

# Revista Científica

FACULDADE ATENAS- PARACATU-MG

Ano 2023, V.16, N.1



FACULDADE  
ATENAS

[www.atenas.edu.br](http://www.atenas.edu.br)  
38 3672-3737

## **O IMPACTO NUTRICIONAL DAS PRÁTICAS PARENTAIS NA PRIMEIRA INFÂNCIA**

Amanda Letícia de Sousa Araújo  
Fernanda Maria Peres de Rosatto  
Camila Isabel Pereira Rezende  
Sarah Mendes de Oliveira Muraoka  
Márcen Estevão Mattos Junior

### **RESUMO**

A metodologia utilizada neste estudo é de cunho descritivo explicativo com leitura em materiais bibliográficos com objetivo de reconhecer a influencia dos pais na alimentação dos filhos. A primeira infância é um período crítico na evolução humana, caracterizado por um acelerado crescimento e maturação física, cognitiva e emocional, e a nutrição é determinante nesse estágio para a saúde e bem-estar da criança. É fundamental reconhecer que os pais são os principais responsáveis e provedores pela alimentação de seus filhos e, mais do que isso, são modelos de comportamento alimentar. O propósito deste trabalho reside em demonstrar a importância da assistência familiar no estímulo ao desenvolvimento de hábitos saudáveis em crianças. Quando os pais adotam uma alimentação nutritiva e promovem refeições equilibradas em casa, as crianças têm uma maior probabilidade de assimilar tais práticas e cultivar um estilo de vida alimentar saudável ao longo de suas vidas. Em contrapartida, se adotam hábitos alimentares prejudiciais, como o consumo excessivo de alimentos ultra processados e bebidas açucaradas, ou negligenciam a alimentação adequada, poderão promover um impacto negativo nos hábitos alimentares dos filhos. Condutas alimentares desequilibradas e, em casos extremos, distúrbios alimentares, podem ser o desdobramento de posturas negativas como a imposição para comer, restrições alimentares excessivas ou recompensas relacionadas à alimentação. Assim, aumentar a conscientização entre os progenitores e estimular intervenções educativas relacionadas à sua participação na promoção de hábitos alimentares saudáveis em seus filhos têm sido reconhecidos como uma necessidade primordial.

**Palavras-chave:** Alimentação na primeira infância. Influência parental nas escolhas alimentares. Parentalidade e nutrição. Alimentação e nutrição infantil.

## **ABSTRACT**

*The methodology used in this study is descriptive and explanatory in nature with reading bibliographic materials with the aim of recognizing the influence of parents on their children's nutrition. Early childhood is a critical period in human evolution, characterized by accelerated physical, cognitive and emotional growth and maturation, and nutrition is crucial at this stage for the child's health and well-being. It is essential to recognize that parents are the main responsible and providers for their children's nutrition and, more than that, they are models of eating behavior. The purpose of this work is to demonstrate the importance of family assistance in encouraging the development of healthy habits in children. When parents adopt a nutritious diet and promote balanced meals at home, children are more likely to assimilate such practices and cultivate a healthy eating lifestyle throughout their lives. On the other hand, if they adopt harmful eating habits, such as excessive consumption of ultra-processed foods and sugary drinks, or neglect adequate nutrition, they could have a negative impact on their children's eating habits. Unbalanced eating behaviors and, in extreme cases, eating disorders, can be the result of negative attitudes such as the imposition of eating, excessive dietary restrictions or rewards related to food. Therefore, increasing awareness among parents and encouraging educational interventions related to their participation in promoting healthy eating habits in their children have been recognized as a primary need.*

**Keywords:** *Nutrition in early childhood. Parental influence on food choices. Parenting and nutrition. Food and child nutrition.*

## **1 INTRODUÇÃO**

A forma como nos alimentamos influencia diretamente nosso desenvolvimento físico, mental e emocional. Durante os primeiros anos de vida ocorre a introdução alimentar e, em consequência, novas experiências, sabores, texturas, formação do paladar e preferências alimentares (MELO *et al.*, 2017).

Nessa fase crucial as crianças observam e imitam o comportamento dos pais em relação à alimentação. Os hábitos alimentares dos pais, as escolhas de alimentos, a forma como as refeições são preparadas e consumidas; e as atitudes e

comunicação em torno da comida têm um impacto significativo na formação do comportamento alimentar das crianças (WAHLBRINCK *et al.*, 2022).

O comportamento alimentar da criança é inicialmente determinado pela família, que estabelece as bases para suas escolhas alimentares. Nesse sentido, existem diferentes controles de alimentação pelos pais que podem influenciar nos hábitos alimentares de seus filhos. Alguns pais adotam um estilo autoritário, impondo restrições rígidas ou proibições em relação aos alimentos, enquanto outros adotam um estilo permissivo, permitindo que as crianças façam escolhas alimentares sem muitas orientações. Mas também existem estilos parentais mais equilibrados como o estilo autoritativo que preza pela autonomia e pelo diálogo, estabelecendo um controle firme, mas mantendo uma atitude responsiva (DANTAS e SILVA, 2019).

Incentivar a criança a comer quando está com fome e parar de comer quando está satisfeita é fundamental para promover uma alimentação balanceada. A imposição ou pressão excessiva para que a criança consuma determinados alimentos pode levar a uma relação negativa com a comida, além de interferir na capacidade da criança de autorregular sua saciedade (DANTAS e SILVA, 2019).

O estabelecimento de comportamentos alimentares saudáveis desde cedo torna mais provável que a criança adote esses padrões ao longo dos anos. Isso contribui para uma alimentação equilibrada, melhor saúde e redução do risco de doenças crônicas na vida adulta (ARAÚJO *et al.*, 2021).

## **2. NUTRIÇÃO NA PRIMEIRA INFÂNCIA**

A alimentação e a nutrição apropriadas no estágio inicial formam a base essencial para a sobrevivência, crescimento e o desenvolvimento infantil (KAC *et al.*, 2023). O comportamento em relação à alimentação é resultado de uma difícil interação entre diversos fatores que incluem aspectos fisiológicos como a sensação de fome e saciedade, elementos psicológicos como o favoritismo alimentar e motivação, influências do ambiente, além de componentes genéticos (ERGANG *et al.*, 2023).

