

PERCEPÇÃO DE RESPONSÁVEIS SOBRE ALIMENTAÇÃO INFANTIL: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM AMBULATÓRIO PEDIÁTRICO DE REFERÊNCIA DA REGIÃO NORTE

Aldair Baia Farias 1; Alessandra dos Santos da Silva 2; Bianca Ferreira Damasceno 3; Brenda Moreira Guimarães 4; Edilza Costa dos Santos 5; Gabryella Silva Quintela 6; Jeissica Luany dos Anjos Seabra 7; Laiana Neves Cordeiro Cavalcanti 8; Tayse Maria Silva de Oliveira 9; Paula Maia Maciel 10; Kamilly dos Santos Besteiro; Kellen Freitas Silva de Almeida 12

aldairfarias287@gmail.com

Área Temática: Temas livres em Nutrição

RESUMO

Introdução: A alimentação infantil é fortemente influenciada pelo ambiente familiar, especialmente pelas práticas e percepção dos pais ou responsáveis. No entanto, nem sempre a percepção sobre a qualidade da alimentação das crianças corresponde ao padrão alimentar observado, principalmente diante do aumento do consumo dos alimentos ultraprocessados.

Objetivo: Relatar a experiência de ações de educação alimentar nutricional realizada em um ambulatório pediátrico, analisando a percepção dos pais e responsáveis sobre a alimentação infantil. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo desenvolvido durante ações de projeto de extensão universitária realizado em ambulatório pediátrico, entre outubro e dezembro de 2025. Durante as atividades educativas, 48 pais e/ou responsáveis responderam um questionário estruturado, adaptado dos Marcadores do Consumo Alimentar, Investigando o consumo do dia anterior e por fim a percepção dos pais ou responsáveis.

Resultados e Discussão: A maioria dos responsáveis (60,2%) classificou a alimentação das crianças como adequada. Entretanto, observou-se consumo frequente bebidas adoçadas e doces, além disso, pode-se analisar o consumo de biscoitos recheados e doces, bem como o consumo de embutidos e hambúrgueres indicando a presença significativa de alimentos ultraprocessados e baixa ingestão de alimentos in natura. **Conclusão:** Evidenciou-se discrepância entre percepção dos pais e responsáveis e o consumo alimentar relatado, reforçando a importância de ações de educação alimentar e nutricional voltadas às famílias para a promoção de hábitos alimentares saudáveis.

Palavras chaves: Crianças; Alimentação; percepção.

INTRODUÇÃO

A infância é uma fase essencial para a formação de hábitos alimentares, os quais podem influenciar o estado de saúde ao longo de toda a vida. Nesse contexto, o ambiente familiar exerce papel central, uma vez que os pais ou responsáveis influenciam diretamente a oferta de alimentos, as preferências alimentares e o comportamento alimentar das crianças. Segundo Soares *et al.*, (2021), evidências recentes apontam que práticas parentais, disponibilidade de

alimentos no domicílio e a organização das refeições familiares estão fortemente associadas ao padrão alimentar infantil e ao desenvolvimento de comportamentos alimentares saudáveis ou inadequados.

Nas últimas décadas, tem-se observado mudanças importantes no padrão alimentar de crianças, caracterizadas pelo aumento do consumo de alimentos ultraprocessados e pela redução da ingestão de alimentos in natura ou minimamente processados. Nessa perspectiva, estudos realizados no Brasil demonstram elevada participação desses produtos na alimentação infantil, incluindo bebidas adoçadas, biscoitos e produtos industrializados, os quais apresentam perfil nutricional desfavorável e podem contribuir para o desenvolvimento de excesso de peso e outras alterações nutricionais (Anastácio *et al.*, 2020; Spaniol *et al.*, 2020).

Além disso, a introdução precoce e o consumo de alimentos ultraprocessados têm sido associado a diversos desfechos negativos à saúde infantil. Esses alimentos, caracterizados por sua alta industrialização e baixo valor nutricional, tornaram-se amplamente disponíveis e atrativos, especialmente entre populações de menor renda, devido à sua conveniência e baixo custo (Martins *et al.*, 2021). Nesse cenário, compreender a percepção dos pais ou responsáveis sobre a alimentação das crianças é fundamental, uma vez que pode influenciar diretamente as práticas alimentares adotadas no ambiente familiar e, conseqüentemente, o padrão alimentar.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo, elaborado a partir das atividades desenvolvidas em um projeto de extensão universitária vinculado à Pró-reitoria de Extensão (PROEX) da Universidade Federal do Pará. As ações foram realizadas no Centro de Atenção à Saúde da Mulher e da Criança (CASMUC), no município de Belém do Pará, no período de outubro a dezembro de 2025.

