

UNIVERSIDADE SANTO AMARO

CURSO DE NUTRIÇÃO

GEISLA SOUZA JORGE

**ALIMENTAÇÃO NA PRIMEIRA INFÂNCIA: O PAPEL DAS ESCOLAS NA
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL ÀS
FAMÍLIAS**

SÃO PAULO

2024

Geisla Souza Jorge

**ALIMENTAÇÃO NA PRIMEIRA INFÂNCIA: O PAPEL DAS ESCOLAS NA
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL ÀS
FAMÍLIAS**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de nutrição da universidade Santo Amaro – UNISA, como requisito parcial para obtenção do título de Graduação em nutrição.

Orientadora: Prof^a. Ms. Raquel Nunes Silva

SÃO PAULO

2024

J71a

Jorge, Geisla Souza

Alimentação na primeira infância: o papel das escolas na promoção da alimentação adequada e saudável às famílias / Geisla Souza Jorge. – São Paulo, 2024.

37 p. : P&B.

Orientador: Profa. Dra. Raquel Nunes Silva.

TCC Graduação. (Curso Superior em Nutrição) - Universidade Santo Amaro, 2024.

Bibliografia incluída.

1. Alimentação na primeira infância. 2. Educação nutricional. 3. Promoção da saúde. I. Silva, Raquel Nunes. II. Universidade Santo Amaro. III. Título.

CDD 613.286

GEISLA SOUZA JORGE

**ALIMENTAÇÃO NA PRIMEIRA INFÂNCIA: O PAPEL DAS ESCOLAS NA
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL ÀS FAMÍLIAS.**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de nutrição da universidade Santo Amaro – UNISA, como requisito parcial para obtenção do título de Graduação em nutrição.

São Paulo, de de

Banca Examinadora

Prof^a. Ms. Clara Rodrigues

Prof^a. Ms. Ingrid Campos

Conceito final

AGRADECIMENTOS

Gostaria de expressar minha profunda gratidão a Deus, pela força que foi fundamental em minha jornada até aqui. Ele me guiou ao longo destes quatro anos de trabalho duro em meio a tantos desafios, e por isso sou eternamente grata. Em segundo lugar, quero dedicar um sincero agradecimento à minha mãe, que me apoiou desde o princípio e me deu forças que foram essenciais para a realização deste sonho. Agradeço também ao meu marido, por sua paciência durante meus momentos de desespero e por estar sempre ao meu lado nesse ciclo.

À minha irmã caçula, devo minha escolha pela área de nutrição. Seu exemplo e inspiração foram os alicerces que me guiaram até aqui. Desejo-lhe toda a saúde do mundo para testemunhar minha trajetória e compartilhar de minhas conquistas nesta área que tanto amo e dedico a ela.

Minha gratidão também se estende à minha orientadora, Raquel Nunes que me guiou com clareza, paciência e apoio nessa trajetória difícil e desafiadora, obrigada por tudo e principalmente por ser essa professora maravilhosa.

Por fim agradeço a mim mesma por ter seguido até o final do curso mesmo com todas as dificuldades encontradas no caminho e ter acreditado no meu potencial e não ter desistido independentes das batalhas.

Resumo

Introdução. A alimentação na primeira infância é fundamental para o desenvolvimento saudável, influenciando aspectos físicos, cognitivos e emocionais. Este estudo investiga o papel das escolas na promoção de uma alimentação adequada e saudável, destacando a importância de programas de educação nutricional para crianças e suas famílias. Justifica-se pela necessidade de abordar os desafios nutricionais e promover hábitos alimentares saudáveis desde cedo, em um contexto onde a escola serve como um ambiente crucial para essa formação. **Objetivo.** analisar o impacto dos programas de alimentação escolar na formação de hábitos alimentares saudáveis. **Metodologia.** A metodologia adotada foi a revisão bibliográfica, abrangendo artigos e trabalhos publicados nos últimos dez anos, com busca realizada em bases de dados como SciELO, Repositório UFPE e BDTD. Foram utilizadas palavras-chave como "alimentação infantil", "educação nutricional" e "políticas públicas de nutrição". **Desenvolvimento.** A análise dos resultados mostrou que a colaboração entre escola e família é essencial para a eficácia dos programas, destacando também a necessidade de capacitação contínua para educadores e a importância de políticas públicas de suporte. **Conclusão.** Conclui-se que as escolas têm um papel central na promoção de hábitos alimentares saudáveis, mas sua eficácia depende de uma abordagem integrada que inclua famílias e apoio governamental. Este estudo contribui para a compreensão das melhores práticas e dos desafios na implementação de programas de nutrição na infância, oferecendo insights valiosos para futuras intervenções e políticas.

Palavras-chaves: Alimentação na primeira infância; Educação nutricional; Promoção da saúde

ABSTRACT

Introduction. Nutrition in early childhood is essential for healthy development, influencing physical, cognitive and emotional aspects. This study investigates the role of schools in promoting adequate and healthy nutrition, highlighting the importance of nutritional education programs for children and their families. It is justified by the need to address nutritional challenges and promote healthy eating habits from an early age, in a context where the school serves as a crucial environment for this formation. **Objective.** to analyze the impact of school feeding programs on the formation of healthy eating habits. **Methodology.** The methodology adopted was a bibliographic review, covering articles and papers published in the last ten years, with searches carried out in databases such as SciELO, Repositório UFPE and BDTD. Keywords such as "child nutrition", "nutritional education" and "public nutrition policies" were used. **Development.** The analysis of the results showed that collaboration between school and family is essential for the effectiveness of the programs, also highlighting the need for continuous training for educators and the importance of supportive public policies. **Conclusion.** It is concluded that schools have a central role in promoting healthy eating habits, but their effectiveness depends on an integrated approach that includes families and government support. This study contributes to the understanding of best practices and challenges in implementing early childhood nutrition programs, offering valuable insights for future interventions and policies.

Keywords: Early childhood nutrition; Nutrition education; Health promotion

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 JUSTIFICATIVA	11
3. OBJETIVOS.....	12
3.1 Objetivo geral.....	12
3.2 Objetivos específicos.....	12
4. METODOLOGIA.....	13
5. REVISÃO DA LITERATURA.....	14
5.1 Alimentação saudável na primeira infância.....	14
5.2 Papel das Escolas na Promoção da Alimentação Saudável.....	16
5.3 Estilos parentais e nutrição da criança escolar.....	18
5.4 A importância da prevenção a obesidade infantil	21
5.5 Educação Alimentar E Nutricional.....	24
6. RESULTADOS.....	29
7. DISCUSSÃO.....	33
8. CONCLUSÃO.....	35
9. REFERENCIAS.....	36

1. INTRODUÇÃO

A alimentação humana, pautada por diversas diferenças culturais vem sendo pautada por mudanças nos últimos tempos, sugerindo alterações nos hábitos alimentares em diversos países, inclusive no Brasil. O comportamento alimentar humano é estudado e a aprendizagem e o estabelecimento do comportamento alimentar são iniciados ainda na fase pré-natal, sendo a alimentação da mãe influência nas preferências alimentares da criança. A infância é uma fase essencial para o desenvolvimento de hábitos e comportamentos que impactam a saúde e a qualidade de vida das crianças no futuro. Desde a gestação, a criança sofre influência em seu desenvolvimento fetal, relacionado ao estado nutricional materno, mas também, a maneira como a mãe se alimenta durante a gravidez tem influência direta nos hábitos alimentares do bebê no decorrer da sua infância e adolescência^{1,2}.

