

ASPECTOS QUE INFLUENCIAM A SELETIVA ALIMENTAR EM CRIANÇAS NA FASE PRÉ-ESCOLAR

ASPECTS THAT INFLUENCE FOOD SELECTION IN PRESCHOOL CHILDREN

Lorena Dana de Abreu¹
Luana Guimarães da Silva²
Mariana Eloy de Amorim³
Bianca Resende Campos Silveira⁴
Cibele Aparecida Santos Nakao⁵
Marcela Augusta Rodrigues Guimarães⁶

RESUMO: **Introdução:** A seletividade alimentar na fase pré-escolar é comum em crianças, podendo resultar em uma ingestão inadequada de nutrientes essenciais para o crescimento e desenvolvimento infantil. **Objetivo:** o objetivo do presente trabalho baseou-se em identificar as causas e consequências da seletividade alimentar e possíveis intervenções. **Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa exploratória, do tipo revisão integrativa, de abordagem quantitativa, foram realizadas buscas bibliográficas eletrônicas nas seguintes bases de informatizados nacionais e internacionais: Lilacs, Medline, Science, Direct e Scielo. A elaboração da pergunta e da estratégia adotada neste estudo seguiu o modelo Population, Intervention, Comparison, Outcome (PICO). **Resultados:** Identificou-se as seguintes causas para seletividade alimentar: causas orgânicas, comportamentais dietéticas, disfunção sensorial e identificadas quatro intervenções descritas no quadro 2. **Conclusão:** O nutricionista é de extrema importância quando se refere a seletividade alimentar, pois através de métodos que remetem a educação nutricional unido ao apoio familiar, a criança tem uma significativa melhora no que tange a temática abordada.

4451

Palavras-chave: Seletividade Alimentar. Criança. Alimentação.

¹Discente em Centro Universitário Mauá de Brasília-UniMauá, Lattes: <https://lattes.cnpq.br/5878129178424314>. Orcid <https://orcid.org/0009-0009-5180-1477>.

² Enfermeira, Universidade Federal de Goiás, Mestrando em Gestão Educação e Tecnologia, Universidade Estadual do Goiás - UEG, Professora no departamento de Ciências da Saúde do Centro Universitário Mauá de Brasília. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3029834683554415>. Orcid: 0000-0001-6009-1037.

³ Centro Universitário de Brasília - UNB Doutorado em Ciênc. Florestais - conservação da biodiversidade. Professora no departamento de Ciências da Saúde do Centro Universitário Mauá de Brasília, Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3113309956218250>, Orcid: 0000-0003-0034-4172.

⁴ Universidade de Brasília- UNB, Mestra em Turismo pela Universidade de Brasília. Professora no departamento de Ciências da Saúde do Centro Universitário Mauá de Brasília Lattes:<https://lattes.cnpq.br/6602404910950303>, Orcid:<https://orcid.org/0000-0003-2038-6214>.

⁵ Especialista em Comportamento Alimentar e Terapias Holísticas. Discente do Centro Universitário Mauá de Brasília-UniMauá Lattes <http://lattes.cnpq.br/7980210273785115>, Orcid: <https://orcid.org/0009-0001-7691-690X>.

⁶ Nutricionista, Centro Universitário de Brasília, UniCEUB, Especialista em nutrição em Vigilância Sanitária em Saúde, Instituto Brasileiro de Educação, IBEDF. Professora no departamento de Ciências da Saúde do Centro Universitário Mauá de Brasília Lattes <http://lattes.cnpq.br/5085776597289987>, Orcid <https://orcid.org/0000-0003-0777-2946>.

ABSTRACT: Introduction: Food selectivity in the preschool phase is common in children and can result in an inadequate intake of nutrients essential for child growth and development. **Objective:** the objective of this work was based on identifying the causes and consequences of food selectivity and possible interventions. **Methodology:** This is an exploratory research, of the integrative review type, with a quantitative approach, electronic bibliographic searches were carried out in the following national and international computerized databases: Lilacs, Medline, Science, Direct and Scielo. The elaboration of the question and the strategy adopted in this study followed the Population, Intervention, Comparison, Outcome (PICO) model. **Results:** The following causes for food selectivity were identified: organic causes, dietary behavioral, sensory dysfunction and four interventions were identified, described in table 2. **Conclusion:** The nutritionist is extremely important when it comes to food selectivity, as through methods that refer to nutritional education combined with family support, the child has a significant improvement regarding the topic addressed.

Keywords: Food Selectivity. Child. Food.

