentares saudáveis uma vez que este local possui finalidades educativas e formadoras. <sup>(39)</sup>

Tendo em vista tais ações, compete ao nutricionista em sua prática desenvolver estratégias para impulsionar e promover o conhecimento de uma alimentação saudável, considerando a necessidade de compreender e respeitar, mas também modificar crenças, tabus, associações,

práticas e relações sociais que se estabelecem em torno da alimentação, podendo ser ações direcionadas aos pais e responsáveis, mas também às crianças, de forma ativa e participativa, pois estas poderão vir a ser multiplicadoras dos conhecimentos adquiridos. <sup>(9,40)</sup>

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O comportamento alimentar se desenvolve por diversas relações (sociais, culturais, afetivas e familiares), essa consequência é produto da interação de fatores genéticos e ambientais, resultando, portanto, em consideráveis diferenças individuais. A alimentação faz parte de um processo educativo, e deve ser iniciado logo no início da vida do indivíduo.

Pesquisas sobre a formação de hábitos alimentares na infância são indispensáveis para minimizar comportamentos neofóbicos, pois estes comprometem uma alimentação saudável e variada. Tais pesquisas também são necessárias para o planejamento de ações de educação nutricional, como programas governamentais de intervenção voltados tanto aos pais e/ou cuidadores, quanto às crianças, e até mesmo os educadores.

O comportamento alimentar, incluindo a neofobia, é amplamente discutido na literatura, porém há poucas intervenções com programas para pais e educadores receberem orientação para promover uma alimentação saudável e a aceitação de novos alimentos; e este pode ser um desafio para futuros trabalhos, no sentido de desenvolver ações efetivas para melhorar o padrão alimentar das crianças, contribuindo assim diretamente com a promoção da saúde.

## REFERÊNCIAS

Sarmiento MJ, Marchi RC. Radicalização da infância na segunda modernidade: Para uma Sociologia da Infância crítica. **[Configurações Online]**. 4: 91 - 113. 2008. [acesso em 7 dez. 2024]. Disponível em: <http://configuracoes.revues.org/498>.

Cozzolino SMF, Cominetti C. Bases bioquímicas e fisiológicas da nutrição: nas diferentes fases da vida, na saúde e na doença. In: Pires LV, Hashimoto LL, Alencar LL, Cozzolino SMF. Alimentação nos primeiros anos de vida. Barueri: Manole; 2013.p. 644-673.

Philippi ST, Cruz ATR, Colucci ACA. Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos. Revista de Nutrição. [online]. 2003; 16 (1): 5-19.

Filipe A. Neofobia alimentar e hábitos alimentares em crianças pré-escolares e conhecimentos nutricionais parentais. Lisboa. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica: Núcleo de Psicologia da Saúde e da Doença. Universidade de Lisboa; 2011; 1-50.

Romanelli G. O significado da alimentação na família: uma visão antropológica. Medicina Simpósio: Transtornos alimentares - anorexia e bulimia nervosas. 2006. [acesso em 15 dez. 2024]. Disponível em: [http://www.fmrp.usp.br/revista/2006/vol39n3/3\\_o\\_significado\\_alimentacao\\_na\\_familia.pdf](http://www.fmrp.usp.br/revista/2006/vol39n3/3_o_significado_alimentacao_na_familia.pdf).

Philippi ST. Pirâmide dos alimentos: fundamentos básicos da nutrição. Barueri: Manole; 2008;1-29.

Cuppari L. Guia de nutrição: Nutrição Clínica no adulto. In: Fisberg RM, Villar BS, Colucci ACA, Philippi ST. Alimentação Equilibrada na promoção da Saúde. Barueri, SP: Manole; 2005. p. 63-70.

Silveira FJF, Lamounier JA. Prevalência do aleitamento materno e práticas de alimentação complementar em crianças com até 24 meses de idade na região do Alto Jequitinhonha, Minas Gerais. Revista de Nutrição. [online]. 2004, vol.17, n.4, pp. 437-447. [acesso em 19 ago. 2024]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rn/v17n4/22892.pdf>.

Sousa PMO. Alimentação do Pré- Escolar e Escolar e as estratégias de Educação Nutricional. Brasília. Monografia: Curso de Especialização em Qualidade em Alimentos. Orientadora: Fabiana Nalon. Universidade de Brasília; 2006. [acesso em 5 jun. 2014]. Disponível em: [http://bdm.unb.br/bitstream/10483/477/1/2006\\_PriscillaMariaOliveiraSousa.pdf](http://bdm.unb.br/bitstream/10483/477/1/2006_PriscillaMariaOliveiraSousa.pdf).

Franco FA, Brasileiro AA, Lobo LMC. Comportamento Alimentar de Crianças com Idade entre 6 e 59 Meses.[Artigo online]. 2012. [acesso em 1 abr. 2024]. Disponível em: <http://revistas.pucgoias.edu.br/index.php/estudos/article/view/2669/1631>.

