

**Artigo Original**

# Influência do Comportamento Parental na Obesidade Infantil: Revisão da Literatura

## Influence of Parental Behavior on Child Obesity: A Literature Review

**Bruna Tomasi<sup>1</sup>, Kalli Janaína Berleze<sup>2</sup>, Laissa Benites Medeiros<sup>3</sup>, Milena Artifon<sup>4</sup> e André Cavichioli Brito<sup>5</sup>**

1. Acadêmica do Curso de Nutrição do Centro Universitário CNEC de Bento Gonçalves (UNICNEC BG).
2. Nutricionista pelo Instituto Metodista de Educação e Cultura (IMEC). Mestre em Ciências Biológicas Bioquímica pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).
3. Nutricionista pela Universidade Franciscana. Mestre em Ciência e Tecnologia dos Alimentos pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM).
4. Nutricionista pelo Centro Universitário CNEC de Bento Gonçalves (UNICNEC BG). Mestre em Ciências do Movimento Humano pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).
5. Biomédico pela Universidade de Marília. Doutor em Biologia Oral pela Universidade Sagrado Coração.  
*andre\_cavichioli@yahoo.com.br*

**Palavras-chave**

Comportamento alimentar  
Comportamento parental  
Crianças  
Hábitos alimentares

**Keywords**

Eating behavior  
Parental behavior  
Children  
Eating habits

**Resumo:**

O objetivo deste estudo foi revisar a literatura para investigar a relação entre a influência do comportamento parental sobre os hábitos alimentares na infância e na adolescência, tendo como resultado a obesidade infantil. Realizou-se uma revisão de literatura por meio de bases de dados eletrônicos Pubmed, Google Acadêmico e Scielo, e também das Diretrizes Brasileiras de Obesidade. O período de busca contemplou artigos científicos referentes aos últimos cinco anos, sendo selecionado oito estudos transversais. A amostra foi composta de 35 a 962 crianças e adolescentes, na faixa etária entre um a 14 anos de idade de ambos os gêneros. Todos os estudos avaliaram diversos fatores causais associados ao excesso de peso infantil. Entre os fatores que influenciaram o estado nutricional de forma negativa, observou-se a ausência dos pais durante as refeições, tempo excessivo frente a dispositivos eletrônicos, consumo abusivo de alimentos ultraprocessados e o estado nutricional dos pais. Nessa revisão conclui-se que o comportamento dos pais durante as refeições estava associado aos hábitos alimentares e ao estado nutricional infantil.

**Abstract:**

The aim of this study was to review the literature to investigate the relationship between the influence of parental behavior on eating habits in childhood and adolescence, resulting in childhood obesity. A literature review was carried out through electronic databases Pubmed, Google Acadêmico and Scielo, as well as the Brazilian Guidelines on Obesity. The search period included scientific articles referring to the last five years, only cross-sectional studies. The sample consisted of 35 to 962 children and adolescents, aged between one and 14 years old, of both genders. All studies evaluated several causal factors associated with childhood overweight. Among the factors that negatively influenced nutritional status, the absence of parents during meals, excessive time in front of electronic devices, excessive consumption of ultra-processed foods and the nutritional status of parents were observed. In this review, it is concluded that the behavior of parents during meals was associated with eating habits and nutritional status of children.

Artigo recebido em: 26.11.2020.

Aprovado para publicação em: 02.02.2021.

## INTRODUÇÃO

A obesidade é caracterizada pelo excesso de peso resultante do acúmulo de massa adiposa corporal. Em crianças e adolescentes, a classificação da obesidade é definida através das curvas de Índice de Massa Corporal (IMC) propostas pela Organização Mundial da Saúde (OMS), específicas para a idade e sexo, e assim classificadas em sobrepeso e obesidade, respectivamente quando escores Z maior ou igual a +1 e +2. Utiliza-se as curvas de IMC onde encontra-se para meninas e meninos de zero a cinco anos e de cinco a 19 anos (ABESO, 2016).