Nos primeiros anos de vida de uma criança há um notável ritmo acelerado de maturação e a alimentação cumpre uma responsabilidade primordial na asseguuração de que esses aspectos ocorram de maneira adequada. A ingestão de

alimentos por parte da criança, tanto em termos de qualidade quanto de quantidade, são aspectos críticos que gera consequências que a acompanham ao longo de toda a vida. Isso se deve ao fato de que a infância representa uma das fases biologicamente mais suscetíveis às carências nutricionais e aos problemas de saúde, tornando-se um período crucial para o desenvolvimento de um perfil de saúde e nutrição (LOPES *et al.*, 2018).

Segundo as orientações do Ministério da Saúde (MS), o aleitamento materno deve ser exclusivo até os seis meses de idade, pois o leite humano é uma fonte completa de nutrição, além de ter um impacto positivo na sobrevivência e na saúde do bebê. Entretanto, a partir do sexto mês de vida, o leite materno sozinho não supre mais todas as necessidades da criança (CENCI *et al.*, 2022). Após essa fase, é aconselhável iniciar a introdução de alimentos complementares, promovendo o desenvolvimento dos reflexos de deglutição na criança (OLIVEIRA e OLIVEIRA, 2019).

As práticas parentais não apenas têm a responsabilidade de suprir as demandas básicas como higiene, saúde, afeto e segurança, mas também cumpre um papel determinante na construção dos hábitos alimentares das crianças. A maneira como os pais exercem controle sobre a alimentação pode ter um impacto significativo na dieta de seus filhos, podendo tanto aumentar quanto diminuir o consumo de alimentos. Além disso, essas práticas podem afetar as preferências alimentares, a tendência a ser seletivo na escolha de alimentos e a habilidade de autorregulação, além de sua utilização para a supressão de comportamentos inadequados. (OLIVEIRA e OLIVEIRA, 2019).

À medida que a criança cresce e se desenvolve ao longo do tempo, seus hábitos alimentares e práticas de atividade física se solidificam, tornando-se menos propensos a mudanças. O estilo de alimentação e a atividade física estabelecidos durante a infância têm uma tendência a persistir na vida adulta. Além disso, a criança torna-se mais suscetível a influências externas, especialmente as provenientes dos meios de comunicação (CUNHA e CAVALCANTE, 2022).

Portanto, elevar a conscientização dos pais e fomentar intervenções educativas relacionadas a participação na promoção de hábitos alimentares saudáveis em seus filhos tem sido reconhecido como uma necessidade fundamental (JOÃO, 2020).

## 2.1. ALEITAMENTO MATERNO

A recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) e do Ministério da Saúde (MS) é que o aleitamento materno exclusivo seja mantido até que a criança complete o sexto mês de vida, sem a introdução de qualquer outro tipo de alimento líquido (ex. água, sucos, chás e leites) ou alimentos sólidos, devido ao fato de que o leite humano abrange todos os nutrientes necessários para o bebê (ASSIS *et al.*, 2021).

O leite materno é uma fonte de energia e nutrientes, contendo também elementos protetores contra enfermidades, especialmente adaptada ao estágio de desenvolvimento do bebê, conferindo-lhe uma condição exemplar para os primeiros meses de vida. No entanto, a partir de seis meses é conveniente iniciar a introdução alimentar complementar, uma vez que a quantidade e composição do leite materno já não supre mais as necessidades nutricionais da criança (LOPES *et al.*, 2018). Outra razão para a adoção desse método reside no desenvolvimento motor da criança, pois nessa faixa etária a criança já consegue sustentar o tronco e a coluna cervical para manutenção da posição sentada sem auxílio. Além disso, os movimentos da língua e da mandíbula nesse estágio são mais apropriados para a mastigação (MELO *et al.*, 2021).

No período de lactação não há necessidade de adicionar qualquer outro tipo de alimento, uma vez que o leite materno é uma fonte completa que inclui todas as vitaminas, minerais, gorduras, açúcares e proteínas necessárias para o organismo do bebê. Além disso, ele não apenas fornece todas as vitaminas essenciais, mas também inclui a quantidade necessária de água para manter a hidratação adequada, não contém impurezas e é completamente compatível com o metabolismo infantil (CASTELLANI *et al.*, 2022).

A amamentação é uma atividade de grande complexidade considerando que tanto a mulher quanto sua família podem ser afetadas por elementos que desencadeiam o desmame antecipado. Exemplos desses fatores englobam a influência de crenças e mitos, o suporte limitado ou insuficiente dos serviços de saúde, as condutas inadequadas por parte de fabricantes e distribuidores de fórmulas infantis, e a carência de medidas de proteção e promoção do aleitamento materno no local de trabalho (SILVA *et al.*, 2019).

As primeiras sensações das papilas gustativas começam a se desenvolver desde o período intrauterino, quando o feto é exposto ao líquido amniótico. Essa sensação sensorial se prolonga após o nascimento por meio do consumo do leite materno, cuja composição varia conforme a dieta da mãe. Por conseguinte, é essencial que as mães adotem uma dieta equilibrada, abrangendo todos os principais grupos de nutrientes, a fim de estimular o paladar do filho em gestação. Isso contribui para despertar a curiosidade do futuro bebê por uma ampla variedade de sabores, promovendo escolhas alimentares saudáveis (LOPES, 2023). Contudo, é importante reconhecer que o aleitamento materno transcende a mera nutrição, representando também um elo emocional entre mãe e filho. Essa ligação singular realiza uma missão primordial no crescimento emocional e na construção de vínculos seguros, o que pode exercer uma influência positiva na saúde mental da lactente (DEPIERE *et al.*, 2023).

### **2.1.2. INTRODUÇÃO ALIMENTAR**

A introdução alimentar (IA), que também é referida como alimentação complementar, representa a etapa progressiva em que se introduzem alimentos como complemento ao leite materno. Durante esse período, são fornecidas refeições equilibradas com o objetivo de atender às necessidades nutricionais do bebê de forma gradual (LEÃO *et al.*, 2021). No início da IA podem ocorrer métodos incorretos como a oferta inadequada de alimentos. É relevante que durante as refeições os alimentos sejam dispostos separadamente no prato da criança, pois isso permite que ela distinga as diferentes cores, sabores, aromas e texturas dos alimentos oferecidos, possibilitando a identificação daqueles que não foram aceitos (ARAÚJO *et al.*, 2021).

