

CONTI, Paula Mendes de Oliveira. A importância das práticas alimentares da primeira infância. Bragança Paulista, SP: FESB, 2014. (IMPRESSO)

RESUMO

O objetivo deste trabalho foi o de estudar as práticas alimentares de crianças com até cinco anos de idade-amamentação exclusiva, alimentos complementares, os fatores familiares e a influência da mídia na formação dos hábitos alimentares- com o intuito de analisar o modo como a alimentação infantil vem sendo implementada nos primeiros anos de vida e o processo de construção de hábitos alimentares, bem como verificar as possibilidades de que uma educação nutricional voltada à família e cuidadores seja um importante instrumento no desenvolvimento de hábitos alimentares adequados e mais saudáveis que perduram durante toda a vida, trazendo mais saúde e qualidade de vida para a população. Este estudo foi fundamentado na pesquisa bibliográfica realizada em trabalhos e artigos de autores e pesquisadores que abordam o assunto e apresenta uma pesquisa de campo feita em um consultório de pediatria na cidade de Bragança Paulista, onde foi aplicado um questionário de múltiplas escolhas a mães de crianças com cinco anos de idade, o qual possibilitou a análise das práticas alimentares na primeira infância. Os resultados mostraram que a amamentação exclusiva, considerada de fundamental importância, não é feita pela maioria das mães (8%) que a alimentação complementar é inadequada, havendo alto consumo de produtos salgados e com sacarose, que os alimentos industrializados, são introduzidos precocemente e que algumas crianças têm o hábito de comer assistindo a televisão, ocasionando efeitos negativos na formação dos hábitos alimentares. Deste modo, a educação nutricional feita por profissionais com formação específica e aptos torna-se uma ferramenta fundamental para combater as influências negativas da mídia sobre as escolhas dos alimentos pelas crianças e para a orientação de pais e cuidadores no processo de formação do comportamento alimentar que deve começar muito cedo.