Estudos realizados nas últimas décadas indicam um aumento gradativo do sobrepeso e da obesidade na população brasileira, da infância até a idade adulta. O Ministério da Saúde e a Organização Panamericana da Saúde mostram que 12,9% e 7% das crianças brasileiras entre cinco e nove anos de idade e dos adolescentes na faixa etária de 12 a 17 anos apresentam obesidade, respectivamente (ABESO, 2016). Dados do Ministério da Educação no ano de 2018, demonstram que em apenas quatro décadas o número de crianças e adolescentes obesos foi de 11 milhões para 124 milhões no mundo inteiro (BRASIL, 2018). No desenvolvimento da criança, encontramos situações que se relacionam à obesidade, como o sedentarismo, obesidade dos pais, peso ao nascer, comportamento parental, aleitamento materno e fatores relacionados ao crescimento. Mães com obesidade, mesmo antes da gestação, associam-se com o IMC da criança, sendo um fator de risco para obesidade quando adultos (ABESO, 2016).

Estudos mostram que praticar as refeições em família auxilia no consumo de alimentos saudáveis e colabora contra o desenvolvimento de hábitos alimentares inadequados na infância e na adolescência (TOSATTI et al., 2017; MELO et al., 2017). A influência parental sobre as escolhas alimentares pode se manifestar de várias maneiras: por meio da aquisição de gêneros alimentícios, da religião e da cultura; seus comportamentos durante as refeições e suas reações aos alimentos podem servir de modelo para as crianças; e na transmissão de informações sobre os alimentos (por exemplo, ensinando quais alimentos são saudáveis) (REID; WORSLEY; MAVONDO, 2015).

A hipertensão arterial é a principal consequência da obesidade em crianças, além de outras dislipidemias, como, hipertrigliceridemia, doenças cardiovasculares tardias e doença aterosclerótica. Desta forma o presente estudo teve como objetivo revisar a influência do comportamento parental sobre os hábitos alimentares na infância e na adolescência, tendo como resultado a obesidade infantil.

## MÉTODO

O presente estudo consiste em uma revisão sistemática da literatura sobre a influência do comportamento parental no desenvolvimento da obesidade infantil. Realizou-se uma busca de artigos científicos por meio de bases de dados eletrônicos Pubmed, Google Acadêmico e Scielo. Para a estratégia de busca foram utilizados os seguintes descritores: “comportamento alimentar”, “comportamento parental” e “hábitos alimentares”, com seus respectivos termos em inglês: eating behavior, parental behavior, eating habits.

A revisão abrangeu as publicações de artigos referente aos últimos cinco anos, somente estudos transversais. Para a escolha dos artigos primeiramente foi realizada a leitura do título, sendo selecionados 60 artigos; em seguida a leitura dos resumos, sendo excluídos 47 artigos; e após a leitura dos artigos foram selecionados oito artigos para compor a revisão de literatura. A busca também coletou informações das Diretrizes Brasileiras de Obesidade do ano de 2016. Foram considerados critérios de inclusão artigos completos que relatam a

influência do comportamento parental nos hábitos e comportamento alimentar na infância e adolescência e estudos sobre obesidade infantil. Foram excluídos relatos de caso e artigos de revisão sistemática.

## RESULTADOS

A partir da pesquisa realizada nas bases de dados eletrônicas, foram selecionados 60 artigos. Primeiramente, a partir da leitura dos títulos e após o resumo e do texto completo foram selecionados oito artigos que contemplaram o objetivo desse estudo, cujo único delineamento encontrado era transversal, com n amostral de 35 a 962 entre crianças e adolescentes, na faixa etária entre um a 14 anos de idade e de ambos os gêneros. Todos os estudos avaliaram diversos fatores causais associados ao excesso de peso infantil. Entre esses fatores que influenciaram o estado nutricional de forma negativa, observou-se a ausência dos pais durante as refeições, tempo excessivo frente a dispositivos eletrônicos, consumo abusivo de alimentos ultraprocessados e o estado nutricional dos pais. Os principais dados estão descritos no Quadro 1.

