

# **ANÁLISE DA INGESTÃO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E SEUS IMPACTOS À SAÚDE DAS CRIANÇAS: REVISÃO INTEGRATIVA**

## **ANALYSIS OF ULTRAPROCESSED FOOD INTAKE AND ITS IMPACTS ON CHILDREN'S HEALTH: INTEGRATIVE REVIEW**

Mirela Suelen de Lima Santos<sup>1</sup>  
Rafaele Zacarias dos Santos Oliveira<sup>1</sup>  
Cesário da Silva Souza<sup>2</sup>

### **RESUMO**

A nutrição adequada nos primeiros anos de vida é fundamental para o crescimento e o desenvolvimento saudável. Inadequações no consumo de nutrientes podem comprometer o estado nutricional e levar ao desenvolvimento de carências ou excessos nutricionais. O objetivo deste estudo foi caracterizar e descrever pautado na produção científica os processos da ingestão alimentar de ultraprocessados em crianças e avaliar o impacto a saúde correlacionando com a obesidade infantil. Trata-se de um estudo de revisão integrativa, de natureza qualitativa e quantitativa, de abordagem exploratória. O estudo foi desenvolvido utilizando as seguintes bases de dados: Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google acadêmico. A coleta de dados ocorreu durante o mês de setembro de 2020, estabeleceu-se uma amostra de 40 artigos. O profissional nutricionista tem em sua formação esta preocupação e a habilidade técnica para contribuir para a melhoria da saúde de indivíduos e grupos populacionais. A educação alimentar e nutricional representa um papel importante na relação do indivíduo com o seu alimento desde a infância. A adoção de hábitos alimentares saudáveis tem consequências positivas na saúde de uma população a curto, médio e longos prazos. Diante do que foi discutido, percebe-se a importância da implementação de medidas intervencionistas no combate ao consumo de alimentos ultraprocessados e na prevenção de doenças cardiovasculares nas crianças. Portanto, vale reforçar que a educação alimentar e nutricional representa um papel importante na relação do indivíduo com o seu alimento desde a infância.

### **PALAVRAS-CHAVE**

Obesidade infantil. Consumo de ultraprocessados. Práticas alimentares.

### **ABSTRACT**

Adequate nutrition in the first years of life is essential for healthy growth and development. Inadequacies in nutrient intake can compromise nutritional status and lead to the development of nutritional deficiencies or excesses. The aim of this study was to characterize and describe the processes of ultra-processed food

1. Acadêmica do curso de nutrição do Centro Universitário Tiradentes – UNIT. Maceió, AL, Brasil. Email: mirela.suelen.MS@gmail.com

1. Acadêmica do curso de nutrição do Centro Universitário Tiradentes – UNIT. Pilar, AL, Brasil. Email: rafaele.pilar@hotmail.com

2. Fisioterapeuta e Docente do Centro Universitário Tiradentes – UNIT. Maceió, AL, Brasil. Email: cesario.filho@gmail.com

intake in children based on scientific production and to assess the impact on health correlating with childhood obesity. This is an integrative review study, of a qualitative and quantitative nature, with an exploratory approach. The study was developed using the following databases: Scielo, Virtual Health Library (VHL) and academic Google. Data collection took place during September 2020, a sample of 40 articles was established. The professional nutritionist has this concern and the technical ability to contribute to improving the health of individuals and population groups. Food and nutrition education plays an important role in the individual's relationship with their food since childhood. The adoption of healthy eating habits has positive consequences for the health of a population in the short, medium and long terms. In view of what was discussed, the importance of implementing interventionist measures in combating the consumption of ultra-processed foods and preventing cardiovascular diseases in children is perceived. Therefore, it is worth emphasizing that food and nutrition education plays an important role in the individual's relationship with his food since childhood.

## **KEY WORDS**

Child obesity. Ultra-processed consumption. Eating practices.

## **1 INTRODUÇÃO**

A nutrição adequada nos primeiros anos de vida é fundamental para o crescimento e o desenvolvimento saudável. Inadequações no consumo de nutrientes podem comprometer o estado nutricional e levar ao desenvolvimento de carências ou excessos nutricionais. As práticas alimentares na infância devem ser capazes de fornecer quantidade de alimentos suficiente e com qualidade nutricional e sanitária, a fim de atender às necessidades nutricionais das crianças e garantir o desenvolvimento do seu máximo potencial, incluir alimentos ricos em energia e devem-se evitar alimentos industrializados, como embutidos, bebidas com adição de açúcar, biscoitos e salgados. (CECANE, 2012).

As evidências científicas apontam que o aumento, nas taxas de excesso de peso e Doenças Crônicas não transmissível (DCNT) é decorrente, entre outros fatores, da inversão dos padrões alimentares. Essa caracteriza-se pela substituição cada vez maior da alimentação tradicional por alimentos e bebidas altamente processadas e prontos para consumo. Além de, aumentar a suscetibilidade das crianças a diarreias e infecções, comprometem a maturação do sistema nervoso, visual, mental e intelectual, conseqüentemente o

surgimento de diabetes, hipertensão e obesidade infantil, causando um problema de saúde pública mundial. (SPARRENBERGER et al., 2015)

Nesse contexto, a obesidade é uma doença crônica considerada um grave problema de saúde pública e pode ser definida pelo excesso de gordura corporal. Alguns fatores são responsáveis pelo aumento na incidência da obesidade, como: a prática de assistir à televisão durante várias horas por dia, a difusão dos jogos eletrônicos, o abandono do aleitamento materno, a utilização de alimentos formulados na alimentação infantil e a dos alimentos processados em nível doméstico pelos alimentos industrializados. (FREITAS et al., 2009).