O direito humano à alimentação deverá ser assegurado por intermédio de políticas de segurança alimentar e nutricional que, por sua vez, são de responsabilidade do Estado e da sociedade sobre a qual pesam obrigações frente a normas legais universais. Colocado como crucial para a fruição dos demais direitos, o direito à nutrição adequada, de estar livre da fome e ter acesso à alimentação saudável, integra o conjunto dos direitos dos povos promovidos seja pela Declaração Universal dos Direitos Humanos. Assim, por meio de uma correta introdução de alimentos na primeira infância, além de oferta de alimentos variados e saudáveis, que são iniciadas a formação e a concretização de hábitos alimentares benéficos. Posteriormente, a comunidade escolar na qual a criança for inserida, tem um papel muito relevante no aprimoramento desses hábitos alimentares, e até mesmo na construção de novos hábitos e experiências alimentares³

Considerando que a primeira infância é uma etapa de intenso desenvolvimento infantil e formação de hábitos, a introdução da alimentação complementar precisa ser oferecida de forma adequada e saudável. Essa deve ser feita de maneira regular, respeitando os horários e as particularidades da criança, com a introdução de alimentos variados, in natura e minimamente processados, de forma atrativa sensorialmente e provendo as refeições junto à família⁴.

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN), que é a intervenção que ressalta a

importância da equipe multiprofissional e a intersetorialidade, em que o aprendizado é constante, no qual os indivíduos consigam mudar seus hábitos alimentares a partir de metodologias ativas e didáticas. EAN é elemento crucial na construção de hábitos alimentares saudáveis, que são formados no ambiente escolar, comunitário e familiar. As ações voltadas para EAN compõem o início da aprendizagem sobre alimentação saudável, devendo as atividades serem efetivas e duradouras, realizadas de modo contínuo e permanente desde a primeira infância, fase que possibilita reflexão dos elementos alusivos a este tipo de alimentação⁵.

A EAN é definida como uma intervenção que enfatiza a multiprofissionalidade e a intersetorialidade, em que o aprendizado é constante. Ela busca fazer com que os indivíduos consigam mudar seus hábitos alimentares a partir de metodologias ativas e didáticas. Através da EAN, as informações repassadas levam conhecimento e devem respeitar a cultura e as particularidades de cada grupo. As instituições escolares se configuram como uma rede de apoio, complementando a ação da família, com o intuito de auxiliar na formação de cidadãos e de hábitos, dentre estes os alimentares. O comportamento alimentar em idade escolar é norteado, principalmente, pelo ambiente familiar e pela comunidade escolar em que a criança está inserida¹.

Além disso, o consumidor está cada vez mais preocupado com sua dieta e interessado em fazer escolhas saudáveis, o que o torna mais exigente com os alimentos, esperando preços satisfatórios e qualidade. Um mecanismo utilizado no auxílio de escolhas de alimentos é o rótulo da embalagem, uma vez que “são elementos essenciais de comunicação entre produtos e consumidores. No rótulo os consumidores podem encontrar, além das tradicionais tabelas nutricionais e das alegações de saúde, outros elementos como os selos de certificação de qualidade, os quais podem contribuir para a decisão de compra de produtos alimentícios.. Juntamente com os pais ou cuidadores, a escola tem um papel fundamental na formação dos hábitos alimentares das crianças¹.

2. JUSTIFICATIVA

Sabe-se que a alimentação infantil é de extrema importância, por este motivo, é tão importante que se tenha consciência da nutrição infantil não somente em casa, mas na escola, Assim, espera-se que este estudo possa contribuir para a maior compreensão do papel da nutrição no desenvolvimento infantil em crianças em idade escolar, e de estratégias de nutricionista na prevenção da obesidade infantil, sobretudo no estilo parental.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo Geral

Descrever a importância da alimentação saudável na infância, e o papel da escola na sensibilização das famílias sobre alimentação saudável na primeira infância.

3.2 Objetivos específicos

Descrever a alimentação saudável na primeira infância,
Identificar o papel das escolas na promoção da alimentação saudável e
Descrever os estilos parentais e nutrição da criança escolar.

4. METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão de literatura de publicações em periódicos. A busca da literatura foi feita nas bases de dados eletrônicas como: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Health Information from the National Library of Medicine* (Medline), *Nacional Library of Medicine* (PubMed) e na biblioteca eletrônica *Scientific Electronic Library On-line* (SciELO), publicados no período de 2018 a 2024.

Os descritores utilizados foram: alimentação na primeira infância", "nutrição infantil", "promoção da saúde", "alimentação escolar", "educação nutricional", "políticas públicas de nutrição", "colaboração escola-família", e "programas de alimentação escolar". Estas palavras-chave foram escolhidas para cobrir um espectro amplo de tópicos relacionados ao papel das escolas na promoção de uma alimentação adequada e saudável, bem como para identificar estudos que abordem tanto as práticas de intervenção quanto as percepções de educadores, pais e formuladores de políticas.

Os artigos foram avaliados e os que atenderam aos objetivos do estudo, estavam nos idiomas português e inglês, e tiverem sido publicados nos últimos 06 anos, foram incluídos no roteiro para registro. Foram excluídos os artigos que não estavam disponíveis na íntegra e que foram publicados em outra língua que não o português e inglês.

5. REVISÃO DA LITERATURA

5.1 Alimentação Saudável Na Primeira Infância

A alimentação saudável na primeira infância é um tema de grande relevância, dado seu impacto duradouro no desenvolvimento físico e cognitivo das crianças. A importância de uma abordagem estruturada para promover hábitos alimentares saudáveis desde cedo, apontando fragilidades no contexto da Atenção Básica em relação à implementação de políticas eficazes. A formação de hábitos alimentares adequados é crucial durante os primeiros anos de vida, quando o paladar e as preferências alimentares estão sendo desenvolvidos⁶.

O comportamento alimentar humano é aprendido e estabelecido desde o estabelecimento do comportamento alimentar ainda na fase pré-natal, sendo a alimentação da mãe uma influência nas preferências alimentares da criança no futuro. Desde a gestação, a criança sofre influência em seu desenvolvimento fetal, relacionado ao estado nutricional materno, mas também, a maneira como a mãe se alimenta durante a gravidez tem influência direta nos hábitos alimentares do bebê no decorrer da sua infância e adolescência¹.

O Instituto NeuroSaber (2024) sublinha a importância de uma alimentação adequada para o desenvolvimento cognitivo e físico das crianças, observando que uma nutrição balanceada contribui para melhor desempenho escolar e desenvolvimento social. Essa perspectiva é apoiada por Castro et al.⁸, que afirma evidências sobre a transição nutricional em crianças brasileiras e as implicações de políticas públicas na melhoria da saúde infantil^{7,8}.

A educação alimentar e nutricional como parte fundamental das políticas de saúde pública, ressaltando a necessidade de uma abordagem holística que inclua educação, saúde e bem-estar social. Nos primeiros mil dias de vida, são particularmente críticos, pois uma nutrição adequada durante esse período é essencial para o desenvolvimento cerebral e o fortalecimento do sistema imunológico, assim, uma nutrição adequada nesse período é crucial para prevenir doenças crônicas e promover o desenvolvimento saudável⁹.

Os autores Schall ; Streechiner¹⁰ acrescentam que a educação alimentar e nutricional não deve apenas focar na transmissão de informações, mas também na criação de um ambiente que favoreça escolhas alimentares saudáveis. Eles enfatizam que políticas públicas devem ser integradas, proporcionando acesso a alimentos saudáveis e promovendo a educação nutricional de forma inclusiva e abrangente¹⁰.

No Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil reforçam a necessidade de políticas públicas que facilitem o acesso a alimentos saudáveis e desencorajem o consumo de ultraprocessados. O estudo destaca a persistência de desigualdades regionais e socioeconômicas que afetam negativamente a nutrição infantil, sublinhando a importância de uma abordagem política que aborde essas disparidades de maneira eficaz⁸.

A nutrição adequada na primeira infância é fundamental para o desenvolvimento saudável das crianças, influenciando não apenas sua saúde física, mas também seu desenvolvimento cognitivo e emocional. Schall; Streechiner enfatizam a necessidade de uma abordagem abrangente que inclua a promoção de práticas alimentares saudáveis por meio de políticas públicas e educação nutricional. Eles argumentam que a criação de ambientes propícios para escolhas alimentares saudáveis é crucial, especialmente em contextos escolares, onde crianças passam grande parte do seu tempo¹⁰.