## DISCUSSÃO

Este estudo se propôs a revisar artigos originais da literatura que avaliaram a influência do comportamento parental sobre os hábitos alimentares na infância e na adolescência. Observou-se que o comportamento dos pais durante as refeições exerce papel determinante no processo de aprendizagem da alimentação dos filhos, no qual os hábitos alimentares dos pais são significativos para a formação dos hábitos alimentares infantis.

O estudo de Melo et al. (2017), verificou uma forte relação entre a presença dos pais durante as refeições e os hábitos alimentares das crianças com excesso de peso. Tendo em vista que crianças menores de cinco anos refletem o ambiente familiar, a literatura sugere que o excesso de peso na infância pode estar sujeito ao comportamento dos pais no momento das refeições. A partir do exposto acima os autores observaram que parte dos pais das crianças pesquisadas consumiam diariamente doces e refrigerantes. Os autores observaram, também, ao analisar o consumo alimentar, que grande parte das crianças realizava as principais refeições diariamente com a família no seu domicílio, reforçando a influência da família sobre as escolhas alimentares das crianças.

Além disto, existem fatores externos que podem influenciar nas escolhas alimentares das crianças, os autores citaram como exemplo a mídia, sendo que as propagandas no horário das principais refeições incentivam o consumo de produtos com alto valor energético e de baixa qualidade nutricional. Tal evidência encontramos também nos estudos de Bento et al. (2015) e Mais et al. (2017) onde a televisão é responsável pelas propagandas com mensagens atraentes, persuasivas e marcantes sobre os alimentos. Koplan, Liverman e Kraak (2005) indicaram forte correlação entre a seleção de alimentos de crianças de três a oito anos e a publicidade desses alimentos veiculados pela televisão.

Para Pimenta, Rocha e Marcondes (2015), as estratégias de marketing buscam seduzir para o consumo alimentar, utilizando-se de artifícios emocionais e afetivos, bem como da oferta de brindes e uso de personagens e apresentadores infantis a fim de atrair a atenção das crianças para o consumo de seus produtos. O hábito de assistir à televisão faz com que crianças e adolescentes adotem um padrão alimentar não saudável, pois são expostos a inúmeros anúncios que podem influenciar as preferências alimentares e o consumo em curto prazo (PRODANOV; CIMADON, 2016).

Quadro 1: Descrição dos autores e ano de publicação, delineamento do estudo, número da amostra, objetivos, resultados principais e conclusão dos artigos utilizados nessa revisão.

