

CENTRO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA PAULA SOUZA
ESCOLA TÉCNICA ESTADUAL IRMÃ AGOSTINA
CURSO TÉCNICO EM NUTRIÇÃO E DIETÉTICA

ANÁLISE DE FATORES QUE INTERFEREM NA ALIMENTAÇÃO DE CRIANÇAS
DE 6 A 9 ANOS.

Analysis of factors that interfere with the diet of children aged 6 to 9 years.

FERREIRA, Danielle Aparecida*; SILVA, Ellen Costa da*; SILVA, Felipe Ribeiro da*;
SANTOS, Hudson Oliveira*; SANTOS, Sthephânia Gabrielly Lins dos*

Orientador: REIS, Henrique Nogueira **

Resumo

O presente artigo aborda a importância de uma alimentação equilibrada para crianças de 6 a 9 anos, a influência da mídia e de fatores sociais e culturais no padrão alimentar infantil. O estudo realizado foi desenvolvido por meio de questionário eletrônico, envolvendo 100 responsáveis por crianças entre 6 e 9 anos, revelando que a maioria deles possui ensino superior completo e vive na região sudeste do Brasil. A utilização de celulares e tablets pelas crianças é quase universal, com 96% dos responsáveis relatando esse uso. A pesquisa revelou que a exposição à mídia influencia os pedidos de alimentos pelas crianças, com 35% dos responsáveis mostrando que seus filhos pedem alimentos vistos na mídia. Contudo os resultados não são expressivos. O tempo de tela também foi associado a uma maior frequência de pedidos por alimentos pouco saudáveis, como doces, bebidas açucaradas e fast foods. Por fim, observou-se que a mídia influencia, porém, a disponibilidade dos alimentos no momento da compra se torna mais relevante para os responsáveis. Enfatiza-se a necessidade de controlar o tempo de tela das crianças e promover hábitos alimentares saudáveis para prevenir problemas de saúde associados ao consumo excessivo de alimentos ultra processados e à exposição prolongada a dispositivos eletrônicos.

Palavras-chave: Alimentação, influência, crianças, mídia, guia alimentar, fatores, ultraprocessados, comportamento alimentar, saúde,

Abstract

This paper discusses the importance of a balanced diet for children aged 6 to 9, the influence of the media and social and cultural factors on children's eating patterns. The study was carried out using an electronic questionnaire, involving 100 guardians of children aged between 6 and 9, revealing that most of them have completed higher education and live in the southeast region of Brazil. The use of cell phones and tablets by children is almost universal, with 96% of guardians reporting such use. The survey showed that exposure to the media influences children's requests for food, with 35% of responsible showing that their children ask for food seen in media. However, the results are not relevant. Screen time was also associated with a higher frequency of requests for unhealthy foods, such as sweets, sugary drinks and

*Discente do curso Técnico em Nutrição e Dietética na Etec Irmã Agostina –
danielle_ap30@yahoo.com.br

**Docente do curso Técnico em Nutrição e Dietética na Etec Irmã Agostina –
henrique.reis32@etec.sp.gov.br

fast foods. Finally, it was observed that the media has an influence, but that the availability of food at the time of purchase is more relevant for those responsible. The need to control children's screen time and promote healthy eating habits to prevent health problems associated with excessive consumption of ultra-processed foods and prolonged exposure to electronic devices is emphasized.

Key-words: Food, influences, children, media, dietary guide, factors, ultra-processed foods, eating behavior, health

1 INTRODUÇÃO

A idade escolar abrange crianças de 6 a 10 anos (Brasil, 2019). Nessa faixa etária, a criança necessita de um aporte nutricional equilibrado, pois se trata de um período de crescimento (SBP, 2012).

Por lei, toda criança tem o direito a ter acesso à saúde e cabe aos pais, responsáveis e ao Estado promovê-la (ECA, 2022) já que elas não possuem capacidade de discernimento do que é nutricionalmente vantajoso para seu consumo (CDC, 2019).

O padrão alimentar estabelecido na infância continua a se moldar ao longo da vida, sendo influenciado por uma interação complexa entre fatores sociais, culturais ou até sobre a influência da mídia (DANTAS; SILVA, 2019).