Castro et al.⁸ evidenciam, em sua análise, que as disparidades socioeconômicas continuam a ser um desafio significativo para a implementação de práticas alimentares saudáveis. Eles observam que regiões com menor acesso a recursos e políticas de apoio enfrentam maiores desafios na promoção de uma nutrição adequada, resultando em desigualdades persistentes na saúde infantil. Isso sugere a necessidade de uma abordagem coordenada e multifacetada que envolva não apenas as escolas e famílias, mas também o governo e a sociedade em geral.

É crucial reconhecer que a promoção de uma alimentação saudável na primeira infância é uma responsabilidade compartilhada. A educação nutricional deve ser integrada de forma consistente nas políticas públicas, nas práticas escolares e nas orientações familiares, visando criar um ambiente que apoie o desenvolvimento integral das crianças. A literatura demonstra que, ao garantir uma base nutricional sólida durante os primeiros anos de vida, não só garante melhorar a saúde e o bem-estar imediato das

crianças, mas também promover um crescimento saudável que perdura por toda a vida. As evidências acumuladas sublinham a importância de uma abordagem integrada e proativa para enfrentar os desafios nutricionais na infância, garantindo que todas as crianças tenham a oportunidade de desenvolver todo o seu potencial¹¹.

5.2. Papel das Escolas na Promoção da Alimentação Saudável

As escolas desempenham um papel fundamental na promoção da alimentação saudável, atuando como centros de inovação nutricional e implementando programas de alimentação escolar que impactam significativamente a saúde das crianças. A alimentação escolar, como estratégia educativa, é uma abordagem importante para fomentar hábitos alimentares saudáveis entre os alunos, conforme observado por Santos (2019). Através de programas estruturados, as escolas não apenas fornecem refeições balanceadas, mas também educam as crianças sobre escolhas alimentares saudáveis, criando uma base para hábitos nutricionais positivos¹².

Um estudo os autores analisam o impacto do Programa Horta Educativa, que visa integrar práticas de cultivo de hortas com a educação nutricional. Este programa demonstra como as escolas podem se tornar centros de inovação nutricional, oferecendo um ambiente onde os alunos aprendem sobre a origem dos alimentos e a importância de uma dieta balanceada. A inclusão de práticas como essa não só melhora a qualidade da alimentação escolar, mas também aumenta o engajamento dos estudantes em práticas alimentares saudáveis¹³.

O Programa Saúde na Escola (PSE), aborda a promoção de hábitos alimentares saudáveis como parte de uma abordagem mais ampla de saúde escolar. Esse programa busca integrar a saúde e a educação, promovendo práticas alimentares saudáveis entre os alunos e suas famílias. A implementação do PSE enfrenta desafios, como a necessidade de maior coordenação entre as secretarias de saúde e educação, e a inclusão de profissionais qualificados para apoiar essas iniciativas¹⁴.

A legislação brasileira, representada pela Lei nº 11.947/2009 e a Resolução CD/FNDE nº 26/2013, estabelece diretrizes claras para o atendimento da alimentação escolar, incluindo a promoção de uma dieta balanceada e a inclusão de alimentos

regionais e frescos (Brasil, 2009; 2013). Essas políticas são essenciais para garantir que todas as crianças tenham acesso a uma alimentação adequada, independentemente de sua condição socioeconômica¹⁵.

Buss, Hartz e Pinto¹⁶ oferecem uma perspectiva histórica sobre a promoção da saúde e a qualidade de vida, ressaltando que a alimentação escolar é uma parte vital das políticas de saúde pública. A abordagem de longo prazo dessas políticas é essencial para abordar questões complexas como a obesidade infantil e as deficiências nutricionais.

O papel das escolas na promoção da alimentação saudável se estende além do simples fornecimento de refeições nutritivas, englobando também o desenvolvimento de uma cultura de saúde e bem-estar entre os alunos. Esse papel é particularmente destacado nos estudos de Buss, Hartz e Pinto sublinham a necessidade de políticas de saúde pública integradas que promovam não apenas a nutrição adequada, mas também a educação sobre saúde como um todo. As escolas, nesse contexto, funcionam como locais de educação e prática de saúde, preparando os estudantes para uma vida adulta saudável¹⁶.

O impacto do Programa Horta Educativa vai além da simples implementação de hortas escolares, promovendo uma compreensão mais profunda da cadeia de alimentos, desde o cultivo até o consumo. Isso não só fornece aos alunos acesso a alimentos frescos, mas também os educa sobre a importância de uma dieta diversificada e equilibrada. Eles argumentam que "a integração de práticas agrícolas no currículo escolar pode estimular um maior interesse e compreensão sobre nutrição e sustentabilidade alimentar"¹³.

Os desafios enfrentados na implementação do PSE, visa integrar a saúde e a educação, promovendo práticas saudáveis entre os alunos. Eles apontam que a falta de coordenação entre os setores de saúde e educação pode limitar a eficácia dessas iniciativas. A implementação bem-sucedida do PSE requer não apenas a colaboração entre essas esferas, mas também o envolvimento ativo de toda a comunidade escolar, incluindo professores, pais e profissionais de saúde¹⁴.

Existem barreiras adicionais, como a falta de recursos e treinamento adequado para os profissionais envolvidos no PSE. Eles sugerem que o fortalecimento da capacitação e o aumento do suporte institucional são cruciais para o sucesso das

iniciativas de promoção da saúde nas escolas. Essas ações são necessárias para garantir que as práticas recomendadas sejam implementadas de maneira eficaz e que os alunos possam realmente se beneficiar delas¹⁴.

Além de fornecer refeições nutritivas, as escolas têm a responsabilidade de educar os alunos sobre a importância de uma alimentação balanceada e os impactos de suas escolhas alimentares no bem-estar geral. Buss, Hartz e Pinto (2020) destacam que a educação nutricional integrada ao currículo escolar pode formar uma base sólida para a promoção da saúde pública, ao capacitar os alunos com conhecimentos e habilidades para fazer escolhas alimentares informadas¹⁷.

Iniciativas como o Programa Horta Educativa não apenas melhoram o acesso a alimentos frescos, mas também incentivam uma compreensão mais profunda dos processos agrícolas e dos benefícios de uma alimentação rica em nutrientes. Eles apontam que a interação direta com o cultivo de alimentos pode transformar a percepção dos alunos sobre a comida, incentivando práticas alimentares mais conscientes e saudáveis¹³.

As escolas desempenham um papel crucial na promoção da alimentação saudável e na educação nutricional. Através de uma abordagem integrada que inclui programas educacionais inovadores, apoio legislativo e políticas de compra de alimentos, as escolas têm o potencial de transformar a saúde pública. A educação nutricional e a implementação de programas de alimentação escolar não são apenas uma questão de fornecer alimentos, mas sim de criar uma cultura de saúde que prepara os alunos para uma vida de escolhas alimentares conscientes e saudáveis. A continuidade e o aprimoramento dessas iniciativas são essenciais para enfrentar desafios nutricionais complexos, como a obesidade infantil e as deficiências alimentares, promovendo, assim, uma sociedade mais saudável e equitativa¹⁷.

5.3 Estilos parentais e nutrição da criança escolar

O envolvimento familiar na nutrição infantil é uma peça chave para a promoção de hábitos alimentares saudáveis desde cedo. A literatura sugere que uma colaboração efetiva entre escola e família pode significativamente influenciar o desenvolvimento de práticas alimentares positivas e o sucesso escolar. Os pais têm um papel fundamental

na alimentação da criança, e acabam contribuindo para o aumento de peso até mesmo a obesidade a partir de hábitos alimentares inadequados¹⁸.