No contexto brasileiro a alimentação infantil se encontra distante do ideal, com a introdução precoce de alimentos diferentes do leite materno e um consumo substancial de produtos ultra processados durante os primeiros dois anos de vida (JERÔNIMO *et al.*, 2021). Outrossim, ao longo de todo o processo de IA, é aconselhável que a pessoa encarregada de preparar as refeições para o bebê compreenda a importância de limitar o uso de sal ao mínimo possível, uma vez que seu consumo precoce e excessivo está associado ao desenvolvimento de

hipertensão arterial, aumentando assim o risco de problemas cardiovasculares no futuro (LEÃO *et al.*, 2021).

Reforçando a relevância da introdução alimentar, o Ministério da Saúde criou um guia alimentar cujo objetivo principal é fornecer apoio aos profissionais de saúde e orientar as mães e cuidadores na promoção de práticas alimentares saudáveis. Com base nas informações fornecidas no guia pode-se destacar a importância de uma introdução adequada, especialmente considerando a não prevalência de alimentos industrializados por esses poderem prejudicar o crescimento e desenvolvimento das crianças, além de reduzir a eficácia de seu sistema imunológico, aumentando o risco de alergias e distúrbios (CASTELLANI *et al.*, 2022).

### **2.1.3. FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES**

Após o período de seis meses do nascimento do bebê, quando o leite materno exclusivo já não atende plenamente às suas necessidades nutricionais, torna-se fundamental introduzir gradualmente outros alimentos por meio de uma alimentação complementar. Uma nutrição apropriada durante a primeira infância promove o desenvolvimento de padrões alimentares saudáveis, que geralmente perduram durante toda a vida do indivíduo. Por outro lado, uma vez estabelecido, os hábitos alimentares não saudáveis se tornam resistentes a mudanças. As consequências disso incluem a falta de diversificação na dieta e um aumento no risco de sobrepeso e obesidade infantil (RIBEIRO, 2023).

A construção do paladar infantil é resultado de uma interação complexa entre fatores genéticos e ambientais e sociais, os quais podem moldar desde cedo as preferências alimentares que a criança desenvolverá ao longo dos anos (ARAÚJO *et al.*, 2021). Nesse sentido, a renda familiar é um elemento que pode influenciar a adaptação dos hábitos alimentares, pois ela representa os recursos financeiros disponíveis para adquirir alimentos e acessar serviços de saúde. Em famílias de menor renda é comum que despesas não relacionadas à alimentação, como aluguel e mensalidades escolares, sejam priorizadas em detrimento dos gastos com saúde e alimentação, resultando em uma alocação menor de sua renda total para a compra de alimentos (RIBEIRO, 2023).

Independente disso, a prática alimentar atual das crianças costuma incluir predominantemente alimentos industrializados que se destacam por sua atratividade visual, cores vibrantes, aromas tentadores e sabores apetitosos. No entanto, esses produtos geralmente possuem um valor nutricional limitado e não contribuem significativamente para a nutrição do organismo (TORRES *et al.*, 2020). O elevado consumo de alimentos altamente processados tem consequências adversas para a vida da criança devido aos níveis elevados de açúcar, sódio e gordura, resultando em uma ingestão insuficiente de nutrientes essenciais. Essas escolhas alimentares representam hábitos prejudiciais à saúde (ARAÚJO *et al.*, 2021).

Concluindo, as instituições de ensino representam espaços de significativa importância para a realização de atividades relacionadas à Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no contexto educacional. A EAN emerge como uma iniciativa que engloba os domínios da Promoção da Saúde e da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e que pode ser efetuada de maneira segura por equipes multidisciplinares, através da colaboração interdisciplinar e da integração entre diferentes setores. Por meio dela, é possível promover atividades voltadas para a prevenção e controle de doenças crônicas não transmissíveis, ao mesmo tempo em que se valoriza a diversidade cultural da alimentação e se fortalecem os hábitos alimentares regionais (NONATO *et al.*, 2022).

#### **2.1.4. EFEITOS NOCIVOS DO CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESSADOS E DOENÇAS RELACIONADAS NA INFÂNCIA**

Durante os primeiros anos de vida, a ausência de consumo de alimentos saudáveis pode representar uma ameaça ao crescimento e desenvolvimento infantil, potencialmente resultando em diversos problemas de saúde tais como baixo peso e hipovitaminoses, uma vez que nessa fase da vida as necessidades nutricionais estão ampliadas (OLIVEIRA e OLIVEIRA, 2019).

O ser humano não traz consigo uma cultura preestabelecida ao nascer. Em vez disso, essa cultura se desenvolve por meio da interação na sociedade. De maneira semelhante, acredita-se que o ser humano não tenha uma predisposição inicial para se tornar dependente de açúcar, sal, gorduras ou refrigerantes, mas sim

que ele adquire preferências por esses sabores após experimentá-los sob a influência do ambiente em que vive (PIASETZKI *et al.*, 2020).

Ao longo dos últimos anos, os hábitos alimentares da população brasileira se transformaram e essas mudanças são marcadas pela redução da ingestão de alimentos *in natura* (frescos) e levemente processados, ao passo que se observa um aumento constante no consumo de produtos que passaram por processamento e ultra processamento (SILVA *et al.*, 2019).

Alguns estudos indicam que as crianças, por conta própria, demonstram maior interesse por alimentos de valor nutricional mais baixo, seja devido à influência de outras pessoas que consomem esses alimentos ou à exposição a propagandas. Isso frequentemente gera desafios para muitos pais ao tentarem promover e implementar hábitos saudáveis, uma vez que desejam agradar seus filhos (TEIXEIRA *et al.*, 2023).