Medidas como a RDC nº 429/2020 proíbe a propaganda de alimentos ultraprocessados dirigida ao público infantil que utilize personagens, celebridades, desenhos animados, entre outros elementos que possam atrair a atenção das crianças. Além disso, a norma determina a inclusão de advertências visuais em forma de lupa nos rótulos de alimentos com alto teor de açúcar, sódio e gorduras saturadas. Tal legislação também estabelece uma nova cesta básica, com o objetivo de promover uma alimentação mais saudável e equilibrada para a população brasileira.

Desta forma, o objetivo desta pesquisa é listar os fatores que estão envolvidos no processo de escolhas dos alimentos ofertados às crianças de fase escolar.

2 METODOLOGIA

A metodologia do presente artigo consiste em uma análise experimental qualitativa descritiva, realizada mediante a aplicação de um questionário, divulgado via Google Forms.

Estão incluídas questões divididas em 3 etapas. Na primeira etapa, o indivíduo tem acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice 1). Após o aceite, é direcionado para a etapa 2. Nesta etapa, os indivíduos respondem questões socioeconômicas acerca da aquisição dos gêneros alimentícios para a família. Na etapa 3, são respondidas questões que avaliam o poder de influência da criança sobre a compra dos mantimentos e gêneros alimentícios de casa.

Foi selecionado um público amostral, que compreende pais e responsáveis por alunos dentro da faixa etária escolar.

Os critérios de inclusão são: indivíduos maiores de idade, responsáveis pela escolha e pela compra dos mantimentos para a família e que tenha acesso direto à criança escolar de ambos os gêneros.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa 118 responsáveis por crianças entre 6 e 9 anos. Foram excluídas 18 respostas, pois os entrevistados responderam que não são o responsável pela compra do alimento. Dos 100, a maioria dos responsáveis possui uma a idade entre 29 a 39 anos (44,1%), seguido de 40 a 50 anos (38,1%). De acordo com o grau de escolaridade, 62 participantes tem o superior completo e majoritariamente, moram com mais 3 pessoas em casa (50%) e moram na região sudeste do país (69,3%).

Em relação a morar com as crianças, 79,7% dos participantes relataram que moram com 1 criança apenas e 20,3% moram com mais de 2 crianças. De acordo com o valor da renda familiar em salários-mínimos, 33,9% dos participantes têm a renda de 1 a 2 salários-mínimos e 33,1% possuem de 3 a 4 salários.

Dos responsáveis que responderam ao questionário, 96% deles afirmaram que há a utilização de celulares e tablets por suas crianças, enquanto apenas 4% apontaram que os menores não possuem acesso.

Um estudo realizado pela revista Mobile Time (2019), indica que, de 2018 a 2019, houve um crescimento de 44% para 50%, em relação número de crianças entre 7 e 9 anos que já possuíam celulares próprios. Em complemento, Figueiredo (2021) afirma que mais de 66% das crianças que responderam ao questionário de seu estudo possuíam celulares próprios e destas, aproximadamente, 60% receberam o aparelho entre as idades de 7 a 9 anos.

Ainda em relação ao uso dos aparelhos por crianças e sobre o início do uso de celulares, a Kids Online Brasil (2014) observou que, em países distintos, o início da utilização de aparelhos tecnológicos se modifica; o início do uso dos aparelhos pode variar, sendo antes ou após os 7 anos de idade.

Os responsáveis pela criança informaram que quase nunca elas pedem alimentos que viram em algum veículo midiático (61%), contudo, 35% das crianças, pedem esses alimentos porque tiveram a influência da mídia.