<b>Autores/Ano</b>	<b>Delineamento do Estudo</b>	<b>Número da amostra</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados principais</b>	<b>Conclusão</b>
Maranhão et al., 2018	Transversal	n=301 Crianças de 2 a 6 anos de idade.	Identificar a prevalência de DA em pré-escolares, sua associação com fatores epidemiológicos e práticas alimentares pregressas, e sua repercussão sobre o estado nutricional	DA foram encontradas em 37,2% dos casos analisados. A faixa etária de 5 a 6 anos apresentou maior ocorrência de DA e filhos de mães com perfil responsivo tiveram menores chances de apresentar DAs	A DA foi de alta prevalência. Mães que fornecem uma variedade de alimentos sem pressioná-los é fator protetor para as dificuldades alimentares e reforça a importância da interação mãe-filho
Bento et al., 2015	Transversal	n=77 Crianças de 1 a 6 anos de idade	Conhecer as percepções dos responsáveis de uma creche em Belo Horizonte/MG, acerca do que entendem por alimentação saudável e suas dificuldades para se alimentar de maneira saudável	A baixa escolaridade está associada ao poder de compra, acesso a informações em saúde, escolha incorreta de alimentos e maior influência da publicidade na compra dos alimentos. Ainda os responsáveis têm noção do que é uma alimentação saudável	Os responsáveis precisam melhorar a sua alimentação estratégias de educação alimentar e nutricional, pois suas práticas alimentares influenciam as de seus filhos.
Warkentin et al., 2018	Transversal	n=402 Crianças de 2 a 5 anos de idade	Descrever as relações entre práticas alimentares parentais e características dos pais e filhos em uma amostra de pré-escolares brasileiros	A falta de orientação para uma alimentação saudável e o monitoramento esteve associado a maior ingestão de alimentos menos saudáveis em crianças e maior uso de dispositivos de tela	O menor uso de práticas positivas de alimentação está associado a características da criança, e a falta de responsabilidade e dos pais sobre a alimentação infantil
Mais et al., 2017	Transversal	n=35 Crianças de 5 a 9 anos de idade	Investigar associações entre características sociodemográficas, antropométricas e comportamentais dos pais e de seus filhos	Quanto menor a responsabilidade percebida dos pais pela alimentação infantil, maior uso infantil de dispositivos de tela e maior ingestão de alimentos ultraprocessados pela criança	As percepções dos pais em relação ao peso da criança foram preditivas de práticas alimentares potencialmente negativas
Melo et al., 2017	Transversal	n=115 Crianças de 1 a 4 anos e 11 meses de idade	Avaliar a influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância	O excesso de peso infantil se manifestou estatisticamente relacionado ao comportamento dos pais durante as refeições, no consumo	O ambiente familiar está associado à formação de hábitos alimentares e no excesso de peso

<b>Autores/Ano</b>	<b>Delineamento do Estudo</b>	<b>Número da amostra</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados principais</b>	<b>Conclusão</b>
				diário de doces e refrigerantes e na oferta de uma refeição não variada.	infantil
Kneipp et al., 2015	Transversal	n=438 Crianças de 6 a 12 anos de idade	Avaliar a associação das variáveis socioeconômicas, demográficas, dos comportamentos relacionados à saúde e características do ambiente familiar com a prevalência de excesso de peso em alunos	Os dados indicaram que 44% das crianças apresentaram excesso de peso, que esteve associado à melhor qualidade da dieta, menor frequência de consumo de biscoitos e salgadinhos, hábito de realizar refeições em frente à televisão, ao excesso de peso dos pais, ao escore da atuação da família na alimentação e atividade física	A interação e a integração dos pais são fundamentais para compreensão do estado nutricional das crianças e dos problemas de saúde relacionados ao sobrepeso e obesidade, o que pode favorecer o reconhecimento e a adoção de estilos de vida saudáveis
Passos et al., 2015	Transversal	n=335 Crianças de 6 a 10 anos de idade	Avaliar diferenças no comportamento alimentar infantil em função do estado nutricional, do sexo e da idade	Apresentaram eutrofia (n=163) sobrepeso (n=86), obesidade (n=50) e obesidade grave (n=32). As estratégias que os pais usam para fazer com que os filhos experimentem novos alimentos podem dificultar a aprendizagem da capacidade de regulação do apetite.	Comportamentos alimentares que refletem “interesse pela comida” estão associados positivamente ao excesso de peso.
D’Avila et al., 2015	Transversal	n=962 Adolescentes de 11 a 14 anos de idade.	Estimar a prevalência de sobrepeso/obesidade e analisar a associação entre estado nutricional da mãe, fatores sociodemográficos, frequência, local e companhia nas refeições e sobrepeso/obesidade em escolares	Entre alunos da rede pública, o sobrepeso/obesidade esteve associado ao sobrepeso/obesidade da mãe, maior número de realização de café da manhã, almoçar na escola ou em outro local e café da manhã na companhia de outras pessoas. E contrapartida, entre estudantes da rede privada, o evento esteve associado ao sobrepeso/obesidade da mãe	A elevada prevalência de sobrepeso/obesidade, tanto na rede pública quanto na privada, evidencia a necessidade de mais atenção para os fatores associados, tais como sobrepeso/obesidade da mãe, frequência, local e companhia nas refeições