O controle da ingestão de alimentos com baixo valor nutricional e alto teor calórico é fundamental, especialmente no caso de crianças. Itens como refrigerantes, biscoitos, salgadinhos, refeições prontas e *fast-foods* contêm quantidades significativas de gorduras, sódio, açúcares, corantes, conservantes e outros aditivos alimentares. É cada vez mais frequente que as crianças optem por alimentos industrializados, que são ricos em calorias mas carentes de vitaminas e minerais, ao invés de escolher alimentos mais naturais que são cultivados, colhidos e preparados de forma mais simples. Estes últimos, ao contrário dos alimentos processados, são abundantes em nutrientes essenciais para manter a saúde da criança (COELHO, 2019). A inclusão prematura de produtos processados na alimentação das crianças pode aumentar a susceptibilidade ao surgimento de condições de saúde duradouras tais como obesidade, diabetes mellitus e hipertensão arterial. Além disso, essa prática também pode resultar em deficiências nutricionais manifestadas através de desnutrição (CASTELLANI *et al.*, 2022).

Comportamentos parentais como recorrer à força física para fazer com que as crianças comam usar recompensas para incentivar a alimentação e impor restrições alimentares, foram correlacionados de forma positiva com o aumento do consumo de alimentos ultra processados. As ações parentais podem assumir a forma de violência, seja ela de natureza física ou psicológica. De fato, crianças expostas a traumas podem manifestar sintomas de busca por alívio, o que pode aumentar a

probabilidade de desenvolvimento de transtornos alimentares como compulsão alimentar, bulimia e anorexia nervosa. No caso da compulsão alimentar, isso pode resultar em um aumento do consumo de alimentos considerados inadequados promovendo, assim, a ingestão elevada de produtos industrializados (SANTOS *et al.*, 2021).

### **2.1.5. INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS NA ALIMENTAÇÃO INFANTIL**

Na infância, uma fase de extrema vulnerabilidade em vários aspectos, as crianças absorvem uma quantidade significativa de informações que moldam diretamente suas decisões. É evidente que, ao longo da história, fatores socioculturais, econômicos e psicossociais estruturam seus padrões alimentares (MARTINS e MACHADO, 2022). Sendo assim, a influência da mídia na alimentação infantil está estreitamente ligada ao período durante o qual as crianças permanecem expostas aos meios de comunicação sem discriminação e à falta de supervisão adequada do conteúdo (SOUSA, 2018).

No cotidiano, os pais frequentemente enfrentam agendas ocupadas que limitam o tempo disponível para desfrutar de momentos de qualidade e brincadeiras com seus filhos. Como resultado recorrem a dispositivos como TVs, celulares, computadores e tablets para manter as crianças entretidas em casa. Os anúncios direcionados ao público infantil empregam estratégias destinadas a chamar a atenção, muitas vezes sem apresentar informações nutricionais claras sobre os produtos anunciados. Essas campanhas utilizam diversos métodos como a presença de personagens infantis, embalagens coloridas e atrativas, brindes de brinquedos e influenciadores da internet frequentemente assistidos pelas crianças. Todas essas artimanhas instigam o desejo das crianças de adquirir o produto, sem levar em consideração sua qualidade nutricional (SILVA, 2022).

Também é importante levar em consideração que os anúncios podem estimular nas crianças um forte desejo não necessariamente relacionado à compra de produtos apresentados em meios de comunicação. Esses pedidos, quando não atendidos, podem resultar em discussões ou até mesmo em agressões verbais contra os pais. Além disso, muitas vezes essas crianças despertam sentimento de tristeza quando não conseguem adquirir o produto desejado e também podem se comparar

com outras crianças que são retratadas nos meios de comunicação (CUNHA e CAVALCANTE, 2022).

### **3. PROGENITORES: principais mediadores entre os filhos e a alimentação**

A relevância dos padrões de alimentação estabelecidos durante a infância é evidente, considerando que é nessa fase que se inicia a introdução de alimentos, o que pode influenciar os hábitos alimentares ao longo dos anos seguintes. O envolvimento da família é indispensável para motivar a criança na adoção de hábitos de vida saudáveis e o seu papel como uma base de apoio (ARAÚJO *et al.*, 2021).

A influência familiar na alimentação da criança começa durante a gestação, quando recebem os nutrientes que a mãe ingere através do cordão umbilical. Durante o período de lactação, a transferência de nutrientes ocorre por meio da amamentação, e na infância, as crianças desenvolvem seus hábitos alimentares ao imitar as práticas e escolhas feitas pelos membros da família (PÁDUA, 2021). Destaca-se as refeições compartilhadas no contexto familiar como um fator fundamental na promoção de uma alimentação saudável e na determinação das preferências alimentares, as quais são moldadas por meio de processos de socialização e influências culturais (BARBOSA, 2023). A influência dos hábitos alimentares dos pais é imprescindível na vida das crianças, uma vez que os pequenos costumam usar seus pais como modelo para se inspirarem (SILVA *et al.*, 2019).

A expectativa dos pais quanto à importância de instilar hábitos alimentares adequados em seus filhos pode resultar em conflitos, tornando o ato de comer, que é algo que deveria ser natural e espontâneo, em um campo de confronto entre pais e filhos. As decisões dos pais relativas à alimentação têm um impacto direto nas vivências de seus filhos, uma vez que estes dependem dos pais. Essas escolhas abrangem o horário das refeições, os ambientes em que elas ocorrem, a seleção dos alimentos, os tamanhos das porções disponibilizadas para as crianças e as estratégias utilizadas para promover ou estimular sua alimentação (BOBADRA, 2018).

Considerando isso, a prática de realizar refeições em família ou na companhia de amigos exerce uma função social significativa, embora tenha sofrido

mudanças nas últimas décadas devido às diversas atividades humanas. Com horários de estudo e trabalho variados, o encontro torna-se complicado devido aos deslocamentos, levando muitas famílias a adotarem o hábito de fazer suas refeições enquanto assistem televisão. (PIASETZKI *et al.*, 2020).

#### **4. INFLUÊNCIA FAMILIAR VERSUS FATORES PSICOLÓGICOS DA CRIANÇA NAS ESCOLHAS ALIMENTARES**

Na fase inicial da infância, as crianças ainda não têm total autocontrole em relação à escolha de alimentos, pois ainda não possuem o conhecimento e a experiência necessária para fazer suas próprias seleções alimentares com base na qualidade nutricional dos alimentos (YASSINE *et al.*, 2020). Paralelamente a isso, as escolhas e preferências alimentares de uma criança são frequentemente moldadas pelos contextos alimentares em que estão inseridas e isso inclui o comportamento alimentar de seus pais. Essa influência é mais significativa durante a primeira infância, quando os pais exercem funções fundamentais como supervisores e modelos em relação à comida (OLIVEIRA e OLIVEIRA, 2019).