Viveiros C. Estudo do comportamento alimentar, preferências alimentares e neofobia alimentar em crianças pré-escolares e da eficácia de um programa de promoção de comportamentos alimentares saudáveis em contexto escolar: um estudo exploratório. Lisboa. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde. Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. 2012. Disponível em: [http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/8063/1/ulfpie043049\\_tm.pdf](http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/8063/1/ulfpie043049_tm.pdf)

Oliveira MN, Sampaio MT, Costa EA. Educação nutricional de pré-escolares – Um Estudo de caso. *Oikos: Revista Brasileira de Economia Doméstica*. 2014; 25(1): 93-113.

Matos SMA, Rodrigues MLBLC, Oliveira VA, Oliveira LPM, D’Innocenzo S, et al. Padrões alimentares de crianças menores de cinco anos de idade residentes na capital e em municípios da Bahia, Brasil, 1996 e 1999/2000. *Caderno de Saúde Pública*. 2014; 30(1):44-54.

Birch L L. Development of food acceptance patterns in the first years of life. *Proceedings of the Nutrition Society*. 1998; 57: 617-624 [acesso 10 set. 2024]. Disponível em: [http://journals.cambridge.org/download.php?file=%2FPNS%2FPNS57\\_04%2FS0029665198000937a.pdf&code=aab72bc644515ea10efbe7a12d05dd39](http://journals.cambridge.org/download.php?file=%2FPNS%2FPNS57_04%2FS0029665198000937a.pdf&code=aab72bc644515ea10efbe7a12d05dd39).

Viana V, Santos P, Guimarães M. Comportamentos e Hábitos Alimentares em Crianças e Jovens: Uma Revisão da Literatura. In: *Psicologia, Saúde & Doenças*. 2008; 9 (2): 209-231.

Lopes FA, Cabral JSP, Spinelli LHP, Cervenka L, Yamamoto ME, Branco RC, et. al. Comer ou não comer, eis a questão: diferenças de gênero na neofobia alimentar. *Psico-USF*. 2006; 11(1):123-125. [acesso em 1 abr. 2024]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/psuf/v11n1/v11n1a14.pdf>.

Birch, LL, Fisher JO. Development of Eating Behaviors Among Children and Adolescents. *Pediatrics*; 1998. 101: 539-549. [acesso em 10 nov. 2024]. Disponível em: [http://pediatrics.aappublications.org/content/101/Supplement\\_2/539.full.pdf+html](http://pediatrics.aappublications.org/content/101/Supplement_2/539.full.pdf+html).

Flight I, Leppard P, Cox D. N. Food neophobia and associations with cultural diversity and socio-economic status amongst rural and urban Australian adolescents. *Appetite*. 2003; 41: 51-59. [acesso em 20 nov. 2024]. Disponível em: [http://ernaehrungsdenkwerkstatt.de/fileadmin/user\\_upload/EDWText/TextElemente/Lebensmittel/Se nsorik-Geschmack\\_01/neophobia\\_Australia\\_SES\\_appetite\\_41\\_1\\_2003.pdf](http://ernaehrungsdenkwerkstatt.de/fileadmin/user_upload/EDWText/TextElemente/Lebensmittel/Se nsorik-Geschmack_01/neophobia_Australia_SES_appetite_41_1_2003.pdf)

Benton D. Role of Parents in the Determination of the Food Preferences of Children and the Development of Obesity. In: International Journal of Obesity. 2004; 28:858-869. [acesso em 1 abr. 2024]. Disponível <http://www.nature.com/ijo/journal/v28/n7/pdf/0802532a.pdf>

Pinezi GF, Abourihan CLS. Formação e Desenvolvimento de Hábitos Alimentares na Pré-Escola. Paraná: Artigo Original Unibrasil; p.1-13. [acesso em 20 nov. 2024]. Disponível em: [http://www.unibrasil.com.br/pdf/nutricao/2011-2/7\\_tcc.pdf](http://www.unibrasil.com.br/pdf/nutricao/2011-2/7_tcc.pdf).

Birch LL. Development of food acceptance patterns in the first years of life. Proceedings of the Nutrition Society, 1998; 57:617-624 [acesso em 30 nov. 2024]. Disponível em: [http://journals.cambridge.org/download.php?file=%2FPNS%2FPNS57\\_04%2FS0029665198000937a.pdf&code=aab72bc644515ea10efbe7a12d05dd39](http://journals.cambridge.org/download.php?file=%2FPNS%2FPNS57_04%2FS0029665198000937a.pdf&code=aab72bc644515ea10efbe7a12d05dd39).

Coulthard H, Blisset J, Harris G. The relationship between parental eating problems and children's feeding behavior: A selective review of the literature. Eating behaviors, 2004; 5(2),103-115.

Ramos M, Stein LM. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. Jornal de Pediatria. 2000; 76 (Supl3): S229 – S23.