**Legenda:** DA – dificuldade alimentar; n=amostra

No estudo, Kneipp et al. (2015) verificou-se que 34,5% das crianças estudadas apresentaram sobrepeso ou obesidade. Resultado semelhante foi encontrado no estudo de D'Avila et al. (2015) onde também não encontraram diferenças na prevalência de sobrepeso e obesidade entre meninas e meninos. Já no estudo de Passos et al. (2015) os meninos apresentaram maior interesse pelas bebidas açucaradas e maior prevalência de sobrepeso e obesidade grave. Sugere-se que essa diferença entre os gêneros se dê porque na fase da adolescência as meninas se preocupam mais com a autoimagem corporal, o que leva a maiores cuidados com a alimentação.

O estudo de Maranhão et al. (2018) ressalta a importância de não ofertar alimentos industrializados, com alto teor de sódio e sacarose, nos primeiros dois anos de idade, devido a crescentes evidências que é nessa fase que acontece a formação dos hábitos alimentares que persistirão até a idade adulta. Encontrou-se associação semelhante no estudo de Warkentin et al. (2018), cujos pais são os primeiros educadores nutricionais dos seus filhos, reconhecendo os ambientes familiares como um importante instrumento para a promoção da alimentação saudável (MARTINS et al., 2019).

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 (SILVA; COSTA; GIUGLIANI, 2016; GERARDS E KREMER, 2015). Por isso acredita-se que a melhor maneira de se combater a obesidade infantil ainda é por meio da prevenção, educando as crianças para a prática de hábitos alimentares saudáveis e conscientizando os pais para serem os exemplos de escolhas alimentares saudáveis para seus filhos. O ambiente familiar onde às crianças são apoiadas e com liberdade de expressar o que sentem, está relacionado a um estilo de vida mais saudável (COELHO; PIRES, 2014).

Segundo os resultados do estudo de Mais et al. (2017), mães com sobrepeso/obesidade e pais ausentes durante as refeições apresentaram baixa responsabilidade parental percebida sobre uma alimentação infantil saudável. Esta evidência demonstra a importância da presença de um dos pais nas escolhas alimentares saudáveis como ingestão de frutas e legumes no momento que criança está comendo. Os dados sociodemográficos indicam que as práticas negativas de alimentação, como regulação emocional, restrição e pressão durante as refeições associaram-se ao sobrepeso infantil e ao consumo de alimentos ultraprocessados (MAIS et al., 2017).

Desta forma, a partir dos estudos, citados acima, que avaliaram a influência dos fatores parentais sobre o estado nutricional das crianças e dos adolescentes observou-se alta prevalência de excesso de peso na população estudada, sendo um dos fatores etiológicos para as doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes mellitus e hipertensão arterial sistêmica que também são consequências do consumo de produtos com alto valor energético e de baixa qualidade nutricional, como guloseimas.

## CONCLUSÕES

Com base na revisão da literatura, conclui-se que a presença e o comportamento dos pais durante as refeições familiares afetam os hábitos alimentares dos seus filhos, influenciando seu estado nutricional. Com isso, intervenções focadas na promoção de ambientes alimentares saudáveis devem ser consideradas, bem como reconhecer o papel desta prática como instrumento para a promoção da alimentação saudável.

Desta forma, é necessária maior atenção no que diz respeito aos fatores etiológicos da obesidade infantil, como monitoramento do tempo em frente às telas, maior oferta de alimentos saudáveis e adoção de estilo de vida saudável no contexto familiar.