Os estilos parentais causam efeitos indiretos nos desenlaces do desenvolvimento infantil, uma vez que interferem no impacto das estratégias parentais utilizadas no comportamento dos filhos. Os estilos parentais refletem o clima emocional no qual essas práticas ocorrem e exerce influência significativa no comportamento infantil, uma vez que possibilita à criança aceitar ou não as estratégias utilizadas pelos cuidadores¹⁹.

O estilo parental acrescenta um conjunto de valores, crenças, conhecimentos e hábitos que podem influenciar práticas saudáveis ou não de seus membros. Diante disso, a dinâmica familiar exerce papel essencial na mudança de práticas alimentares de seus filhos para controle ou tratamento do excesso de peso. Neste cenário, a figura dos pais adota um papel de destaque, sendo importantes no desenvolvimento destes hábitos, visto que são os diretamente responsáveis pelos primeiros alimentos oferecidos à criança. Diante disso, é pertinente afirmar que a obesidade infantil é, provocada inicialmente pela família e a posteriori por processos culturais e psicossociais²⁰.

Castro e Regattieri⁸ exploram as estratégias para fortalecer a relação entre escola e família, sugerindo que práticas escolares inclusivas e programas educativos voltados para a nutrição podem aumentar significativamente a participação dos pais. Eles ressaltam que, quando os pais estão envolvidos, as crianças tendem a apresentar melhores resultados acadêmicos e comportamentais, o que inclui hábitos alimentares mais saudáveis. A presença de pais e responsáveis nos programas escolares ajuda a criar uma rede de apoio que encoraja escolhas alimentares conscientes e equilibradas.

Marques²¹ identifica as intersecções e desafios na relação família-escola, destacando que a integração desses dois ambientes é essencial para o desenvolvimento cognitivo e emocional das crianças. Ele argumenta que, apesar dos desafios, como a falta de tempo dos pais e a distância entre os valores escolares e familiares, uma comunicação aberta e contínua pode mitigar essas dificuldades e fortalecer a parceria.

Ao se observar o papel dos pais no incentivo às habilidades de estudo em crianças, em uma abordagem estruturada e consistente por parte dos pais pode promover melhores resultados acadêmicos e comportamentais, se sugere que os pais devem ser

encorajados a estabelecer rotinas de estudo e alimentação saudáveis, proporcionando um ambiente doméstico que apoie o aprendizado e o bem-estar²².

Santos conclui que tanto a família quanto a escola são contextos fundamentais para o desenvolvimento das crianças, e que a cooperação entre esses dois ambientes pode proporcionar um suporte essencial para o crescimento saudável e o sucesso educacional. Ele sugere que iniciativas conjuntas de educação nutricional podem ajudar a alinhar os valores e as práticas de ambos os ambientes, promovendo uma abordagem unificada para a saúde infantil¹⁸.

Os autores Castro e Regattieri⁸ propõem que a implementação de programas que envolvem os pais em atividades escolares, como oficinas de culinária e palestras sobre nutrição, pode aumentar a conscientização sobre a importância de uma dieta equilibrada. Eles afirmam que "a presença ativa dos pais em programas educacionais de nutrição é um indicador positivo de sucesso, pois permite que as crianças recebam apoio contínuo em casa" p. 78. Esses programas ajudam a construir um entendimento comum entre pais e educadores sobre a importância da alimentação saudável, o que é essencial para o desenvolvimento de hábitos alimentares duradouros⁸.

Corroborando, tem-se que o papel crucial dos pais no incentivo ao estudo e no apoio à educação alimentar. Gonçalves aponta que o envolvimento dos pais na vida acadêmica dos filhos não só melhora o desempenho escolar, mas também promove comportamentos alimentares mais saudáveis²²

Santos completa essa análise ao discutir como a relação família-escola pode ser estruturada para promover um desenvolvimento saudável. Estratégias como a criação de conselhos escolares que incluam pais podem ajudar a alinhar os objetivos educativos e de saúde, promovendo uma abordagem coesa e cooperativa. Desse modo, tanto a escola quanto a família são fundamentais para o desenvolvimento das crianças, e que a colaboração entre esses ambientes é essencial para criar um suporte robusto que favoreça o crescimento saudável e o sucesso educacional¹⁸.

A importância do envolvimento familiar na nutrição infantil não pode ser subestimada, especialmente quando se considera a formação de hábitos alimentares saudáveis e o sucesso escolar das crianças. A literatura destaca que a participação ativa dos pais é um fator crucial para a implementação eficaz de programas nutricionais e

educacionais nas escolas. A integração entre a família e a escola cria um ambiente de aprendizado mais holístico, onde as crianças recebem mensagens consistentes sobre saúde e nutrição tanto em casa quanto na escola. Essa consistência é fundamental para reforçar práticas saudáveis e promover o bem-estar infantil²³.

Gonçalves²² acrescentam que o envolvimento dos pais é particularmente importante para o desenvolvimento de habilidades de estudo e comportamentos alimentares saudáveis. Eles apontam que os pais que estabelecem rotinas estruturadas e incentivam hábitos de estudo e alimentação saudáveis contribuem significativamente para o desempenho acadêmico e o bem-estar geral dos seus filhos. Essas práticas não apenas melhoram o desempenho escolar, mas também preparam as crianças para enfrentar desafios futuros de maneira mais resiliente e informada.

O envolvimento familiar é um componente crítico na promoção da nutrição infantil e do sucesso escolar. A literatura destaca que uma abordagem colaborativa e integrada entre escola e família é essencial para enfrentar desafios como a desnutrição e a obesidade infantil, e para promover o desenvolvimento saudável das crianças.

5.4. A importância da prevenção a obesidade infantil

A obesidade é tida como um agravo de saúde complexo e de difícil enfrentamento devido à sua etiologia multifatorial composta por fatores genéticos, ambientais e socioculturais. O fator genético pode exercer papel expressivo no desequilíbrio energético. Os fatores ambientais são caracterizados, na atualidade, pelo aumento do consumo de alimentos de baixo custo, processados e de alta concentração energética. Somam-se a esses fatores os hábitos culturais e sociais que influenciam no consumo de alimentos inadequados, bem como na inatividade física, resultando no excesso de peso²⁴.

A obesidade infantil é um dos grandes problemas de saúde pública da atualidade no Brasil e no Mundo. Ela é caracterizada como uma doença crônica determinada por diversos fatores e um problema de saúde pública, tendo como importante fator de risco de doenças crônicas, elevando precocemente o risco para doenças cardiovasculares. Além disto, existem fatores externos que podem influenciar nas escolhas alimentares das crianças. A família tem papel determinante durante o processo de aprendizagem da

alimentação das crianças, de forma que os hábitos de vida dos pais, os estilos parentais e a sua interação com os filhos são significativos para a formação dos hábitos alimentares infantis. Os pais terão que ficar atentos as doenças agregadas, realizando consultas rotineiras para averiguar se não houve desenvolvimento das possíveis complicações que a obesidade traz a saúde da criança²⁵.

A obesidade tem sido simultaneamente apontada como um fator de risco importante para a elevação da mortalidade e para a ocorrência de doenças crônicas não-transmissíveis. É uma epidemia mundial e com sua incidência crescente na infância, esse problema torna-se alarmante, ainda mais quando se considera a sua evolução e associações. O desenvolvimento precoce da obesidade desde a tenra idade, é um forte preditor da persistência dessa enfermidade na vida adulta e fator de risco para o desenvolvimento de outras doenças crônicas não transmissíveis como doenças cardiovasculares, dislipidemia, hipertensão arterial, diabetes tipo 2 e alguns tipos de neoplasia ²⁶.

