

## **Influência Familiar Durante a Introdução Alimentar de Bebês nos Primeiros Anos de Vida**

Roseane SOUSA<sup>2</sup>  
Bruna ALMEIDA<sup>3</sup>  
Faculdade Laboro, MA

### **RESUMO**

Os cuidados com alimentação complementar da criança nos primeiros meses de vida são fundamentais, pois esse é um período em que se encontra muito vulnerável devido à fase de rápido crescimento e dependente de cuidados maternos, podendo sofrer influências do ambiente que está inserido. O comportamento humano é formado a partir do meio inserido, sendo de extrema importância a participação materna e familiar na construção desses hábitos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentação complementar; Família; Prática Integrativa em Saúde.

Nos primeiros seis meses de vida, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda o aleitamento materno exclusivo, sendo definida pela ingestão única e exclusiva do leite materno, o qual proporcionará todos nutrientes e energia necessária para o desenvolvimento da criança, sem outros líquidos ou sólidos, exceto com a possibilidade de utilização de alguns suplementos medicamentosos (WHO, 2007).

Após estes seis meses a OMS recomenda a introdução de alimentos complementares nutricionalmente adequados, inócuos e culturalmente apropriados, com manutenção da amamentação por dois anos ou mais (WHO, 2002; WHO, 2001).

A esse respeito, Sabe-se que a rejeição pelo alimento desconhecido pode acontecer, fato conhecido como neofobia alimentar, erroneamente interpretada como aversão. Deve-se instruir a família de que são necessárias pelo menos dez exposições para que o alimento possa se incorporar na alimentação da criança (DIAS; FREIRE; FRANCESCHINI, 2010).

Diante deste contexto, surge o questionamento norteador do tema: Qual a Influência da família durante a introdução alimentar de bebês em seu primeiro ano de vida?

---

1 Trabalho apresentado à Disciplina de Produção e Inovação Científica realizada no dia 05/02/2022 na unidade Laboro em São Luís

2 Roseane Ribeiro de Sousa. Nutrição Materno Infantil e-mail: [roseaneribeiro14@gmail.com](mailto:roseaneribeiro14@gmail.com)

3 Orientadora do trabalho. Professora Mestra da Faculdade Laboro. e-mail: [brunaalmeida87@gmail.com](mailto:brunaalmeida87@gmail.com)

Segundo Viana (2008), O comportamento alimentar humano é formado por meio da aprendizagem adquirida pelas experiências alimentares. Essas experiências iniciam-se durante a gestação e se modificam com a lactação e a introdução de alimentos durante toda vida, sendo influenciada por vários fatores.

Estes são divididos em duas categorias: externos ou ambientais, tais como família, cultural, renda, regionalismo, tabus alimentares, mídia; e internos ou fisiológicos, como aprendizagem, motivação, emoção, genética (RAMOS; STEIN, 2000; QUAIOTI; ALMEIDA, 2006; AGUIAR; AGUIAR; GUEDES, 2013).

Com isso, nota-se que a exposição a um determinado tipo de alimento dependerá da família. Serão os mesmos alimentos que compõem a mesa e os hábitos alimentares desta família. Desta forma, precisa-se explicar a importância de como deve ser feita essa introdução de alimentos sendo necessária, muitas vezes, a mudança de comportamento alimentar da família. Neste momento, aborda-se cautelosamente este assunto mostrando a importância dessa melhora (ROSSI; MOREIRA; RAUEN, 2008).

É de conhecimento público e notório, o impacto da influência familiar durante o processo de início da introdução alimentar complementar. As crianças possuem uma forma de aprendizado que requer muito cuidado, normalmente é observando as atitudes das pessoas que estão ao seu redor que vai se contruindo os próprios hábitos alimentares.

Devido a isso, sugere-se, a implantação de campanhas educativas, que possam auxiliar gestantes e familiares, podendo ser apresentadas através de palestras nas Comunidades, Unidades Básicas de Saúde, e até durante o programa de acompanhamento do pré-natal, gerando motivação do público alvo, e compartilhando conhecimentos e, principalmente, desmistificar os tabus.

---

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Atenção à saúde da criança de 0 a 12 anos. Grupo Hospitalar Conceição**. Gerência De Saúde Comunitária. – Porto Alegre: Hospital Nossa Senhora da Conceição, 2009

DIAS, M. C. A. P., FREIRE, L. M. S., FRANCESCHINI, S. C. C. Recomendações para alimentação complementar de crianças menores de dois anos. *Rev. Nutr.*, Campinas, v. 23, n. 3, 2010.

RAMOS, M., STEIN, L. M. **Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil**. *Jornal de Pediatria*, v. 76, n. 3, p. 229-237, 2000.

ROSSI, A., MOREIRA, E. A. M., RAUEN, M. S. **Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família**. *Rev. Nutr.*, v. 21, n. 6, p. 739-748, nov./dez., 2008.

VIANA, V., SANTOS, P. L., GUIMARÃES, M. J. **Comportamento e hábitos alimentares em crianças e jovens**: Uma revisão da literatura. *Psic., Saúde e Doença*, v. 9, n. 2, 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Guiding principles for complementary feeding of the breastfed child**, 2001.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **The optimal duration of exclusive breastfeeding**: a systematic review, 2002.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Indicadores para avaliação das práticas de alimentação de lactentes e crianças pequenas**. November 2007, 2007.