As atividades consistiram na realização de ações de educação alimentar e nutricional voltadas a pais e responsáveis por crianças e adolescentes atendidos no ambulatório pediátrico da instituição, incluindo palestras educativas e momentos de orientação nutricional.

Como parte da dinâmica das atividades educativas foi feita coleta de dados por meio de questionários estruturados aplicados previamente às palestras educativas, com objetivo de evitar viés de resposta decorrentes das orientações fornecidas. Foi utilizado o instrumento adaptado dos Marcadores do Consumo Alimentar do Sistema Alimentar e Nutricional (SISVAN), contemplando perguntas sobre o consumo alimentar do dia anterior, realização das refeições principais, consumo de feijão, frutas e hortaliças, ingestão de alimentos ultraprocessados e o hábito de realizar refeições em frente a telas.

Ao todo, 48 responsáveis participaram voluntariamente das atividades, respondendo ao instrumento antes das palestras educativas, com intuito de evitar influência das orientações fornecidas durante a ação.

Além disso, também foi avaliada a percepção dos responsáveis quanto à adequação da alimentação da criança ou adolescente, por meio de perguntas direta com opção de respostas categorizadas como “adequada”, “ inadequada” ou “ não sabe informar”.

Para fins deste relato de experiência, as informações foram analisadas de forma descritiva e apresentadas de maneira agregada, sendo utilizadas apenas para ilustrar o contexto das ações do projeto.

Por se tratar de relato de experiência oriundo de atividade de extensão universitária, sem identificação dos participantes e com dados de forma anonimizada, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, conforme a Resolução no 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quanto a percepção dos responsáveis 60,2% avaliaram a alimentação da criança como adequada 33,33% consideraram inadequada e 6,25% não souberam responder, entretanto, a análise do consumo alimentar revelou baixa ingestão de alimentos marcadores de alimentação saudável, demonstrando possível divergência entre a percepção familiar e os achados do consumo alimentar.

Ademais, as respostas relacionadas ao consumo alimentar indicam baixa ingestão de frutas, verduras e feijão, além do consumo frequente de alimentos ultraprocessados. No tocante ao consumo de alimentos ultraprocessados, observou-se que 31,25% das crianças consumiram hambúrgueres e/ou embutidos no dia anterior. Além disso, 66,67% ingeriram bebidas adoçadas, 33,34% consumiram salgadinhos e/ou macarrão instantâneo e 41,66% relataram o consumo de biscoitos recheados, doces ou guloseimas, evidenciando a presença significativa desses produtos na alimentação infantil, em desacordo com as recomendações do Guia Alimentar Para a população brasileira.

Dados extraídos do SISVAN em 2020, mostram que o padrão da alimentação de crianças brasileiras ainda é baseado na tradicional e saudável mistura do arroz e feijão, entretanto, já apresenta uma participação significativa de alimentos não saudáveis em contrapartida ao consumo insuficiente de frutas, legumes e verduras (Paula *et al.*, 2024).

O desinteresse pela alimentação saudável e o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, cada vez mais precoce, deve ser o foco para orientação alimentar dos

profissionais de saúde direcionada aos familiares e responsáveis desde cedo (Brasil, 2022).

A formação do padrão alimentar é complexa: envolve vários fatores ambientais, nutricionais, psicológicos, sociais e culturais e não se restringe aos padrões de consumo, mas abrange tudo, desde a escolha e compra até o preparo dos alimentos e o ato de comer (Silva *et al.*, 2021)

Durante as atividades educativas, observou-se que os responsáveis tendem a associar uma alimentação de qualidade à ausência de queixas clínicas imediatas ou a aceitação alimentar da criança, desconsiderando aspectos fundamentais como diversidade alimentar, equilíbrio nutricional e grau de processamento dos alimentos.