RESUMEN: Introducción: La selectividad alimentaria en la fase preescolar es común en los niños y puede resultar en una ingesta inadecuada de nutrientes esenciales para el crecimiento y desarrollo infantil. **Objetivo:** el objetivo de este trabajo se basó en identificar las causas y consecuencias de la selectividad alimentaria y posibles intervenciones. **Metodología:** Se trata de una investigación exploratoria, del tipo revisión integrativa, con enfoque cuantitativo, se realizaron búsquedas bibliográficas electrónicas en las siguientes bases de datos informáticas nacionales e internacionales: Lilacs, Medline, Science, Direct y Scielo. La elaboración de la pregunta y la estrategia adoptada en este estudio siguió el modelo de Población, Intervención, Comparación, Resultado (PICO). **Resultados:** Se identificaron las siguientes causas para la selectividad alimentaria: causas orgánicas, conductuales dietéticas, disfunción sensorial y se identificaron cuatro intervenciones, descritas en la tabla 2. **Conclusión:** El nutricionista es sumamente importante cuando se trata de selectividad alimentaria, ya que a través de métodos que refieren la selectividad alimentaria La educación combinada con el apoyo familiar, el niño tiene una mejora significativa respecto al tema abordado.

4452

Palabras clave: Selectividad alimentaria. Niño. Alimentación.

INTRODUÇÃO

A alimentação é uma necessidade básica e essencial para o desenvolvimento saudável das crianças, principalmente durante a fase pré-escolar. No entanto, é comum observar que muitas crianças nessa idade apresentam uma seletividade alimentar, recusando certos alimentos e preferindo outros. Essa seletividade alimentar pode preocupar pais, cuidadores e profissionais da saúde, uma vez que pode resultar em uma ingestão inadequada de nutrientes essenciais para o crescimento e desenvolvimento infantil. (SCHIRMER et al.,

2015).

O comportamento alimentar infantil é formado a partir dos costumes, crenças e hábitos da família, de modo que as refeições partilhadas no âmbito familiar possuem um papel importante na promoção de uma alimentação saudável e nas escolhas dos alimentos, as quais são adquiridas pelos sistemas de socialização e fatores culturais (ROSSI; MOREIRA; RAUEN 2008; ALVARENGA et al., 2017). Partindo da premissa de que o contexto familiar é de extrema significância na promoção da alimentação, pois é responsável pela disponibilidade do alimento, das práticas alimentares e influenciam o consumo alimentar da criança, de forma que, quando se é desfavorável pode-se promover condições que levem ao desenvolvimento de distúrbios alimentares que, uma vez instalados, poderão permanecer ao longo da vida (OLIVEIRA et al., 2003).

A seletividade alimentar na fase pré-escolar pode ser influenciada por uma série de aspectos, desde fatores fisiológicos até contextos sociais e culturais. (COOKE et al., 2017). Compreender quais são esses aspectos e como eles afetam a seletividade alimentar é fundamental para desenvolver estratégias eficazes que promovam hábitos alimentares saudáveis desde a infância. (GAVAZZA e SILVA, 2019).

O objetivo do estudo baseou-se na elaboração de estratégias de intervenção, pois por se tratar de um comportamento, pode afetar diretamente a saúde da criança e perdurar ao longo dos anos. Além disso, os dados obtidos podem ser de importante contribuição para o entendimento da seletividade alimentar, podendo auxiliar na avaliação das repercussões e entendimento das possíveis consequências nos hábitos alimentares, estado nutricional e qualidade de vida da criança.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa exploratória, do tipo revisão integrativa, de abordagem quantitativa, que reúne e sintetiza os resultados de pesquisas e contribui para a aplicabilidade de estudos significativos para a prática (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010). Para revisão e aquisição de dados necessários, foram realizadas buscas bibliográficas eletrônicas nas seguintes bases de informatizados nacionais e internacionais: Lilacs, Medline, Science, Direct e Scielo. Utilizadas as seguintes palavras combinadas em português e inglês incluídas nos recursos dos Descritores em

Ciências da Saúde-DeCS: Seletividade Alimentar, Criança, Alimentação.

Foram incluídos artigos publicados entre os anos de 2005-2022, serão excluídos os estudos que não se enquadrem nesse tema e que não estejam disponíveis em texto completo ou que sejam duplicados, foram considerados elegíveis estudos publicados em periódicos científicos, desde que sejam em língua portuguesa, inglesa ou espanhola. A elaboração da pergunta e da estratégia adotada neste estudo seguiu o modelo Population, Intervention, Comparison, Outcome (PICO), que em português corresponde a "População, Intervenção, Comparação, Desfecho". Esse modelo é amplamente empregado na Prática Baseada em Evidências (PBE) como diretriz para revisões sistemáticas (SANTOS; PIMENTA; NOBRE, 2007).