Em crianças, o aumento de peso está associado ao desenvolvimento da obesidade nos adultos e a vários fatores, dentre os quais, está um distúrbio com múltiplas causas, classificadas em três categorias principais: fatores genéticos, comportamentais e ambientais. Na obesidade infantil, tem-se que a avaliação do estado nutricional das crianças brasileiras tem revelado mudanças, apesar de o contexto epidemiológico indicar clara convivência do ainda recorrente problema da desnutrição com o avanço do sobrepeso e da obesidade¹⁸

O desequilíbrio alimentar na infância propicia complicações de saúde, como diabetes, doenças cardiovasculares, dislipidemia e englobam desde estado físico até psíquico, diminuindo a qualidade de vida, necessitando de acompanhamento médico contínuo na vida adulta. O autor ainda relata que o estilo de vida da família exerce papel capital nos padrões alimentares que será adotado pela criança e adolescente, principalmente os pais, que são responsáveis por orientar sobre uma alimentação saudável e a importância da prática de atividades físicas²⁵.

Os pais têm um papel fundamental na alimentação da criança, e acabam contribuindo para o aumento de peso até mesmo a obesidade a partir de hábitos alimentares inadequados. Além disso, é comum que se dê preferência a alimentos

industrializados, de preparo rápido que influencia diretamente no aumento de peso da criança, o que caracteriza o estilo parental²⁴.

A importância do ambiente familiar no comportamento alimentar infantil, destacando o estilo parental autoritativo como o mais benéfico para hábitos alimentares saudáveis. O estilo parental exerce papel influenciador no padrões dietéticos da criança. As práticas parentais de alimentação que não respondem às necessidades de fome das crianças podem reduzir a sua capacidade reguladora, incrementando o consumo calórico. Um controle parental excessivo de quando, o quê e quanto é que a criança comerá pode levar a criança a ignorar os seus sentimento de fome e a níveis mais elevados de consumo²⁵..

Práticas educativas parentais relacionadas a alimentação são estratégias utilizadas para incentivar a adesão de comportamentos alimentares considerados adequados. Escolha dos alimentos, local e horário das refeições, quantidade e qualidade dos alimentos consumidos e preparação das refeições são práticas aprendidas no ambiente familiar. Um aprendizado inicial equivocado dificultará posteriormente na adesão de uma dieta saudável. A adequada abordagem no tratamento e prevenção do excesso de peso na infância requer o conhecimento destes fatores pelos profissionais de saúde. A intervenção em saúde deve levar em conta a complexidade da associação dos diversos fatores causadores de obesidade na infância²⁶..

Estudos referem que existe relação do nível de instrução materna com excesso de peso na infância, sendo que quanto maior a escolaridade materna, maior a participação no mercado de trabalho e conseqüentemente menor tempo disponível para o cuidado familiar, possibilitando a influência da mídia e de cuidadores nos hábitos alimentares de seus filhos. Acrescente a isso as escolhas alimentares maternas. Mães com hábitos alimentares inadequados apresentam excesso de peso e transferem esses hábitos aos seus filhos conferindo assim uma associação entre o excesso de peso materno e infantil²⁷.

Um dos desafios dos profissionais da área da saúde é ajudar os pais a se conscientizarem que a obesidade é uma doença e que aceitem o tratamento, ajudá-los a lidar com a mudança nos hábitos alimentares, acrescentar atividades físicos no seu cotidiano juntamente com a criança, para que a criança tenha os pais como um bom

exemplo de uma vida saudável, sendo assim a criança terá uma aceitação melhor da mudança de hábitos. Os pais terão que ficar atentos as doenças agregadas, realizando consultas rotineiras para averiguar se não houve desenvolvimento das possíveis complicações que a obesidade traz a saúde da criança²⁸.

Dentre os diversos fatores que contribuem para o excesso de peso na infância, estão a relação genética, comportamental e ambiental no desenvolvimento deste transtorno nutricional. O rápido aumento na prevalência do excesso de peso infantil observado nas últimas décadas tem sido atribuído à influência ambiental, como o local de residência, acesso a alimentos industrializados, sedentarismo, e a as práticas educativas parentais²⁷.

As práticas educativas alimentares vivenciadas durante a infância repercutem nas relações com os alimentos durante a vida adulta. Escolha dos alimentos, local e horário das refeições, quantidade e qualidade dos alimentos consumidos e preparação das refeições são práticas aprendidas no ambiente familiar. O nutricionista tem uma contribuição muito significativa na prevenção da obesidade infantil, pois é o profissional mais indicado para realizar educação em saúde, por estar em constante contato com as crianças e famílias²⁶.

5.5 Educação Alimentar E Nutricional

A educação alimentar e nutricional são componentes fundamentais para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, tanto para crianças quanto para seus pais. A literatura destaca a importância de métodos educacionais eficazes e inovadores para promover o conhecimento sobre nutrição e influenciar positivamente as escolhas alimentares em casa²⁷.

O comportamento alimentar em idade escolar é norteado, principalmente, pelo ambiente familiar e pela comunidade escolar em que a criança está inserida. Tendo isso em vista, é através de uma correta introdução de alimentos nos anos iniciais da criança, além de oferta de alimentos variados e saudáveis, em um ambiente adequado, que são iniciadas a formação e a concretização de hábitos alimentares benéficos. Posteriormente, a comunidade escolar na qual a criança for inserida, tem um papel muito relevante no

aprimoramento desses hábitos alimentares, e até mesmo na construção de novos hábitos e experiências alimentares^{2,18}

A escola exerce papel fundamental na educação alimentar das crianças. Segundo o Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE , que abrange todos os alunos matriculados em escolas públicas, todos têm direito à alimentação escolar, priorizando hábitos alimentares saudáveis e respeitando a cultura local. Mas, além da importância desses programas, o professor tem um papel essencial na elaboração de estratégias educativas para influenciar o aprimoramento de hábitos alimentares saudáveis nos estudantes, através da ludicidade^{1,19}.

Sobre estratégias de EAN na Atenção Primária à Saúde, destacando que a EAN deve ser vista como uma prática de intervenção que pode prevenir doenças relacionadas à nutrição. Ela sugere que a educação nutricional deve ser contínua e adaptada às necessidades específicas das comunidades, incluindo a capacitação de pais e cuidadores como agentes de promoção da saúde. É importante destacar que a escola é um ambiente privilegiado para a promoção de hábitos alimentares saudáveis, pois as crianças passam grande parte do seu dia nesse ambiente. A integração de refeições balanceadas com atividades educativas pode aumentar o conhecimento das crianças sobre alimentação saudável e incentivar a adoção de práticas alimentares positivas em casa²⁹.

A educação e conscientização nutricional são pilares fundamentais para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e a prevenção de doenças relacionadas à alimentação. A integração de métodos educacionais eficazes, que engajem tanto crianças quanto seus pais, é crucial para garantir que o conhecimento adquirido seja aplicado na prática diária. A literatura destaca a importância de uma abordagem multifacetada e adaptável, que considere as necessidades e contextos específicos das comunidades, para maximizar o impacto das intervenções de EAN. Essas estratégias, quando implementadas de forma eficaz, têm o potencial de promover uma cultura de saúde e bem-estar que perdure por toda a vida¹⁵.

As políticas públicas voltadas para a nutrição infantil são fundamentais para assegurar o desenvolvimento saudável de crianças e para combater problemas nutricionais como a desnutrição e a obesidade. O *Estudo Nacional de Alimentação e

Nutrição Infantil - ENANI-2019*, realizado pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (2020), revela dados alarmantes sobre a prevalência de desnutrição e deficiências nutricionais em crianças brasileiras, destacando a importância de intervenções políticas para melhorar a qualidade da alimentação infantil. Esses resultados preliminares apontam para a necessidade de políticas públicas robustas que garantam o acesso a alimentos nutritivos e a promoção de práticas alimentares saudáveis desde cedo¹⁸.

Santos et al.¹⁸ analisam a evolução da Política de Alimentação e Nutrição no Brasil ao longo de 20 anos, destacando tanto avanços quanto desafios. Eles enfatizam que, embora tenha havido progresso significativo, como o estabelecimento do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), ainda existem lacunas, especialmente em termos de alcance e eficácia das ações implementadas. A necessidade de uma vigilância contínua e aprimorada, é crucial para monitorar e avaliar o impacto dessas políticas, garantindo que as estratégias sejam ajustadas conforme necessário para enfrentar os desafios emergentes²⁵.