As estratégias parentais de controle, pressão e recompensa aplicadas pelos pais parecem impactar o comportamento alimentar das crianças, podendo resultar em aumento ou redução na ingestão de alimentos (SANTOS *et al.*, 2020). Elas são definidas como práticas de controle no qual incluem algumas formas de pressionar e invadir os sentimentos que levam as práticas comportamentais (JOÃO, 2020).

Estudos indicam que exercer um controle excessivo sobre o tipo e a quantidade de comida ingerida pode aumentar o risco de excesso de peso na criança e o desenvolvimento de sintomas relacionados a distúrbios alimentares como insatisfação com o corpo, episódios de compulsão alimentar e uma relação problemática com a busca de perda de peso. Algumas restrições e imposições rigorosas podem ter um efeito contraproducente, levando a episódios de compulsão alimentar que, por sua vez, podem resultar em consequências psicológicas negativas, como diminuição da autoestima e oscilações no humor (TORRES *et al.*, 2020).

Apesar dessa repetição dos pais ao adotarem uma postura autoritária durante as refeições, por outro lado, ainda há as estratégias parentais que promovem

a autonomia, incentivam a independência e a disponibilização de alimentos saudáveis tem sido reconhecida como formas eficazes de apoio e encorajamento aos filhos, contribuindo assim para o desenvolvimento de uma relação saudável com a comida (JOÃO, 2020).

#### **4.1. NEOFOBIA ALIMENTAR**

Essencialmente, a introdução de alimentos novos deve ocorrer repetidas vezes para que a criança consuma um alimento desconhecido em quantidade satisfatória (PÁDUA, 2021). Diferente disso tem-se a neofobia alimentar, que se define pelo medo em consumir alimentos que não são familiares. Esse elemento exerce influência na construção dos padrões alimentares, os quais frequentemente têm suas raízes na infância entre dois e cinco anos, podendo se perpetuar pela vida adulta. A alimentação não deve ser apenas encarada como uma necessidade fundamental, mas também como uma fonte de prazer, um meio de socialização, uma forma de transmitir cultura e um elemento de elevada importância para a manutenção da saúde. A evolução da aversão a novos alimentos está ligada a uma série de fatores (TORRES *et al.*, 2021).

A família exerce influência no desenvolvimento da neofobia alimentar, pois geralmente a alimentação dos pais está diretamente ligada aos filhos, visto que o que os pais consomem é o que costumam oferecer aos seus filhos. Quanto mais diversificada e apropriada for, menor tende a ser a manifestação de neofobia alimentar nas crianças. Além disso, uma dieta mais variada dos pais pode também estimular seus filhos a estarem mais abertos para experimentar novos alimentos (COELHO, 2019).

O ato de compartilhar refeições em conjunto com a família, a presença e oferta de uma variedade de alimentos em casa, bem como o consumo desses alimentos pelos pais, diminuem a relutância das crianças em experimentar novos alimentos (COELHO, 2019). Logo, o interesse por uma ampla variedade de alimentos se inicia com os modelos fornecidos pelos pais, tornando assim a influência da família um fator crucial para a aceitação alimentar da criança (PÁDUA, 2021).

#### **4.1.2 SELETIVIDADE ALIMENTAR**

A seletividade alimentar (SA) é frequente na fase infantil resultando em uma alimentação com pouca variedade de alimentos e é caracterizada pela recusa em relação à comida, inapetência e desinteresse por alimentos (BARBOSA, 2023). A partir disso, tem-se a formação das preferências alimentares infantis que é profundamente moldada pelos hábitos alimentares e pela maneira como os pais e cuidadores se envolvem com as crianças durante as refeições e na preparação dos alimentos. Essas características exercem um impacto direto na relação que a criança desenvolve com a comida (SILVA *et al.*, 2021).

A apresentação de alimentos aos filhos pode ser um desafio para muitos pais, no entanto, é comum que algumas crianças rejeitem certas refeições até atingirem a idade de dois anos (CALÇADE, 2023). A fim de evitar que a criança desenvolva aversão a um determinado alimento é aconselhável apresentá-lo de diversas maneiras em, pelo menos dez ocasiões, observando se a criança o rejeita todas as vezes ou se eventualmente desenvolve um gosto por ele de alguma forma durante o processo de degustação.

A compreensão da importância de instruir as crianças sobre alimentação, reconhecendo que desempenham um papel fundamental na formação dos gostos e conhecimentos relacionados a esse novo universo, pode ser desafiador aos pais ou cuidadores. Uma criança que, desde a infância, consome uma ampla variedade de frutas, verduras e legumes recebem maiores quantidades de vitaminas, ferro e fibras, ao mesmo tempo em que desenvolve hábitos alimentares saudáveis (BOBADRA, 2018).

#### **4.1.3 PRESSÃO PARENTAL**

As práticas de controle são descritas como àquelas que envolvem algum tipo de orientação dos pais, intervenção intrusiva e influência sobre os pensamentos, sentimentos e comportamentos da criança. A insistência em fazer a criança comer tudo o que está no prato, como parte da pressão para se alimentar, prejudicará a capacidade da criança de reagir adequadamente ao seu próprio sinal interno. Com o passar do tempo, tais métodos acabam exercendo um impacto adverso sobre os

hábitos alimentares da criança e suas preferências, não incentivando a adoção de comportamentos independentes (JOÃO, 2020).

Os pais tendem a exercer maior controle quando estão preocupados com o crescimento, a saúde e o peso de seus filhos, especialmente quando percebem que a criança tem dificuldade em regular sua própria alimentação e é extremamente seletiva em relação aos alimentos, resultando em uma ingestão calórica reduzida. Dentre as práticas parentais de controle alimentar mais frequentemente adotadas, com o objetivo de influenciar a quantidade de comida ingerida pela criança, estão a pressão para aumentar ou diminuir o consumo alimentar da criança, a restrição, o uso de recompensas e a monitorização (OLIVEIRA e OLIVEIRA, 2019).