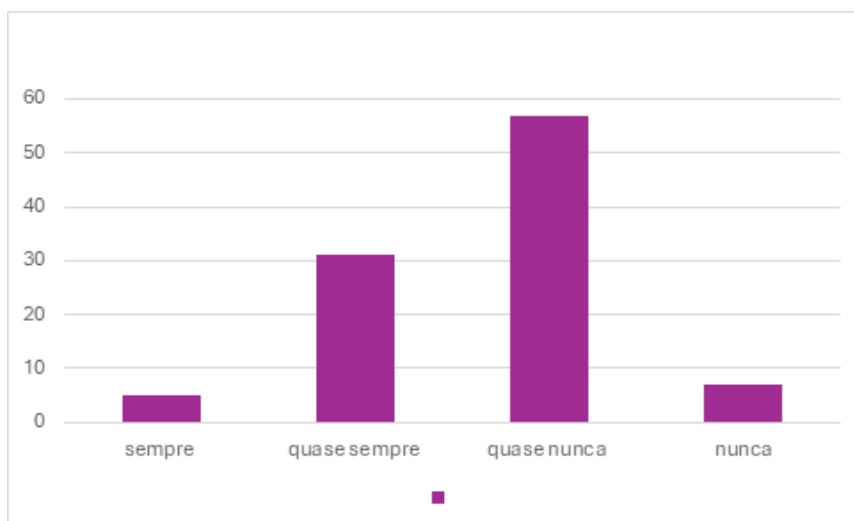


Gráfico 1: Frequência com que as crianças pedem os alimentos que veem em veículos midiáticos. São Paulo, 2024

O gráfico 1 representa essas porcentagens, mostrando também que aproximadamente 8% das crianças sempre pedem tais alimentos, o que, somado ao item quase sempre, fica próximo ao fator quase nunca.

Mídia é um conjunto de diversos meios de comunicação, sendo eles televisão, rádio, jornal e internet, utilizados para propagar informações diversas em massa. Atualmente, a internet é o meio mais acessível segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua – PNAD realizada em 2021 pelo IBGE, sendo presente em 90% dos domicílios brasileiros (IBGE, 2021).

Os dados desta pesquisa mostram que 15% das crianças passam menos de 1 hora em frente a telas, enquanto 55% dos responsáveis afirmam que as crianças fazem uso por 2 a 3 horas diariamente e 30% consomem dessa tecnologia por mais de 3 horas todos os dias.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), a recomendação para a utilização de aparelhos eletrônicos pelo público infantil (de 6 a 10 anos) não deve ultrapassar a utilização diária de 2 horas. No Brasil há diversas organizações que alertam sobre os riscos da excessiva exposição a telas. Recomenda-se que até os 2 anos as crianças não tenham nenhum contato com telas e dos 2 aos 5 anos esse tempo não ultrapasse a 1 hora (SBP, 2019).

Houve uma relação importante entre o tempo de tela das crianças avaliadas com o ato de pedir determinados tipos de alimentos que, infere-se que pode ter uma associação positiva. O gráfico 2 demonstra as porcentagens sobre o tempo de tela das crianças entrevistadas.

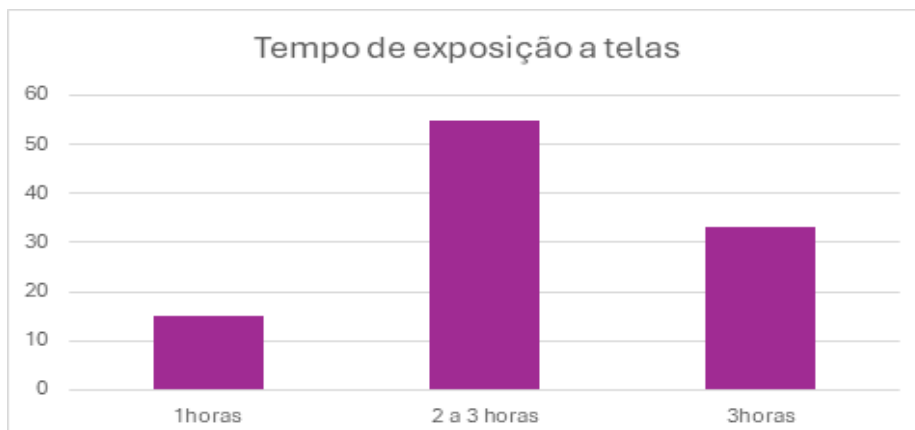


Gráfico 2: Tempo de exposição em telas pelas crianças. São Paulo, 2024

Ainda inferido pela Sociedade Brasileira de Pediatria (2019), o tempo de tela pra crianças nessa faixa etária deveria ser de no máximo duas horas/dia e, de acordo com esta pesquisa, ao todo, 30% das crianças avaliadas passam mais de 3 horas/dia e 55% das mesmas pode vir a ultrapassar o tempo recomendado. O acesso excessivo a telas pode causar diversos problemas, como por exemplo, depressão, ansiedade, problemas de visão, sedentarismo e transtornos alimentares.