É importante focar nas políticas públicas direcionadas ao controle da obesidade infantil, um problema crescente no Brasil. Eles argumentam que as políticas devem incluir tanto medidas preventivas quanto interventivas, promovendo a educação nutricional e o acesso a alimentos saudáveis em ambientes escolares. Essa abordagem integrada é vital para combater a obesidade, que é frequentemente exacerbada por práticas alimentares inadequadas e a falta de atividade física²⁶.

Um fator importante que contribuiu nas mudanças e hábitos de vida das crianças, foi a pandemia do COVID-19, afetou diretamente contribuindo para o aumento da incidência de obesidade e sobrepeso durante o confinamento, tendo em vista que é uma importante fase no desenvolvimento das crianças, onde as mudanças implicam nos eixos psicológicos, físicos e sociais, desta forma, o que também contribuiu para o aumento da obesidade infantil, foi o fechamento das escolas, que representou uma ameaça em potencial para o bem-estar físico e mental das crianças, uma vez que estas, estavam acondicionadas em um ambiente e rotina estruturados com atividades que eram oportunas para o desenvolvimento de comportamento saudável, tais como atividades físicas, horários regulares para o sono, nutrição e menor tempo de tela²⁷.

Segundo o Ministério da Saúde (OMS) a obesidade só tem crescido de forma exponencial entre crianças e adolescentes. A obesidade tem se expandido em todas as faixas etárias, entre crianças brasileiras menores de 10 anos, estima-se que cerca de 6,4 milhões tenham excesso de peso e 3,1 milhões tenham obesidade. Isto é um problema grave, que desencadeia repercussões deletérias, além de sobrecarregar o Sistema Único de Saúde, devido ao alto custo das medicações para o controle e contenção das complicações. A disponibilidade orçamentária federal é cerca de R\$ 31.948.300,00 (trinta e um milhões, novecentos e quarenta e oito mil e trezentos reais) a cada ciclo anual¹⁵.

Muitos alimentos prontos para o consumo, os ultraprocessados são de fácil acesso, sendo eles os vilões como os fast foods, biscoitos recheados, não recheados, macarrões instantâneos, bebidas prontas como refrigerantes sucos em pó e tantos outros são consumidos no ambiente familiar. Segundo esse estudo, 93% das crianças entre 02 a 05 anos, consomem diariamente esses alimentos, crianças entre 06 meses a 02 anos, consomem uma quantidade superior a 80%. Com relação às bebidas açucaradas, crianças entre 06 meses e mais de 01 ano, consomem 24%, crianças entre 18 a 23 meses, consomem uma quantidade superior a 37% e crianças entre 02 a 05 anos, fazem consumo superior a 50% dessas bebidas. Já no trabalho de Souza et al. (2019), afirma que a predominância da obesidade infantil tem crescido exponencialmente no mundo, em consequência da obesidade há um surgimento de outras patologias que são as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), como; diabetes mellitus, hipertensão arterial, dislipidemias e outras. A obesidade infantil são fatores agravantes futuramente nessa população mundial, a cada 05 crianças obesas, 04 continuarão obesas na vida adulta, se não houver uma intervenção nutricional nesse público, o futuro dessas crianças trará consequências severas²⁵.

Dados acerca da alimentação ressaltam que a estimativa é de que em torno de 25 a 45% das crianças que vão ao consultório pediátrico apresentam algum tipo de dificuldade alimentar. A seletividade alimentar é um dos fatores mais comuns nessas crianças, e tem como características principais: recusa alimentar, pouco apetite e desinteresse pelo alimento. Além disso, os alimentos são preparados e consumidos sempre da mesma forma e com uma baixa variedade. Essa seletividade, muitas vezes é passageira e faz parte da adaptação da criança e do seu desenvolvimento, mas, em

condições familiares desfavoráveis, podendo tornar um grande obstáculo, levando a quadros de déficit de crescimento, dificuldade em ganhar peso, sobrepeso e obesidade¹⁷.

Atividades de EAN que envolvem os pré-escolares de maneira ativa possibilitam colocar em prática o conhecimento transmitido. Dessa forma, propiciam tanto o desenvolvimento cognitivo, que possibilita dar sentido às informações recebidas, quanto o desenvolvimento afetivo, que encoraja o pré-escolar a interagir, lembrar e entender a informação de uma forma pessoal e emocional.³⁵ Cabe ressaltar que, segundo as Diretrizes Curriculares Nacionais para a EI e a Base Nacional Curricular Comum, os eixos estruturantes das práticas pedagógicas desta etapa são as interações e as brincadeiras. Tais eixos apresentam-se como potenciais para o desenvolvimento integral das crianças, desempenhando um papel ativo nos ambientes e auxiliando o aprendizado. Esses reforçam a importância da utilização do lúdico como meio de estabelecer qualquer tipo de atividade educativa¹⁸.

No processo de educação alimentar, deve-se valorizar o envolvimento de toda a comunidade escolar, visto que a família possui suas responsabilidades, como transmissão de valores éticos, morais e humanos. Nota-se que as reuniões e aconselhamentos foram as formas de inclusão dos pais mais aplicadas por serem maneiras diretas de comunicação²⁹.

É importante a inserção de políticas públicas governamentais que tem como objetivo organizar as funções para promover, proteger e recuperar a saúde dos indivíduos e da comunidade. Alguns avanços importantes já foram feitos, como a definição de metas nacionais para a redução da obesidade infantil, a aprovação de diretrizes nacionais para uma alimentação saudável, a integração do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), com a produção local de alimentos e a agricultura familiar, que aumentam a oferta de frutas e hortaliças nas escolas e comunidades²⁸.

6. RESULTADOS

Após pesquisa nas bases de dados foram encontrados um total de 59 artigos, mas, conforme os critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 17 artigos para compor a revisão, conforme descrito no Quadro 1.

Quadro dos artigos utilizados de acordo com nome do autor, título, objetivo método e resultado encontrado. 2024.

Nome do autor/ano	Título	Objetivo	Método	Resultado
Bonfim NM. De Jesus LD. Da Silva M.C. 2024.	A terapia nutricional como estratégia na seletividade alimentar em crianças autistas	Analisar a seletividade alimentar e transtorno ou alteração no processo sensorial em crianças com TEA	Revisão de literatura	As diferentes características do transtorno no comportamento e na parte sensorial demandam um olhar individualizado e o respeito de cada caso de forma única e particular.
Macedo MS, Palmeiras TA, Lima NL, Branco ETC. 2024.	A importância da nutrição na prevenção da obesidade infantil	identificar os fatores mais comuns que levam ao aumento da obesidade infantil,	Revisão bibliográfica	Alimentos como os ultra processados são de fácil acesso, sendo eles os vilões como os fast foods e outros, a obesidade é fator de risco, podendo progredir para obesidade mórbida, indo muito além da infância
Moreira JMA, Barbosa MF, et al.2024.	Promoção da alimentação adequada e saudável na educação infantil .	descrever as características de estudos que abordam a promoção da alimentação adequada e saudável em	Revisão bibliográfica	A importância da nutrição na prevenção da obesidade infantil