Beauchamp K, Cowart J, Moran M. Developmental changes in salt acceptability in human infants. In: Developmental Psychobiology. 1986; 19: 17-25 [acesso em 10 set. 2024]. Disponível em: [http://www.readcube.com/articles/10.1002%2Fdev.420190103?r3\\_referer=wol&tracking\\_action=preview\\_click&show\\_checkout=1](http://www.readcube.com/articles/10.1002%2Fdev.420190103?r3_referer=wol&tracking_action=preview_click&show_checkout=1).

Sullivan SA, Birch LL. Pass the sugar, pass the salt: experience dictates preference. Develop Psych 1990; 26:546-51.

Keskitalo K, Knaapila A, Kallela M, Palotie A, Wessman M, Sammalisto S, et al. Sweet taste preferences are partly genetically determined: identification of a trait locus on chromosome 16. Am J Clin Nutr 2007; 86(1):55-63. [acesso em 15 dez. 2024]. Disponível em: <http://ajcn.nutrition.org/content/86/1/55.full.pdf>

Guerra A, Rêgo C, Silva D, Ferreira GC, Mansilha H,

Antunes H, et. al. Alimentação e nutrição do lactente. *Acta Pediátrica Portuguesa: Revista de medicina da criança e do adolescente*. 2012; 43 (Supl. 2): 17- 40. [acesso em 10 nov. 2024]. Disponível em: <http://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/65752/2/6856.pdf>

Almeida ATMS. O treino do paladar: marcadores precoces de uma alimentação saudável para a vida: Monografia: Training taste: early markers of healthy eating for life. Porto, 2010 – Universidade do Porto. Orientado por: Prof. Doutora Carla Rêgo. [acesso em 1 dez. 2024]. Disponível em: <http://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/54777/3/137771011T>

CD11.pdf

Souza SC, Cunha DC, Bissoli MC. Avaliação de intervenção nutricional para pré-escolares de um centro educacional em um município do sul de Minas Gerais. *Revista Ciências em Saúde*. 2012; 2(1):1-8.

Cooke L, Wardle J, Gibson, E L. Relationship between parental report of food neophobia and everyday food consumption in 2-6-year-old children appetite. 2003; 41:205-206. [acesso em 1 dez. 2024]. Disponível em: [http://ernaehrungsdenkwerkstatt.de/fileadmin/user\\_upload/EDWText/TextElemente/Ernaehrungspsychologie/Neophobia\\_Cooke\\_41\\_205.pdf](http://ernaehrungsdenkwerkstatt.de/fileadmin/user_upload/EDWText/TextElemente/Ernaehrungspsychologie/Neophobia_Cooke_41_205.pdf)

Tadeo AR, Villena BP, Romero RU, Gaytán MEV, Caston MJP, et. al. Neofobia alimentaria: impacto sobre los hábitos alimentarios y aceptación de alimentos saludables en usuarios de comedores escolares. *Nutricion Hospitalaria*. 2015;31:260-268.

Russel CG, Worsley A. A population-based study of preschoolers food neophobia and its associations with food preferences. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. 2008; 40(1):11-19. [acesso em 10 nov. 2024] Disponível em: <http://info.journalsconsult.com/about-us>

Manco AM, Costa FNA. Educação nutricional: caminhos possíveis. *Alimentação Nutricional, Araraquara*. 2004; 15(2): 145-153.

Camossa ACA, et al. Educação nutricional: uma área em desenvolvimento. Alimentos e Nutrição, Araraquara. 2005; 16(4):349-354. [acesso em 10 nov. 2024]. Disponível em: <http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/viewFile/494/457>.

Northstone K, Emmett P, Nethersole F. The effect of age introduction to lumpy solids on foods eaten and reported feeding difficulties at 6 and 15 months. J Hum Nutr. Diet 2001 ; 14: 43–54. [artigo online]. Disponível em: [http://www.readcube.com/articles/10.1046%2Fj.1365-277x.2001.00264.x?r3\\_referer=wol&tracking\\_action=preview\\_click&show\\_checkout=1](http://www.readcube.com/articles/10.1046%2Fj.1365-277x.2001.00264.x?r3_referer=wol&tracking_action=preview_click&show_checkout=1).

Santos CS, Lima LS, Javorski M. Fatores que interferem na transição alimentar de crianças entre cinco e oito meses: investigação em Serviço de Puericultura do Recife, Brasil. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil 2007; 7:373-80.

Oliveira AS, Silva VAP, Alves JJ, Fagundes D, Pires ISC, Miranda LS. Hábitos Alimentares de pré-escolares: A influência das mães e da amamentação. Alimentos e Nutrição Araraquara. 2012;23(3):386-377.

Boog MCF. Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural. Rev. Nutr., Campinas. 2010; 23(6): 1005-1017. nov./dez. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rn/v23n6/07.pdf>.

Zancul MS, Valeta LN. Educação nutricional no ensino fundamental: resultados de um estudo de intervenção. Nutrire. 2009;34(3):125-40.

Santos LAS. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. Revista de Nutrição [online]. 2005; 18 (5): 681-692. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rn/v18n5/a11v18n5.pdf>.