O cérebro da criança ainda está em desenvolvimento, restringi-lo a experiências unicamente tecnológicas retardará seu desenvolvimento, fazendo com que seu cérebro não amadureça de maneira correta (SBP, 2019).

Um estudo realizado por Potvin et al (2018), que envolveu crianças e adolescentes e teve como objetivo analisar a exposição deles ao marketing de alimentos e bebidas em aplicativos de redes sociais, mostrou que cerca de 72% dos participantes foram expostos ao marketing e aproximadamente 70% dos alimentos que estavam envolvidos eram alimentos não saudáveis.

Segundo os dados do questionário, 90% dos responsáveis alegaram que as crianças têm o costume de pedir alimentos como doces. Em relação as bebidas açucaradas, 84% dos responsáveis apontaram que suas crianças pedem, mesmo que de forma escassa, por esse tipo de bebida. Já referente a alimentos do tipo Fast Food, 83% crianças fazem requerimento. Esses tipos de alimentos, segundo o Guia Alimentar para População Brasileira, são classificados como ultra processados, e os mesmo visam conveniência, durabilidade e fácil consumo, utilizando formulações industriais de alta palatabilidade, por isso é amplamente consumido por crianças (Brasil, 2014; Silva et al, 2023).

O Guia Alimentar para a População Brasileira sugere que esses alimentos precisam ser evitados pelo seu alto teor de açúcar, gordura e sódio (Brasil, 2019).

Os entrevistados também foram questionados acerca da leitura dos rótulos alimentares e as informações contidas na embalagem, visto que é por este instrumento que são informadas as fontes nutricionais, os ingredientes dos produtos e outras informações relevantes.

Ainda em decorrência das respostas obtidas, 10% dos responsáveis entrevistados nunca conferem os rótulos dos alimentos antes de os ofertarem para as crianças, 67% dos responsáveis conferem o rótulo de vez em quando e 23% alegaram que sempre analisam os rótulos antes de ofertar os alimentos. De acordo com o gráfico 3.

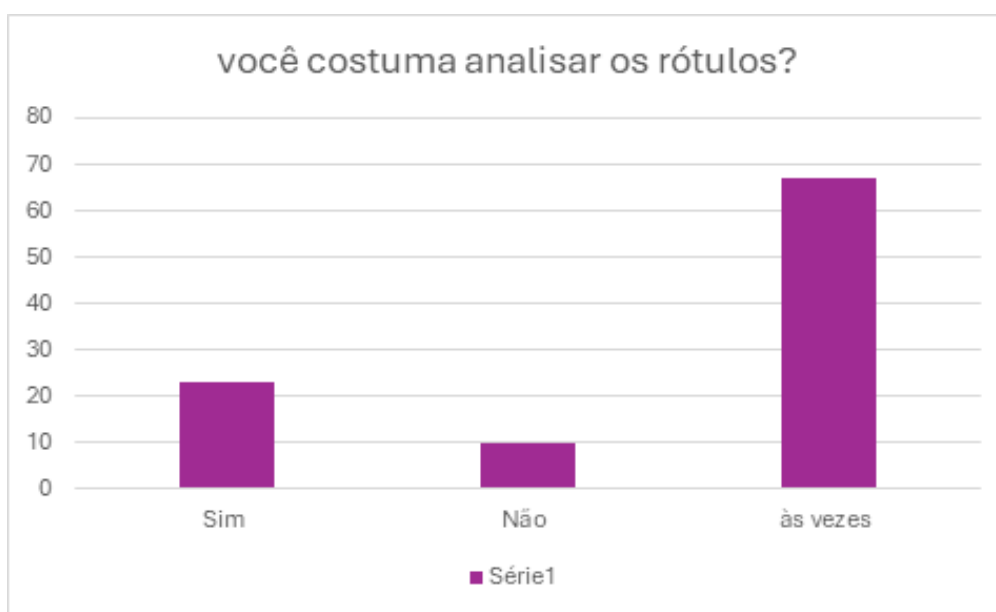


Gráfico 3: Frequência com que os responsáveis realizam a leitura e análise dos rótulos dos alimentos oferecidos pelas crianças. São Paulo, 2024