		unidades de educação infantil e suas repercussões na comunidade		
Dallacker, M. et al. 2023.	Effect of Longer Family Meals on Children's Fruit and Vegetable Intake: A Randomized Clinical Trial	Examinar o efeito do prolongamento da duração das refeições em família sobre a ingestão de frutas e vegetais em crianças.	Ensaio clínico randomizado	Os resultados deste ensaio clínico randomizado sugerem que a intervenção simples e de baixo limiar de aumentar a duração das refeições em família em aproximadamente 10 minutos pode melhorar a qualidade da dieta e do comportamento alimentar das crianças.
Teixeira RM, Araujo RF, Garcia PPC. 2023.	A influência da família e meio social na formação do hábito alimentar do pré-escolar e escolar	Examinar os elementos que exercem influência na formação dos padrões alimentares de crianças.	Revisão narrativa de literatura	É importante adotar medidas que estimulem a adoção de hábitos alimentares saudáveis desde a infância até a idade escolar,
Santos, SMC; Ramos, FP; Medeiros, MAT; Mata, MM; Vasconcelos, FAG. 2021	Análise da Política de Alimentação e Nutrição no Brasil: 20 anos de história	Analisar a política de alimentação e nutrição no Brasil ao longo de 20 anos.	Revisão de literatura	Identificação de avanços e desafios nas políticas públicas de nutrição no Brasil.
Vale, Lucimar Ramos do; Oliveira, Maria de Fátima Alves. 2021.	O lúdico como ferramenta para alimentação saudável no ambiente escolar	Explorar o uso do lúdico como ferramenta para promover alimentação saudável.	Revisão de literatura e estudo de caso	Identificação de métodos eficazes para promover alimentação saudável através de atividades lúdicas.
Iared VG et al. 2021.	Escolares: desafios e potencialidades	investigar um projeto de educação	Estudo de caso	o projeto tem a potencialidade de incorporar a

	de uma atividade de educação ambiental	ambiental desenvolvido nas escolas municipais de São Carlos.		complexidade da questão ambiental no cotidiano escolar, e é uma sugestão pertinente para projetos de educação ambiental.
BRASIL - 2020	Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento	Discutir a educação alimentar e nutricional como prática de intervenção e suas possibilidades de fortalecimento.	Revisão de literatura	Reforço da importância da educação alimentar e nutricional como ferramenta de intervenção.
Carvalho, Tatiana Andrade. 2020	Proposta de educação alimentar e nutricional para crianças em idade escolar	Propor estratégias de educação alimentar e nutricional para crianças em idade escolar.	Estudo qualitativo com proposta de intervenção	Propostas de estratégias práticas para melhorar a educação alimentar e nutricional em escolas.
Buss, P.M.; Hartz, Z.M.A.; Pinto, L.F. 2020	Promoção da saúde e qualidade de vida: uma perspectiva histórica ao longo dos últimos 40 anos (1980-2020)	Examinar a evolução das práticas de promoção da saúde e qualidade de vida ao longo de 40 anos.	Revisão histórica e análise de políticas públicas	Identificação de avanços significativos nas políticas de promoção da saúde e qualidade de vida.
Bógus CM, Sarubbi Junior, V.; Toledo, R.F.. 2020	Promoção da alimentação saudável na infância: fragilidades no contexto da Atenção Básica	Examinar as fragilidades no contexto da atenção básica para a promoção de alimentação saudável na infância.	Estudo qualitativo com entrevistas	Identificação de fragilidades na promoção da alimentação saudável na atenção básica.
Gonçalves, Pedro Henrique. 2020.	Envolvimento dos Pais: Incentivo à Habilidade de Estudo em Crianças	Examinar o envolvimento dos pais no incentivo à habilidade de estudo em crianças.	Pesquisa qualitativa e análise de dados	Evidência de que o envolvimento dos pais é fundamental para o desenvolvimento

				de habilidades de estudo.
Santos EM, Rocha MM, Dias TO. 2020.	Obesidade infantil: uma revisão bibliográfica sobre fatores que contribuem para a obesidade na infância. Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física	Investigar a sobre os fatores que contribuem para obesidade infantil.	Revisão Bibliográfica	A obesidade infantil está ligada a diversos aspectos como hábitos alimentares, inatividade física, influência da mídia e a influência dos pais.
Martins, Carla Regina. 2019	Projeto "a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis": comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil	Comparar duas estratégias de educação nutricional em escolas do Distrito Federal.	Estudo comparativo com metodologia mista	Constatação de que ambas as estratégias são eficazes, mas têm impactos diferentes.
Schall, V.T. & Streechiner, M.A.. 2019.	Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis	Examinar a educação alimentar e nutricional no contexto de práticas alimentares saudáveis.	Revisão de literatura e estudo de caso	Reafirmação da importância da educação nutricional para a promoção de hábitos saudáveis.
Santos, M.R. 2019.	A alimentação escolar como estratégia de educação	Explorar a alimentação escolar como estratégia educativa.	Revisão de literatura e análise documental	Reafirmação da importância da alimentação escolar como estratégia para promover hábitos alimentares saudáveis.
Marques, Vítor. et al. 2019.	A Relação Família-Escola: Intersecções e Desafios	Estudar as intersecções e desafios na relação entre família e escola.	Estudo qualitativo e análise documental	Identificação de desafios e propostas para melhorar a interação entre família e escola.

7. DISCUSSÃO

A alimentação na primeira infância é um tema de extrema relevância, pois estabelece as bases para o desenvolvimento saudável das crianças. As escolas desempenham um papel crucial na promoção de uma alimentação adequada e saudável, uma vez que são ambientes de aprendizado e socialização onde crianças passam grande parte do tempo. A análise das obras literárias apresentadas proporciona uma compreensão abrangente sobre como diferentes estudos abordam a interseção entre educação alimentar e a promoção de hábitos saudáveis desde cedo^{12,13}.

A análise de políticas públicas, como as descritas por Santos¹² revela que as diretrizes governamentais desempenham um papel fundamental na estruturação de programas de alimentação escolar. Os autores analisam 20 anos de políticas de alimentação e nutrição no Brasil, destacando avanços significativos, mas também apontando para a necessidade de adaptações constantes para enfrentar novos desafios, como a insegurança alimentar exacerbada pela pandemia de COVID-19¹²..

Carvalho¹⁴ apresenta uma proposta de EAN para crianças em idade escolar, enfatizando a importância de envolver os pais em todas as etapas do processo educacional. Ela argumenta que "a participação dos pais é fundamental para o sucesso de qualquer programa de educação nutricional, pois eles são os principais responsáveis pela implementação das práticas aprendidas em casa"^{14:60}.

As escolas são ambientes propícios para a implementação de programas de educação alimentar e nutricional. Ao comparar duas estratégias de educação nutricional, evidenciando que, embora ambas sejam eficazes, têm impactos variados nas práticas alimentares dos alunos. Isso sugere que a adaptação das estratégias ao contexto escolar é essencial para maximizar os resultados. Da mesma forma, Lima argumenta que a educação alimentar em escolares deve ser contínua e integrada ao currículo, promovendo a conscientização e o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis²¹.

Vale e Oliveira³¹ exploram o uso de abordagens lúdicas como ferramenta educativa no ambiente escolar. Eles afirmam que atividades como oficinas culinárias e teatro de fantoches não apenas educam as crianças sobre alimentação saudável, mas também envolvem os pais, promovendo um aprendizado compartilhado. Eles

argumentam que "a inclusão de elementos lúdicos nas atividades educativas facilita a compreensão e a adesão a práticas alimentares saudáveis"^{31:45}.

Os estudos destacam consistentemente que as escolas são ambientes estratégicos para a promoção de hábitos alimentares saudáveis, devido à sua capacidade de influenciar as práticas diárias das crianças. Estratégias que promovem a autonomia infantil estão correlacionadas a uma maior ingestão de frutas, vegetais e legumes, além de uma menor ingestão de alimentos açucarados na infância e adolescência. A integração de programas de educação alimentar e nutricional é essencial para formar hábitos alimentares positivos e combater problemas nutricionais como obesidade e desnutrição²⁵.

A análise das obras revela que, embora haja um consenso sobre a importância da educação alimentar e da colaboração escola-família, ainda existem desafios significativos a serem superados. A capacitação de educadores, a adequação das políticas públicas e o envolvimento ativo das famílias são essenciais para o sucesso de programas de alimentação saudável na primeira infância. Além disso, é crucial que as escolas adaptem suas estratégias educacionais para se adequarem às necessidades específicas de suas comunidades, garantindo que todas as crianças tenham acesso a uma educação nutricional de qualidade e, conseqüentemente, a uma alimentação saudável.