Existem três diferentes estilos parentais, cada um com influências distintas sobre os hábitos alimentares das crianças. Um deles é o estilo autoritário, em que os pais exercem um alto grau de controle e esperam obediência estrita, recorrendo a punições e reforços negativos, estabelecendo regras rígidas sem levar em consideração a participação da criança. A ênfase recai na abstinência como forma de controle. Por outro lado, o estilo indulgente caracteriza-se pela falta de regras e limites claros para a criança. Nesse estilo, os pais não desencorajam a responsabilidade e a maturidade, demonstram carinho, comunicação aberta e receptividade, frequentemente atendendo aos desejos da criança. A tolerância é aplicada de forma excessiva, permitindo que a criança se autorregule. Por fim, o estilo negligente emerge de baixos níveis de controle e responsividade por parte dos pais. Eles não são afetuosos nem desatentos às necessidades das crianças, exibem pouca interação social com os filhos e não monitoram de perto o comportamento deles (OLIVEIRA e OLIVEIRA, 2019).

## **5. ESTRATÉGIAS DOS PAIS NO APRENDIZADO DE PRÁTICAS SAUDÁVEIS COM OS FILHOS**

As práticas parentais representam ações empreendidas pelos pais com o propósito de instruir e exercer influência sobre o comportamento, as atitudes e as opiniões de seus filhos. É essencial reconhecer quais práticas parentais e estratégias são propícias para estabelecer hábitos alimentares saudáveis em crianças, bem

como identificar quais práticas devem ser desencorajadas (MARCONDES *et al.*, 2022).

Os responsáveis têm o poder de moldar a educação alimentar dos filhos através de três abordagens: introduzindo gradualmente novos alimentos, conectando fatores emocionais à experiência de comer e servindo como modelos a serem seguidos por seus filhos (JERÔNIMO *et al.*, 2021). As qualidades sensoriais dos alimentos, como sua textura, aroma e sabor, são de suma relevância e é fundamental permitir que a criança explore o alimento que está sendo apresentado, a fim de que ela possa realizar suas próprias descobertas e satisfazer suas necessidades individuais (BARBOSA, 2023).

É primordial que os pais adotem comportamentos exemplares, como a escolha de alimentos naturais, ricos em ferro, fibras, proteínas e vitaminas, enquanto evitam produtos industrializados que contenham aditivos. É igualmente importante não incentivar o consumo de alimentos saudáveis em troca de alimentos não saudáveis como recompensa, levando-se em consideração que a introdução de alimentos saudáveis na rotina dos filhos deve ocorrer de forma natural e que, com isso, ajudará a prevenir o excesso de peso decorrente de uma alimentação inadequada (SILVA *et al.*, 2019).

Quando se trata das práticas relacionadas à alimentação, essas estratégias são utilizadas para orientar, educar, instruir e regular o comportamento alimentar da criança (OLIVEIRA e OLIVEIRA, 2019). Abaixo seguem algumas estratégias no aprendizado de hábitos saudáveis aos filhos:

a) Manter alimentos saudáveis facilmente acessíveis à criança para a promoção da sua ingestão como, por exemplo, disponibilizar frutas preferencialmente lavadas e cortadas na geladeira, assim como verduras higienizadas e pré-cortadas (ex. pepino ou cenoura em tiras).

b) Diversificar os métodos de preparação dos alimentos como legumes salteados, grelhados ou em estufados e procure introduzir diversidade de cores para estimular a curiosidade e o interesse dela por alimentos variados.

c) Envolver a criança na preparação das refeições é um estímulo eficaz para promover o consumo de alimentos saudáveis e fortalecer os laços familiares.

d) Cultivar uma horta ou criar pequenos vasos com ervas aromáticas, assim como proporcionar à criança acesso a um pomar ou uma plantação de

alimentos, é uma maneira fascinante de expandir o conhecimento das crianças sobre a alimentação.

e) Criar um ambiente agradável para as refeições contribuirá para que as memórias sejam positivas e para o desenvolvimento de uma relação saudável com a alimentação, por isso é fundamental que a família crie um ambiente tranquilo, propício para a conversa e a interação, sem recorrer a métodos punitivos ou manipulativos e, da mesma forma, é importante desligar a televisão, sentar-se à mesa e compartilhar as refeições em conjunto, mesmo que isso seja possível apenas em uma das refeições diárias.

Concluindo, analisar os hábitos alimentares e os comportamentos relacionados à compra, preparo e disponibilização de alimentos no ambiente familiar representa um passo significativo para o desenvolvimento de práticas alimentares mais saudáveis. Embora seja um desafio a ser encarado, esse processo resulta em ganhos substanciais tais como uma melhora na saúde, na felicidade e na coesão familiar (PÁDUA, 2021).

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A alimentação tem seu ponto de partida com o aleitamento materno que atende a todas as necessidades nutricionais da criança. A partir dos seis meses de idade começa a introdução de novos alimentos, momento em que a criança começa a desenvolver seus padrões alimentares que provavelmente persistirão nos diferentes ciclos de vida.

Este estudo procurou ilustrar as razões pelas quais a família exerce influência sobre a alimentação infantil, destacando seu impacto significativo nos padrões alimentares e no modo de vida das crianças, no qual devem possibilitar que a criança explore os sabores de alimentos saudáveis, estimulando seu paladar e incentivando uma dieta diversificada. Associado a isso, ainda há a influência sobre os hábitos alimentares da criança, sejam eles saudáveis ou não, que serão moldados e adquiridos ao longo da infância com base nas estratégias e incentivos estabelecidos pelos pais refletindo-se na vida adulta.

A formação dos hábitos alimentares é influenciada por vários fatores, sendo a família um dos principais e mais significativos. A maior parte dos alimentos

para as crianças é provida pelos pais que assumem a responsabilidade pela compra, preparação, disponibilização e oferecimento dos alimentos.