---

**REFERÊNCIAS**

- ABESO. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. **Diretrizes brasileiras de obesidade**. 4. ed. São Paulo: ABESO. 2016.
- BENTO, I. C. et al. Alimentação saudável e dificuldades para torná-la uma realidade: percepções de pais/responsáveis por pré-escolares de uma creche em Belo Horizonte/MG, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.20, n.8, p.2389-2400, 2015.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Obesidade infantil é tema do programa Salto para o Futuro**. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/component/tags/tag/47421#:~:text=No%20mundo%2C%20os%20dados%20mostraram,11%20milh%C3%B5es%20para%20124%20milh%C3%B5es.>> Acesso em: 06 jul. 2020.
- COELHO, H. M.; PIRES, A. P. Relações familiares e comportamento alimentar. **Psic.: Teor. e Pesq.**, v.30, n.1, jan./mar. 2014.
- D'AVILA, G. L. et al. Associação entre estado nutricional da mãe e a frequência, local e companhia durante as refeições com o sobrepeso/obesidade de adolescentes da cidade de Florianópolis, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v.15, n.3, p.289-299, jul./set. 2015.
- GERARDS, S. M.; KREMERS, S. P. The Role of Food Parenting Skills and the Home Food Environment in Children's Weight Gain and Obesity. **Current Obesity Reports**, v.4, n.1, p. 30-6, mar. 2015.
- KOPLAN, J. P.; LIVERMAN, C. T.; KRAAK, V. I. **Preventing childhood obesity: health in the balance**. Washington: National Academy of Sciences; 2005.
- KNEIPP, C. et al. Excesso de peso e variáveis associadas em escolares de Itajaí, Santa Catarina, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.20, n.8, p.2411-2422. 2015.
- MAIS, L. A. et al. Práticas de alimentação dos pais em crianças brasileiras em idade escolar: associações com características dos pais e da criança. **Fronteiras em Nutrição**, v.4, n.6, mar. 2017.
- MARANHÃO, H. S. et al. Dificuldades alimentares em pré-escolares, práticas alimentares progressas e estado nutricional. **Revista Paulista de Pediatria**, v.36, n.1, p.45-51, out. 2018.
- MARTINS, B. G. et al. Fazer refeições com os pais está associado à maior qualidade da alimentação de adolescentes brasileiros. **Cadernos de Saúde Pública**, v.35, n.7, jul. 2019.
- MELO, K. M. et al. Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância. **Escola Anna Nery**, v.21, n.4, set. 2017.
- J. PASSOS, D. R. et al. Comportamento alimentar infantil: comparação entre crianças sem e com excesso de peso em uma escola do município de Pelotas, RS. **Revista Paulista de Pediatria**, v.33, n.1, p.42-49, jan./mar. 2015.
- PIMENTA, T. A. M.; ROCHA, R.; MARCONDES, N. A. V. Políticas públicas de intervenção na obesidade infantil no Brasil: uma breve análise da política nacional de alimentação e nutrição e política nacional de promoção da saúde. **Científica Ciências Biológicas da Saúde**, v.17, n.2, p. 139-146, mai. 2015.
- PRODANOV, S. S.; CIMADON, H. M. S. A influência da publicidade nos hábitos alimentares de crianças em idade escolar. **Revista Conhecimento Online**, v.1, n.8, p.1-10, 2016.
- REID, M.; WORSLEY, A.; MAVONDO, F. The obesogenic household: factors influencing dietary gatekeeper satisfaction with family diet. **Psychology & Marketing**, v.32, n.5, p.544-57, maio. 2015.

---

SILVA, G. A.; COSTA, K. A.; GIUGLIANI, E. R. Infant feeding: beyond the nutritional aspects. **Jornal de Pediatria**, v.92, n.3, p.S2-S7, mai./jun. 2016.

TOSATTI, A. M. et al. Fazer refeições em família tem efeito protetor para a obesidade e bons hábitos alimentares na juventude? Revisão de 2000 a 2016. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v.17, n.3, p.425-434, jul. 2017.

WARKENTIN, S. et al. Relações entre comportamentos alimentares dos pais e pais e filhos características de pré-escolares brasileiros: um estudo transversal. **BMC Public Health**, v.18, n.704, 2018.