Tabela 1 - Descrição da Pergunta de pesquisa a partir da estratégia PICO

P	I	C	O
<i>População</i>	<i>Interesse / investigação</i>	<i>Contexto / Comparação</i>	<i>Resultado</i>
Crianças em idade pré-escolar	Causas da seletividade alimentar	Consequência da seletividade alimentar em crianças em idade pré-escolar	Intervenção eficiente
Pergunta :	Quais as causas e consequências da seletividade alimentar e possíveis intervenções?		

4454

Fonte: Elaborado pelos autores

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Seletividade alimentar

A seletividade alimentar é definida como um comportamento alimentar comum em crianças. As características apresentadas são os quadros de recusa, desinteresse e resistência no que se refere à comida, o que contribui para uma menor diversidade na dieta infantil (Taylor & Emmett, 2019).

Consoante ao Kerzner et al. (2015), a dificuldade alimentar é uma forma de padronizar e abranger as diversas queixas alimentares comuns, como: pouco apetite, recusa

alimentar, desinteresse pelos alimentos, exigência de rituais à mesa, refeições com longo tempo de duração, agitação excessiva, distração, negociações, chantagens e insatisfação materna. Geralmente alimentos como verduras e frutas são os de maior recusa por parte das crianças na fase pré-escolar.

A formação do comportamento alimentar tem início ainda na vida intrauterina e isso pode ser um dos fatores que fazem com que a alimentação materna influencie em nossas escolhas alimentares futuras (Moraes, 2014). Além disso, o comportamento alimentar nesta idade é determinado pela família, pois são encarregados pelas primeiras escolhas de alimentos que esta terá acesso. Ademais, os pais devem ter conhecimento da responsabilidade pela orientação de uma alimentação saudável e o estímulo de atividade física no período da infância de seus filhos (Paiva et al., 2018).

Causas e consequências da seletividade alimentar

Durante o período de seletividade alimentar, é esperado que menos grupos alimentares se façam presentes na dieta, o que resulta em preocupação com relação ao crescimento e desenvolvimento, tendo em vista que deficiências de micronutrientes estão associadas a agravos à saúde na infância. (Taylor & Emmett, 2019).

De acordo com Chao (2018), em seu estudo descritivo transversal, as crianças que apresentam comportamentos de seletividade alimentar tiveram peso, altura e índice de massa corporal 23 (IMC) para idades menores quando comparados a crianças não seletivas. Outrossim, essas crianças apresentavam constipação e frequência de adoecimento, visto que a alimentação de uma criança seletiva é pobre em nutrientes que contribuem para o funcionamento adequado do sistema imunológico, intestino e proporcionam o desenvolvimento adequado para idade.

Os fatores contribuintes para seletividade alimentar na infância são causas orgânicas, comportamentais dietéticas, disfunção sensorial entre outros (Kerzner, 2015). Inúmeras causas podem originar a recusa alimentar, os motivos mais comuns são desmembrados em causa orgânicas e comportamentais, conforme descrito no Quadro 1.

É importante destacar que os pais não devem forçar os filhos a comerem certos alimentos, e sim tentar incluir de outros modos na alimentação, não devem usar os alimentos como moeda de troca, pois reduz o gosto da criança pelo alimento em questão reforçando a preferência pelos alimentos da troca, que são os alimentos menos nutritivos. (Baldasso, et al., 2016). Segundo Buru et al. (2021). No quadro 2 estão descritas algumas intervenções para seletividade alimentar.

Quadro 2 – Intervenções para seletividade alimentar

1. Oferecer alimentos que possuem textura similar aos grupos alimentares listados como preferidos, é uma estratégia positiva para aumentar a diversidade de alimentos consumidos.
2. Estabelecer uma rotina alimentar, com horários, local e utensílios adequados, evitando distrações como brinquedos, telas e punições.
3. Envolver a criança na preparação dos alimentos.
4. Respeitar as preferências alimentares da criança, seus sinais de fome e saciedade.

Fonte: elaborado pelos autores

CONCLUSÕES

Diante do exposto, compreende-se que os comportamentos alimentares da criança resultam de uma complexa rede de fatores determinantes como: aspectos fisiológicos, sensoriais e comportamentais, esses fatores podem não ser negligenciados, deve-se buscar orientação e tratamento com os profissionais de acordo com a investigação das causas. O nutricionista é de extrema importância quando se refere a seletividade alimentar, pois através de métodos que remetem a educação nutricional unido ao apoio familiar, a criança tem uma significativa melhora no que tange à temática abordada.