A rotulagem nutricional é uma das ferramentas comumente utilizadas para auxiliar nas escolhas alimentares e estimular o consumo de alimentos mais saudáveis. O Brasil foi um dos pioneiros na implementação da obrigatoriedade dos rótulos nutricionais em 2003 (Bueno, 2022). Quanto ao rótulo de advertência frontal, o Chile foi o pioneiro em aderir as lupas em alimentos ricos em gordura, açúcar e sódio e a sua aderência foi positiva, segundo uma pesquisa feita pelo Governo Chileno que apontou que 91% das mães de crianças na pré-escola e 81% dos adolescentes associaram os selos de alerta a alimentos não saudáveis (Food Connection, 2023).

Recentemente o Brasil passou a aderir aos selos frontais e outras normas para facilitar o entendimento do consumidor referente as informações nutricionais e o auxiliando na realização das escolhas consciente.

A princípio comparando a escolaridade dos responsáveis ao fator de atender aos pedidos de alimentos ultraprocessados pelas crianças, não houve uma diferença relevante entre os responsáveis de escolaridade médio completo e superior (completo e incompleto), sendo 85% e 91% respectivamente. Estudos recentes constataram que quando menor a escolaridade nos pais/chefs de família, maior é o consumo de alimentos ultraprocessados (Cainelli et al, 2020; Louzada et al, 2023; Werlang, 2017).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o desenvolvimento da mídia e a facilidade da população em adquirir produto industrializados, houve um crescimento no consumo de alimentos ultra processados. O que inicialmente levava a crer que o meio midiático seria, o fator de maior influência no consumo alimentar do público infantil.

É possível compreender que, mesmo que um elevado número de crianças possua acesso a aparelhos eletrônicos, apenas uma minoria destas solicitam alimentos veiculados por meios midiáticos a seus tutores. O que transpassa a pouca influência da mídia em sua alimentação.

Contudo, pode-se observar a cultura inabitual dos responsáveis de não ofertar alimentos ultraprocessados. Desta forma nos levando a crer que, a responsabilidade na influência, não está concentrada apenas no poder da mídia, mas primordialmente, na oferta dos tais alimentos por meio dos responsáveis, que por sua vez, detém a gestão da oferta e da abnegação. Tendo em vista que todos possuem, no mínimo, ensino médio completo. É possível ainda inferir que não somente – os pais, interferem no consumo, mas também a disponibilidade dos alimentos e seu valor de mercado, induzem a preferência da aquisição de determinados componentes no momento da compra.

Portanto uma reformulação dos métodos de aplicação das políticas públicas voltadas a alimentação infantil que tratam de informatização do público, teria capacidade de promover esclarecimentos sobre ações necessárias para desenvolvimento de bons hábitos alimentares e diminuição do consumo e da oferta de alimentos ultra processados ao público infantil, afim de promover mudanças da avaliação que os responsáveis fazem da forma com a qual consomem e ofertam

alimentos as crianças, contribuindo para um crescimento saudável, influenciado por informações seguras e disponibilizadas de forma acessível.

REFERÊNCIAS

Departamento Científico de Nutróloga Sociedade Brasileira de Pediatria 2012 Manual de orientação do departamento de nutróloga: alimentação do lactente ao adolescente, alimentação na escola, alimentação saudável e vínculo mãe-filho, alimentação saudável e prevenção de doenças, segurança alimentar rio de Janeiro

Agencia Nacional de Vigilância Sanitária - Anvisa, 4/10/2022; <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/alimentos/rotulagem/principais-mudancas-e-modelos>; acesso em 21/05/2024 as 19h

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Cartilha Nacional da Alimentação Escolar. Brasília, DF, 2014.

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Cartilha Nacional da Alimentação Escolar. Brasília, DF, P. 10, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014.

CÓDIGO DE PROTEÇÃO E DEFESA DO CONSUMIDOR Nova edição revista, atualizada e ampliada com os Decretos nº 7.962, de 15 de março de 2013 e nº 7.963, de 15 de março de 2013 Brasília 2013

ESTATUTO DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE Lei n.º 8.069, de 13 de julho de 1990. Brasília 2022

FIGUEIREDO, talita, Meu primeiro celular: competência crítica em informação para crianças. Rio de Janeiro. p. 78-80. Abr, 2021.