Desta forma, é importante que a família esteja ciente do impacto de suas ações na alimentação de seus filhos e que se envolvam em iniciativas de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com o propósito de promover hábitos alimentares saudáveis, garantindo uma qualidade de vida que perdura ao longo dos anos.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Neurani Rodrigues; FREITAS, Francisca M N de Oliveira; LOBO, Rosimar Honorato. **Formação de hábitos alimentares na primeira infância: benefícios da alimentação saudável.** v. 10, n. 15, Research, Society and Development, 2021. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i15.22901>>. Acesso em: 15 jun. 2023.

ASSIS, Ágata; BARBORA, Débora Rodrigues; MARIANO, Heloísa Almeida de Araújo; SILVA, Jennyfer Cintra da; TOLOI, Nicole Stephany Campos; SILVERIO, Renan de Almeida; LIMA, Valéria de. **A influência da publicidade na alimentação infantil.** Cidade Tiradentes, São Paulo, 2021.

BARBOSA, Maria Myrele Braz. **Repercussões da seletividade alimentar na infância: uma revisão da literatura.** Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, Cuité 2023.

BOBADRA, Sara Bibiana Soldatelli. **Determinantes da seletividade alimentar em pré-escolares: uma revisão.** Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2018.

CALÇADE, Paula. **Seletividade alimentar infantil: como identificar quando ela se torna um problema para as crianças?** Revista Infância e maternidade. Blog Quindim, 2023.

CANUTO, Pollyanna Jorge; MEDEIROS, Carla C.M; VIANA, Rodrigo P.T; PALMEIRA, Poliana de Araújo; CARVALHO, Danielle Franklin de. **Relação das práticas parentais com sobrepeso e obesidade em adolescentes escolares: estudo de caso-controle.** Rev. v.36, baiana enferm. Salvador, 2022. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.18471/rbe.v36.46433>>. Acesso em: 21 out. 2023.

CASTELLANI, Luan Villela; GOMES, Maria Carolina de Faria; FERNANDES, Tatyane de Castro. **Os problemas da introdução precoce de alimentos industrializados na primeira infância.** Faculdade Una Pouso Alegre. Pouso Alegre-MG, 2022.

CENCI, Priscila da Silva; ADAMI, Fernanda Scherer; MACHADO, Isabel Cristina Kasper; FASSINA, Patricia. **Food practices and nutritional status of children from**

**6 months to 2 years of age in comparison with the 10 steps for a healthy food.** v. 5, n.5, Brazilian Journal of Health Review, Curitiba, 2022. 17294-17311 p.

COELHO, Victória Talita Soares. **Formação de hábitos alimentares na primeira infância.** Centro Universitário Unifacvest. Lages-SC, 2019.

CUNHA, Niágara Vieira Soares; CAVALCANTE, Iandra Karla Silva. **A mídia e os padrões alimentares na infância.** v. 11, n. 8, Research, Society and Development, 2022. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i8.30530>>. Acesso em: 25 abr. 2023.

DANTAS, Rafaela Ramos; SILVA, Giselia Alves Pontes. **O papel do ambiente obesogênico e dos estilos de vida parentais no comportamento alimentar infantil.** Revista Paulista de Pediatria, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1984-0462/;2019;37;3;00005>>. Acesso em: 08 set. 2023.

DEPIERI, B.; ZAMBONI, L. M.; MADI, E. C.; ABDALA, B. B.; ZAQUEL, M. K.; CAPELASSO, C. S.; ALVES, M. L. de A.; HANNOUCHE, T. A.; WOLOSZIN, G.; MAZZETTO, M. B. **Análise da influência do aleitamento materno na prevenção de doenças em lactentes.** v. 9, n. 7, Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, 2023. p. 1202–1210. Disponível em: <<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10690>>. Acesso em: 10 jul. 2023.

ERGAN, Barbara Cristina; CAPRARA, Gabriele Luiza; MACHADO, Mirian Benites; MOREIRA, Paula Ruffoni; HAGEN, Martine Elizabeth Kienzle; BERNARDI, Juliana Rombaldi. **Duração da amamentação e comportamentos alimentares na primeira infância: uma revisão sistemática.** Rev. Bras. Saúde Mater. Infant., Recife. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1806-9304202300000074>>. Acesso em: 30 ago. 2023.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 5. ed. Editora Atlas. São Paulo. 2010.

JERÔNIMO, Renata Albino; QUINTEIRO, Michelle Delboni dos Passos; CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de. **Influências socioculturais e parentais nas práticas alimentares no primeiro ano de vida: estudo qualitativo com mães de crianças menores de dois anos.** Universidade do Estado do Rio de Janeiro, 2021. Revista DEMETRA. DOI: 10.12957/demetra.2021.51145.

JOÃO, Patrícia Sofia Marcelino. **O papel dos pais na alimentação dos filhos: práticas parentais de autorregulação da ingestão alimentar, preocupação e percepção do peso da criança e regulação emocional.** Mestrado Integrado em Psicologia, Universidade de Lisboa Faculdade de Psicologia, 2020.

KAC, Gilberto; CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de; LACERDA, Elisa Maria de Aquino. **Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (ENANI-2019): evidências para políticas em alimentação e nutrição.** Caderno de Saúde Pública, 2023. DOI: 10.1590/0102-311XPT108923.

LEÃO, Bruna Rodrigues; SILVA, Joyce Marinho da; BRITO, Lucas Aires de; EVANGELISTA, Taynara Florisbelo; NAHAS, Paula Cândido. **Introdução alimentar: um olhar importante para o desenvolvimento infantil.** Centro Universitário UNA. Catalão/Goiás, Brasil, 2021.

LOPES, Hannah Carollini Oliveira. **Alimentação gestacional e seletividade alimentar da criança.** Faculdade AGES. Jacobina, BA, 2023.

LOPES, Wanessa Casteluber; MARQUES, Fúlvia Karine Santos; OLIVEIRA, Camila Ferreira de; RODRIGUES, Jéssica Alkmim; SILVEIRA, Marise Fagundes; CALDEIRA, Antônio Prates; PINHO, Lucinéia de. **Alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida.** Revista Paulista de Pediatria, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2018;36;2;00004>.

MARTINS, Amanda Menezes; MACHADO, Flávia Maria Vasques Farinazzi-. **A influência das mídias sociais no consumo alimentar infantil.** v. 11, n. 14, Research, Society and Development, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i14.36935>.