REFERÊNCIAS

1. ALVARENGA, Marle dos Santos; PHILIPPI, Sonia Tucunduva; SCAGLIUSI, Fernanda Baeza. Intervenções nutricionais em famílias de crianças obesas: ensaio randomizado controlado. *Jornal de Pediatria*, v. 93, n. 3, p. 236-245, 2017.
2. BALDASSO, Loren; et al. (2016). Orientações para os pais: não forçar os filhos a comer, incluir alimentos de outras formas e evitar uso de alimentos como moeda de troca.

3. BURU, Mohamed; et al. (2021). Intervenções para seletividade alimentar na infância: descrição no quadro 2.
4. CHASTIN, Roxana; et al. (2015). Concepção e condutas erradas por parte dos pais: causas comportamentais da seletividade alimentar na infância.
5. CHAO, H. et al. Associations between picky eating and child weight status: a cross-sectional study. *Journal of Food Composition and Analysis*, v. 66, 2018.
6. COOKE, Lucy; ATKIN, Karl; FAINSVINGER, Ronny Line; et al. Texture and taste preferences in the weaning period. *Appetite*, v. 108, p. 119-128, 2017.
7. CUNHA, Maria Cecília. (2022). Tratamento da seletividade alimentar na infância: consequências de carências nutricionais e obesidade.
8. GAVAZZA, Renata Carla Lara; SILVA, Kelly Samara. Alimentação complementar do lactente: estratégias de promoção da alimentação saudável. *Revista Brasileira de Ensino e Pesquisa em Nutrição*, v. 13, n. 2, p. 99-112, 2019.
9. KERZNER, B. et al. Assessment and treatment of selective eating disorders in children. *Pediatrics*, v. 135, n. 2, 2015.
10. MORAES, M.L. Influência da alimentação materna no desenvolvimento do comportamento alimentar da prole. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 14, n. 2, 2014.
11. OLIVEIRA, Lizanka Paola Figueiredo; NOVAES, Juliana Farias de; DOMINGUES, Carla Moreira Massoud; et al. Fatores de risco associados com queixas de comportamento alimentar em escolares. *Jornal de Pediatria*, v. 79, n. 1, p. 43-50, 2003.
12. PAIVA, F.T. et al. Comportamento alimentar e sua influência no desenvolvimento infantil. *Revista de Medicina*, v. 97, n. 3, 2018.
13. PRADO, Ana Paula Soares; et al. (2016). Ações de educ...ação alimentar e nutricional (EAN) na primeira infância: um pequeno início no aprendizado sobre alimentação saudável.
14. ROSSI, Roberta Marques; MOREIRA, Marise Aparecida Soares; RAUEN, Maria Silvia. O familiar como facilitador e/ou dificultador do comportamento alimentar infantil. *Psicologia Teoria e Prática*, v. 10, n. 1, p. 136-151, 2008.
15. SALAHSHORNEZHAD, Narges; et al. (2021). Educação nutricional como conduta preventiva para seletividade alimentar na infância: considerações cognitivas, emocionais e comportamentais.
16. SANTOS, C. M.; PIMENTA, C. A.; NOBRE, M. R. A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. *Rev. Latino-Am. Enfermagem, Ribeirão Preto*, v.15, n.3, p. 508-511, Maio/Jun 2007.

- 17.SCHIRMER, Carmen Lucia Donoso; STOELBEN, Danny Dias; ABOUDIB, Ricardo Albert et al. Category-specific eating behaviours and their association with body composition in prepubertal children enrolled in a weight-loss intervention study. *British Journal of Nutrition*, v. 113, n. 5, p. 825-832, 2015.
- 18.SOUZA, R.; SILVA, E.; CARVALHO, M. Aplicação da revisão integrativa como metodologia de revisão científica. *REME: Rev. Min. Enferm., Minas Gerais*, v.14, n.3, p. 484-489, Jul/Set 2010.
- 19.TAYLOR, C.M.; EMMETT, P.M. Dietary diversity and selective feeding in early childhood: stability and longitudinal associations. *PLoS One*, v. 14, n. 1, 2019.
- 20.XU, Qi; et al. (2017). Reeducação nutricional do binômio mãe/filho: oportunidade mesmo em casos de seletividade alimentar já estabelecida.