Food Connection; 08 Ago 2023; <https://www.foodconnection.com.br/ingredientes/rotulagem-nutricional-os-impactos-no-chile-e-outros-paises-da-america-latina>; acesso em 20/05/2024 as 23h

LUPPI, Cristiane Gallacci; MENEZES, Paula Regina; RIVERA, Franklin José Vergara. Ciência & Saúde Coletiva: um periódico da Associação Brasileira de Saúde Coletiva (Abrasco). *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 28, n. 6, p. 1727-1734, 2023.

MARTINS, Fabiana de Fátima; I BERNARDO, Danielle; ALMEIDA, Vanessa Priscila. A influência da mídia na alimentação infantil. (Revista UNIFIA), v. 6, n. 1, p. 179-189, 2018.

Potvin, Monique et all; Exposição de crianças e adolescentes ao marketing de alimentos e bebidas em aplicativos de redes sociais; Ottawa, Canadá

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, Departamento Científico de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento e de Saúde Escolar. Manual de orientação sobre uso saudável de telas, tecnologia e mídias nas creches, berçários e escolas. Revista Brasileira de Pediatria, n.6, 2019.

APÊNDICES:

APÊNDICE 1:

TERMO DE CONCENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Esta pesquisa de cunho acadêmico, tem como intuito o levantamento de dados sobre "os fatores que influenciam na alimentação infantil", que serão posteriormente utilizados para o desenvolvimento do Trabalho de Conclusão de Curso, na ETEC Irmã Agostina do Jardim Satélite . Por intermédio desta, os senhores pais e responsáveis são convidados a participar da pesquisa, sendo previamente informados de que sua participação é totalmente voluntaria, não receberão nada em troca e poderão sair a qualquer momento do questionário.

Emails de contato:

ellen.edrk16@gmail.com

Professor orientador:

henrique.reis32@etec.sp.gov.br

APÊNDICE 2:

QUESTIONÁRIO SOCIO-ECONÔMICO

Idade	4;
18 a 28	Mais de 4
29 a 39	Em qual região do país você passou a maior parte da sua vida?
40 a 50	Sul
Mais de 50	Sudeste
Qual o grau de escolaridade?	Centro – oeste
Fundamental incompleto	Nordeste
Fundamental completo	Norte
Médio incompleto	Quantas crianças de 6 a 9 anos moram com você?
Médio completo	1;
Superior incompleto	2;
Superior completo	3 ou mais
Quantas pessoas moram em sua casa contando com você?	Valor da renda familiar em salários mínimos (1412R\$)
1;	Menos de 1 salário
2;	
3;	

De 1 a 2 salários
De 3 a 4 salários
Mais de 5 salários mínimos

Você é responsável pelas compras de casa?
Sim
Não

APÊNDICE 3

QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR E CONSUMO DE MÍDIAS

Sobre a Criança

- às vezes

Em qual período a criança estuda

- Manhã
- Tarde
- Integral

A criança costuma pedir alimentos como:

- Fast food
- Doces industriais (balas, chicletes, pirulitos, etc)

A criança possui acesso a celular ou tablet?

- Sim
- Não

- Bebidas açucaradas (suco em pó, refrigerantes, suco de caixinha, achocolatado, etc)

Quantas horas por dia a criança costuma passar em frente as telas (Televisão, celular ou computador)?

- Menos de 1h
- De 2 a 3h
- Mais de 3h

Qual a frequência em que você costuma analisar os rótulos alimentares antes de ofertar um alimento a criança?

- Sempre analiso
- Quase sempre analiso
- Quase nunca analiso
- Nunca analiso

Com qual frequência a criança costuma pedir por alimentos que viu em desenhos, filmes, vídeos, propagandas e afins?

- Sempre
- Quase sempre
- Quase nunca
- Nunca

Classifique qual o nível de influência dos fatores abaixo, de 0 a 3(sendo 0 quase nunca e 3 frequentemente), em relação a compra de alimentos da sua casa

- Preço/promoção
- Tradição/regionalismo
- Prazer/vontade da criança
- Disponibilidade de compra

Você costuma atender aos pedidos da criança em relação aos alimentos?

- Sim
- Não

do alimento