

## Neofobia Alimentar Infantil: Um estudo sobre dificuldades e estratégias de pais de crianças de 3 a 8 anos.

**Autores:** PEROSENI, Isabela Mateus\*; FUENTES-ROJAS, Marta

### Resumo

A alimentação da criança é uma das maiores preocupações dos pais, pois comportamentos adversos durante o ato de comer podem ocorrer, como a neofobia alimentar. O presente estudo teve como objetivo identificar dificuldades vivenciadas e estratégias utilizadas pelos pais para lidar com o comportamento alimentar de seus filhos. Método qualitativo com uso de questionários e entrevistas. Os dados revelaram que o comportamento dos pais é um importante influenciador na formação dos hábitos alimentares infantis. As estratégias utilizadas por eles contribuem para a compreensão e a orientação que deve ser oferecida, além da criação espaços de intervenção.

**Palavras-chave:** Neofobia alimentar infantil, Comportamento alimentar, Pais e filhos.

### Introdução

A alimentação infantil é um tema que vem ganhando espaço na literatura mundial dada a sua importância para várias áreas do conhecimento, principalmente por envolver aspectos além dos nutricionais (SILVA; COSTA; GIUGLIANI, 2016). A neofobia alimentar é um comportamento que merece especial atenção, tanto pelos familiares ou responsáveis, quanto de educadores, e profissionais uma vez que tal comportamento pode acarretar em diversos distúrbios alimentares ao decorrer da vida, além de interferir no desenvolvimento biopsicossocial da criança. Definida como o medo de experimentar alimentos novos, este comportamento acarreta em dificuldades na alimentação e é comumente enfrentado pelos pais (RAMALHO *et al*, 2016). Os pais são a primeira influência alimentar que as crianças recebem, sendo essenciais no processo de criação de hábitos alimentares infantis. Muitas vezes, os mesmos não são sensíveis e receptivos aos sinais que a criança apresenta, como apetite e saciedade, e terminam por prejudicar o estímulo à alimentação das crianças (SILVA; COSTA; GIUGLIANI, 2016). Conhecer as dificuldades relatadas pelos pais na alimentação dos filhos e as estratégias utilizadas para lidar com o comportamento alimentar de seus filhos, foi o principal objetivo deste estudo, com a finalidade de identificar elementos que contribuam com a criação de espaços de orientação e estratégias de intervenção.

### Resultados e Discussão

O estudo teve caráter qualitativo (MINAYO, 2010). Aprovado pelo comitê de ética em pesquisa. Realizado numa escola do município de Limeira -SP. Os sujeitos da pesquisa foram pais de crianças na faixa etária de 3 a 8 anos, englobando a transição do ensino pré-escolar para o fundamental, correspondendo ao período de alfabetização. Para a coleta dos dados, foram utilizados dois instrumentos metodológicos: um questionário semiaberto autoaplicável e uma entrevista. A estrutura de ambos objetivou identificar os hábitos alimentares das crianças e eventuais dificuldades e estratégias utilizadas pelos pais durante as refeições realizadas em casa. Os critérios de inclusão e exclusão dos pais foram a disposição para participar e ser pai ou responsável de criança de 3 a 8 anos. Do total esperado, que correspondeu a 80 sujeitos, 61 responderam e/ou devolveram o questionário devidamente preenchido. Os dados obtidos foram

sistematizados e o próximo passo consistiu na realização de uma entrevista com os pais que apresentaram, no questionário, maiores dificuldades em relação à alimentação de seus filhos. Dos 61 sujeitos, apenas 8 relataram possuir importantes dificuldades com a alimentação de seus filhos. Apenas 5 concordaram em participar da entrevista. Os dados obtidos com os instrumentos, concomitante com achados na literatura revelam que o comportamento alimentar dos pais é o maior influenciador da formação dos hábitos e preferências alimentares das crianças. Igualmente, se observou que os pais apresentam pouca sensibilidade para perceber sinais de fome e saciedade da criança, assim como oferecem pouca autonomia à mesma na hora de se alimentar, contribuindo com o aparecimento de comportamentos que interferem na alimentação da criança, como a neofobia alimentar.

### Conclusões

A influência que os pais exercem no comportamento alimentar de seus filhos é de extrema importância para a compreensão da formação dos hábitos alimentares infantis e dos comportamentos da criança diante o ato de alimentar-se, como a neofobia alimentar. Conhecer as dificuldades e as estratégias que os pais vivenciam é de suma importância para a compreensão da formação dos hábitos alimentares infantis, além de permitir a criação de espaços de orientação e estratégias de intervenção, colaborando para promoção de hábitos alimentares saudáveis e principalmente, da saúde.

Na literatura, a neofobia alimentar infantil aos poucos vem ganhando espaço no interesse dos pesquisadores, tornando-se um fenômeno de extrema relevância, principalmente no tocante à saúde e no contexto biopsicossocial da vida das crianças.

### Agradecimentos

Ao PIBIC e SAE/Unicamp pelo apoio financeiro.

MINAYO, Maria Cecília S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 12. ed. São Paulo, SP: Hucitec, 2010. 407 p. (Saúde em debate, 46). ISBN 9788527101813 (broch.).

RAMALHO, C. ET AL. Food Neophobia among primary school children and their caregivers. **ACTA Portuguesa**, v. 7, n. 5, p. 10–13, 2016.

SILVA, G. A. P.; COSTA, K. A. O.; GIUGLIANI, E. R. J. Infant feeding: beyond the nutritional aspects. **Jornal de Pediatria (Versão em Português)**, v. 92, n. 3, p. S2–S7, 2016.