MARCONDES, Fernanda Bacchin; MASQUIO, Deborah Cristina Landi; CASTRO, Adriana Garcia Peggia de. **Percepções e práticas parentais associadas ao consumo alimentar e estado nutricional em crianças pré-escolares.** Revista O Mundo da Saúde, 2022.

MELO, Karen Muniz; CRUZ, Ana Cláudia Pereira; BRITO, Maria Fernanda Santos Figueiredo; PINHO, Lucinéia de. **Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância.** Escola Anna Nery, 2017. DOI: [10.1590/2177-9465-EAN-2017-0102](https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2017-0102).

MELO, Nathalia Kellen Lucas de; ANTONIO, Raelly Stephane do Carmo; PASSOS, Letícia Siqueira Falce; FURLAN, Renata Maria Moreira Moraes. **Aspectos influenciadores da introdução alimentar infantil.** Revista Distúrbios da Comunicação, São Paulo, 2021.

NONATO, Larissa Ferreira Tavares; SILVA, Jhulia Evilys Dias da; ARAÚJO, Raymme Ramos de; *et al.* **Educação alimentar e nutricional em casa: a experiência do ensino remoto na escola pública em município paraibano.** Revista Ciência Plural, 2023.

OLIVEIRA, Albanita Maria de; OLIVEIRA, Daiany Steffany da Silva. **Influência parental na formação de hábitos alimentares na primeira infância - revisão da literatura.** v. 5, nº 2. Revista Eletrônica Estácio Recife, 2019.

PÁDUA, Elaine de. **A influência da alimentação familiar nas crianças.** Ninhos do Brasil, 2021. Disponível em: <https://www.ninhosdobrasil.com.br/a-influencia-da-alimentacao-familiar-nas-criancas>. Acesso em: 15 set. 2023.

PIASETZKI, Cláudia Thomé da Rosa; BOFF, Eva Teresinha de Oliveira; BATTIST, Iara Denise Endruweit. **Influência da Família na Formação dos Hábitos**

**Alimentares e Estilos de Vida na Infância.** v. 20, n. 41, Ed. Extra, Editora Unijuí: Revista Contexto & Saúde, 2020.

RIBEIRO, Isabela de Albuquerque. **Aquisição de alimentos em domicílios brasileiros com e sem crianças.** Instituto de Medicina Social Hesio Cordeiro, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2023.

SANTOS, Kelly de Freitas; COELHO, Luana Vital; ROMANO, Márcia Christina Caetano. **Comportamento dos pais e comportamento alimentar da criança: Revisão Sistemática.** Revista Cuidarte. 2020.

SANTOS, Kelly de Freitas; REIS, Mayra Alves dos; ROMANO, Márcia Christina Caetano. **Práticas parentais e comportamento alimentar da criança.** 2021. Disponível em: <[https://doi.org/ 10.1590/1980-265X-TCE-2020-0026](https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0026)>. Acesso em: 21 out. 2023.

SILVA, Rayssa Xavier. **A influência da publicidade na alimentação infantil.** UniAtenas, Paracatu, 2022.

SILVA, Mariane Alves; MILAGRES, Luana Cupertino; CASTRO, Ana Paula Pereira; *et al.* **The consumption of ultra-processed products is associated with the best socioeconomic level of the children's families.** Cien Saude Colet. 2019. DOI: 10.1590/1413-812320182411.25632017.

SILVA, Lorena Rocha; LIMA, Maria Raquel da Silva; TEIXEIRA, Erika César Alves; *et al.* **The influence of parents in increasing the excess of children's weight: a literature review.** v. 2, n. 6. Brazilian Journal of Health Review: Curitiba, 2019. DOI:10.34119/bjhrv2n6-101.

SILVA, Naélia de Negreiros da Silva; PONTES, Cleide Maria; SOUSA, Nayara Francisca Cabral de; VASCONCELOS, Maria Gorete Lucena de. **Tecnologias em saúde e suas contribuições para a promoção do aleitamento materno: revisão integrativa da literatura.** v. 24, Ciência e Saúde Coletiva, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018242.03022017>.

SILVA, Camilla Rodrigues Evangelista; BARBOSA, Kely Regina Borges; SANTANA, Thais Nayara Gomes; GRATÃO, Lúcia Helena Almeida; GOIS, Bárbara Paixão de. **Influência dos pais sobre o hábito alimentar na infância: revisão integrativa.** Centro Científico Conhecer. Publicado em: 30/09/2021. DOI: 10.18677/EnciBio\_2021C23.

SOUSA, Natália Ferreira de. **A influência da mídia no padrão alimentar infantil.** Centro Universitário de Brasília, 2018

TORRES, Beatriz Lainy Penha Marques; PINTO, Sabrina Raquel Ripardo; SILVA, Bianca Lourrany dos Santos. **Reflexões sobre fatores determinantes dos hábitos alimentares na infância.** v. 6, n. 9, Brazilian Journal of Development, 2020. DOI:10.34117/bjdv6n9-164.

TORRES, Thamara de Oliveira; GOMES, Daiene Rosa; MATTOS, Mússio Pirajá. **Factors associated with food neophobia in children: Systematic Review.** Revista Paulista de Pediatria 2021.

TEIXEIRA, Keslen Maria Alves; ARAÚJO, Rhaysa Ferreira de; GARCIA, Paloma Popov Custódio. **A influência da família e meio social na formação do hábito alimentar do pré-escolar e escolar.** v. 12, n. 6, Research, Society and Development, 2023 DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v12i6.42202>.

WAHLBRINCK, Jenifer Sofia; ADAMI, Fernanda Scherer; CONDE, Simara Rufatto. **Influência do comportamento alimentar dos pais no excesso de peso na infância.** Revista Científica Multidisciplinar, 2022. DOI: <https://doi.org/10.47820/recima21.v3i7.1721>.

YASSINE, Yasmin Imad; ORDOÑEZ, Ana Manuela; SOUZA, Isabel Fernandes de. **A influência do comportamento alimentar familiar na primeira infância: Uma revisão integrativa.** Ano 05, Ed. 11, Vol. 20, Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. pp. 43-63. Novembro de 2020. ISSN: 2448-0959.