Ademais, é importante mencionar que os hábitos alimentares dos próprios responsáveis desempenham um papel determinante na formação dos padrões alimentares das crianças e, concomitantemente, em seu estado nutricional. A literatura evidencia que as práticas e escolhas parentais influencia diretamente o comportamento alimentar infantil, seja por meio do exemplo, da disponibilidade de alimentos no domicílio ou da organização da refeição em família. Assim, a discrepância observada entre a percepção positiva dos responsáveis e o consumo alimentar efetivamente relatado pode estar relacionado à reprodução de padrões alimentares já naturalizados no ambiente familiar.

Alguns estudos reforçam essa associação, a pesquisa conduzida por Vespsalainen *et al.* (2015) demonstrou que criança cujos pais apresentavam maior consumo de frutas, vegetais integrais eram mais propensas a adotar padrões alimentares semelhantes, refletindo a influência do ambiente doméstico sobre as escolhas alimentares. Da mesma forma, o estudo realizado por Silva *et al.*, 2021, ambiente familiar estruturado com hábitos mais saudáveis tendem a ingerir alimentos de forma mais controlada.

Esses achados corroboram os resultados observados neste estudo, sugerindo que a percepção distorcida da qualidade nutricional infantil pode estar relacionada à normalização de práticas alimentares inadequadas dentro do núcleo familiar. Dessa forma, intervenções educativas devem considerar não apenas a criação como foco das orientações, mas todo o contexto familiar incentivando mudanças coletivas.

CONCLUSÃO

A experiência evidenciou uma discrepância entre a percepção dos responsáveis e o consumo alimentar relatado das crianças e adolescentes. Embora a maioria dos responsáveis tenha classificado a alimentação como adequada, foi identificado o consumo frequente de

alimentos ultraprocessados e baixa ingestão de alimentos considerados marcadores da alimentação saudável.

Esses achados reforçam a importância de ações de educação alimentar e nutricional em serviços de saúde, direcionados não apenas às crianças, mas também aos seus responsáveis, visando ampliar o conhecimento sobre práticas alimentares saudáveis e promover mudanças no ambiente familiar.

Sugere-se que pesquisas futuras utilizem delineamento analíticos, amostras mais amplas e avaliação do consumo em períodos mais longos, além de investigar fatores socioculturais relacionados à percepção parental, visando fortalecer estratégias de educação alimentar e nutricional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANASTÁCIO, C.O.A, et al. Perfil de alimentos ultraprocessados consumo por crianças no Rio de Janeiro, Revista de saúde pública, v. 54, n. 3, p. 89, 2020.
- BRASIL. Instrutivo para o cuidado da criança e do adolescente com sobrepeso e obesidade no âmbito da Atenção Primária à Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2022a. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/instrutivo_crianca_adolescente.pdf. Acesso em: 02 fev. 2026
- BRASIL. Ministério da saúde. Secretaria de Atenção Primária à saúde. Departamento de Prevenção e Atenção à Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2 ed. Brasília: Ministério da saúde, 2014, 152 p.
- PAULA, I, T, V,M *et al.* Relação Entre A Percepção Dos Hábitos Alimentares Familiares Sobre O Estado Nutricional Infantil: Uma Revisão, **Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia**, v. 5, n.6, p. 1-16, 2024
- SOARES, M,M, et al. A prevalência do consumo de alimentos processados e ultraprocessados em crianças brasileiras (6-24 meses) está associada ao consumo materno e às práticas de aleitamento materno, **International Journal of food Science and nutrition**. 72, p. 978-988, 2021.
- SPANIOL, A. M. *et al.* Consumo precoce de alimentos ultraprocessados entre crianças menores de 2 anos no Brasil. **Public health nutrition**, v. 24, n. 11, p. 3341-3351, 2021.
- SILVA, C. et al. Influência dos Pais sobre o Hábito Alimentar na Infância: Revisão Integrativa. Enciclopédia Biosfera, **Centro Científico Conhecer**, v.18 n.37; p. 286 2021
- MARTINS, A. P. B. Obesidade infantil e alimentos ultraprocessados: uma revisão sistemática. **Jornal de Pediatria**, v. 97, n. 4, p. 405-411, 2021.
- VEPSÄLÄINEN, Henna *et al.* Association between home and school food environments and dietary patterns among 9-11-year-old children in 12 countries. **International Journal of Obesity Supplements**, v.5, Suppl.2, p.66-73, 2015