Corroborando a importância das escolas e das políticas públicas na promoção de hábitos alimentares saudáveis desde a primeira infância, destacando também a necessidade de uma abordagem integrada que envolva todos os atores relevantes, incluindo famílias, educadores, nutricionistas e gestores públicos.

8. CONCLUSÃO

A alimentação na primeira infância é um tema de extrema relevância, pois estabelece as bases para o desenvolvimento saudável das crianças. As escolas desempenham um papel crucial na promoção de uma alimentação adequada e saudável, uma vez que são ambientes de aprendizado e socialização onde crianças passam grande parte do tempo. A análise das obras literárias apresentadas proporciona uma compreensão abrangente sobre como diferentes estudos abordam a interseção entre educação alimentar e a promoção de hábitos saudáveis desde cedo.

9. REFERÊNCIAS

1. Simon L.M. et al. Comportamento e hábitos alimentares na infância: uma revisão sobre o papel dos pais e da escola. *Revista Perspectiva*, 2022;46(173): 119-130.
2. Denti FRL, Anjos MF. Slow Food sob o olhar da bioética, em busca de alimentação saudável. *Rev Bras Bioética* 2018;14(e7):1-17.
3. Silva JA. A vigilância alimentar e nutricional em 20 anos da Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Universidade Federal de São Paulo, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/ssa/v51n6/>. Acesso em: 31 jul. 2024.
4. Moreira JMA, Barbosa MF, et al. Promoção da alimentação adequada e saudável na educação infantil. *Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.*, Recife, 2022;23(1):1-16.
5. Popper DD. educação alimentar e nutricional no combate a obesidade infantil: uma revisão da literatura. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*. São Paulo. 2024;10(04):2675 – 337.
6. Coelho, Victória Talita Soares. A formação de hábitos alimentares na primeira infância. Monografia (Graduação em Nutrição), Universidade de São Paulo, 2019. Disponível em: <https://www.unifacvest.edu.br/monografias/habitos-alimentares>. Acesso em: 31 jul. 2024.
7. NeuroSaber, Instituto. Qual a importância da alimentação no desenvolvimento infantil?. Disponível em: <https://institutoneurosaber.com.br/alimentacao-desenvolvimento-infantil/>. Acesso em: 31 jul. 2024.
8. Castro IRR et al. Nutrition Transition In Brazilian Children. *Cad. Saúde Pública* 2023; 39 Sup 2:e00216622
9. Santos MR. Programa Saúde na Escola: desafios e possibilidades para promover saúde na perspectiva da alimentação saudável. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Universidade Estadual de Campinas, 2021.
10. Schall VT, Streechiner MA. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. Dissertação (Mestrado em Nutrição), Universidade Federal de Minas Gerais, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/XYZ1234>. Acesso em: 31 jul. 2024.
11. Alves-Santos NH, Castro IRR, Anjos LA, Lacerda EMA, Normando P, Freitas MB, et al. Aspectos metodológicos gerais na Pesquisa Nacional de Nutrição da Criança (ENANI-2019): Um inquérito de base populacional - HOLD. *Cad Saúde Pública* 2021; 37:e00300020.
12. Santos, MV. A alimentação escolar como estratégia de educação. Monografia (Graduação em Nutrição) – Universidade Federal de Pernambuco, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/21212>. Acesso em: 31 jul. 2024.
13. Bógus CM, Sarubbi Junior, V.; Toledo, R.F. Promoção da alimentação saudável no ambiente escolar: avaliação do Programa Horta Educativa em escolas estaduais de São Paulo. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Universidade

- de São Paulo, 2020. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/42/42136/tde-05062020-120403>. Acesso em: 31 jul. 2024.
14. Carvalho KN, Zanin L, Flório, FM. Dificuldades do enfermeiro nas ações desenvolvidas no PSE e percepção dos alunos sobre o programa. Monografia (Graduação em Enfermagem) – Universidade Estadual do Piauí, 2020. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=170630880003>. Acesso em: 31 jul. 2024.
 15. Brasil. (2023). Estratégia Nacional para prevenção à Obesidade Infantil Orientações Técnicas. Brasil, 2022. Visão Acadêmica, Curitiba. 24 (1). ISSN 1518-8361.
 16. Buss PM, Hartz ZMA, Pinto LF. Promoção da saúde e qualidade de vida: uma perspectiva histórica ao longo dos últimos 40 anos (1980-2020). Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Fundação Oswaldo Cruz, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2021001300304. Acesso em: 31 jul. 2024.
 17. Bonfim NM. De Jesus LD. Da Silva M.C. A terapia nutricional como estratégia na seletividade alimentar em crianças autistas. *Research, Society and Development*, 2024;3,(6):121-196
 18. Santos, Kelly De Freitas; Coelho, Luana Vital; Romano, Márcia Christina Caetano. Comportamento dos pais e comportamento alimentar da criança: Revisão Sistemática. *Revista Cuidarte*, 2020;11(3)..
 19. Dallacker, M. et al. Effect of Longer Family Meals on Children’s Fruit and Vegetable Intake: A Randomized Clinical Trial. *JAMA network open*, v. 6, n. 4, 3 abr. 2023.
 20. Teixeira RM, Araujo RF, Garcia PPC. A influência da família e meio social na formação do hábito alimentar do pré-escolar e escolar. *Research, Society and Development*, 2023;12(6):1-10.
 21. Marques V. A Relação Família-Escola: Intersecções e Desafios. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2019. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/123456789/21212/2019VitorMarques.pdf>. Acesso em: 31 jul. 2024.
 22. Gonçalves, PH. Envolvimento dos Pais: Incentivo à Habilidade de Estudo em Crianças. Monografia (Graduação em Psicologia) – Universidade Federal de Minas Gerais, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/XYZ1234>. Acesso em: 31 jul. 2024
 23. Santos EM, Rocha MM, Dias TO. Obesidade infantil: uma revisão bibliográfica sobre fatores que contribuem para a obesidade na infância. *Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física*. 2020;(1):57-62,
 24. Kininmonth, A. R. et al. Parental feeding practices as a response to child appetitive traits in toddlerhood and early childhood: a discordant twin analysis of the Gemini cohort. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2023;20(1):15-19.
 25. Sant’Anna, ML. P., Rosa , Íris G. M. de C. Impacto das práticas alimentares dos cuidadores na qualidade da alimentação e saúde da criança: uma revisão

- integrativa. *Contribuciones A Las Ciencias Sociales*, 2024;17(6), e7279. <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.6-036>.
26. Burnett AJ. et al. Mothers' descriptions of their feeding strategies in response to fussy eating with children of different levels of trait fussiness. *Appetite*, 2023;187(1).
27. Brooks, C. G., Spencer, J. R., Sprafka, J. M., Roehl, K. A., Ma, J., Londhe, A. A., He, F., Cheng, A., Brown, C. A., & Page, J. (2021). Pediatric BMI changes during COVID-19 pandemic: An electronic health record-based retrospective cohort study. *EClinicalMedicine*, 38. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2021.10102>
28. Macedo MS, Palmeiras TA, Lima NL, Branco ETC. et al. A importância da nutrição na prevenção da obesidade infantil. *Research, Society and Development*, 2024;13(6). e2913645477,
29. Moreira JMA, Barbosa MF, et al. Promoção da alimentação adequada e saudável na educação infantil . *Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.*, Recife, 23: e20220238
30. Iared VG, Thiemann, FT. et al.. Hortas Escolares: desafios e potencialidades de uma atividade de educação ambiental. *Rev Educ Amb Ação*. 2021; 20 (75)
31. Vale LR, Oliveira MFA. O lúdico como ferramenta para alimentação saudável no ambiente escolar. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Estadual de Campinas, 2021. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/artigo/oa?id=170630880003>. Acesso em: 31 jul. 2024.