Em geral, esses produtos ultraprocessados apresentam alta densidade energética, excesso de gorduras totais e saturadas, maiores concentrações de açúcar e/ou sódio e baixo teor de fibras. Ainda tem por característica, devido a sua composição e a seu processamento, com maior durabilidade e prontos para o consumo. Dessa forma, tem uma ampla vantagem comercial quando comparados com os alimentos in natura ou minimamente processados, além de apresentar menor custo. (SPARRENBERGER et al., 2015)

Os hábitos alimentares nos primeiros anos irão repercutir de diferentes formas ao longo de toda a vida dos indivíduos. No primeiro semestre de vida recomenda-se que a criança seja amamentada exclusivamente, pois durante esse período o leite materno é o único alimento capaz de atender a todas as necessidades nutricionais e emocionais do lactente, além de proporcionar intenso vínculo mãe-filho. (SILVA et al., 2016)

As práticas alimentares devem ser compreendidas não somente quanto aos alimentos habitualmente consumidos, mas também quanto às condições que favorecem tais hábitos. Elas são determinadas por vários fatores, como disponibilidade objetiva dos alimentos, influências culturais, modo de vida e introdução de novos alimentos por meio da mídia, entre outros. Nessa circunstância, a promoção da alimentação saudável na infância estimula a adesão a um estilo de vida conducente com um adequado desenvolvimento cognitivo, bem como corrobora a prevenção de promoção da saúde alimentar infantil. Ao considerar que na infância ocorre a formação do hábito alimentar, sendo necessário o entendimento dos seus fatores determinantes, torna-se

possível a implantação de processos educativos efetivos para a mudança do padrão alimentar da criança. (MAIA et al., 2012).

O objetivo deste estudo foi caracterizar e descrever pautado na produção científica os processos da ingestão alimentar de ultraprocessados em crianças e avaliar o impacto a saúde correlacionando com a obesidade infantil.

## **2 MÉTODO**

Trata-se de um estudo de revisão integrativa, de natureza qualitativa e quantitativa, de abordagem exploratória. Desenvolvido com a finalidade de reunir e sintetizar achados de estudos realizados, mediante diferentes metodologias, com o intuito de contribuir para o aprofundamento do conhecimento relativo ao tema investigado (Soares et al., 2014).

O estudo permeou as etapas preconizadas pelo Joanna Briggs Institute (JBI, 2011): formulação da questão para a elaboração da revisão integrativa da literatura; especificação dos métodos de seleção dos estudos; procedimento de extração dos dados; análise e avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa da literatura; extração dos dados e apresentação da revisão/síntese do conhecimento produzido e publicado.

Nesse segmento ter o conhecimento dos prejuízos causados à saúde da criança com obesidade é importante uma vez que, se poderá contribuir com ações em educação alimentar para que haja o aprimoramento e integridade da mesma. Portanto, este presente estudo teve como pergunta norteadora: Como alimentação inadequada pode influenciar na saúde da criança?

O eixo temático central foi referente a ingestão alimentar de ultraprocessados em crianças e avaliar o impacto a saúde correlacionando com a obesidade infantil. A revisão de literatura possibilita condensar o conhecimento, para que sejam definidas as produções a respeito de um estabelecido conteúdo. Nesta revisão baseia-se em publicações extensas, coerentes para debater e caracterizar o desenvolvimento ou o “estado da arte” de um determinado assunto na perspectiva de um ponto de vista contextual ou teórico (ONOCKO CAMPOS; FURTADO, 2008)

O estudo foi desenvolvido utilizando as seguintes bases de dados: Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google acadêmico. Para o levantamento dos estudos foram utilizados os seguintes descritores: “Obesidade infantil”, “consumo de ultraprocessados”, “práticas alimentares”. A coleta de dados ocorreu durante o mês de setembro de 2020.

Na estruturação desta questão, recorreremos à estratégia PICO (JBI, 2011): participantes; intervenção; contexto do estudo e resultados (outcomes).

Para melhor desfecho de interesse do estudo, foi selecionado o operador booleano “AND”, que nos auxilia na influência do ritmo da busca dos intermediários e as implicações sobre as suas escolhas, em relação a bancos de dados, as bases a serem utilizadas e a própria elaboração da estratégia de busca (LOPES, Ilza Leite, 2002). Mediante essa estratégia, foram realizados os seguintes cruzamentos (Obesidade infantil) AND (Práticas alimentares), (Consumo de Ultraprocessados) AND (Práticas alimentares) AND (consumo alimentar), (Obesidade infantil) AND (consumo de ultraprocessados).

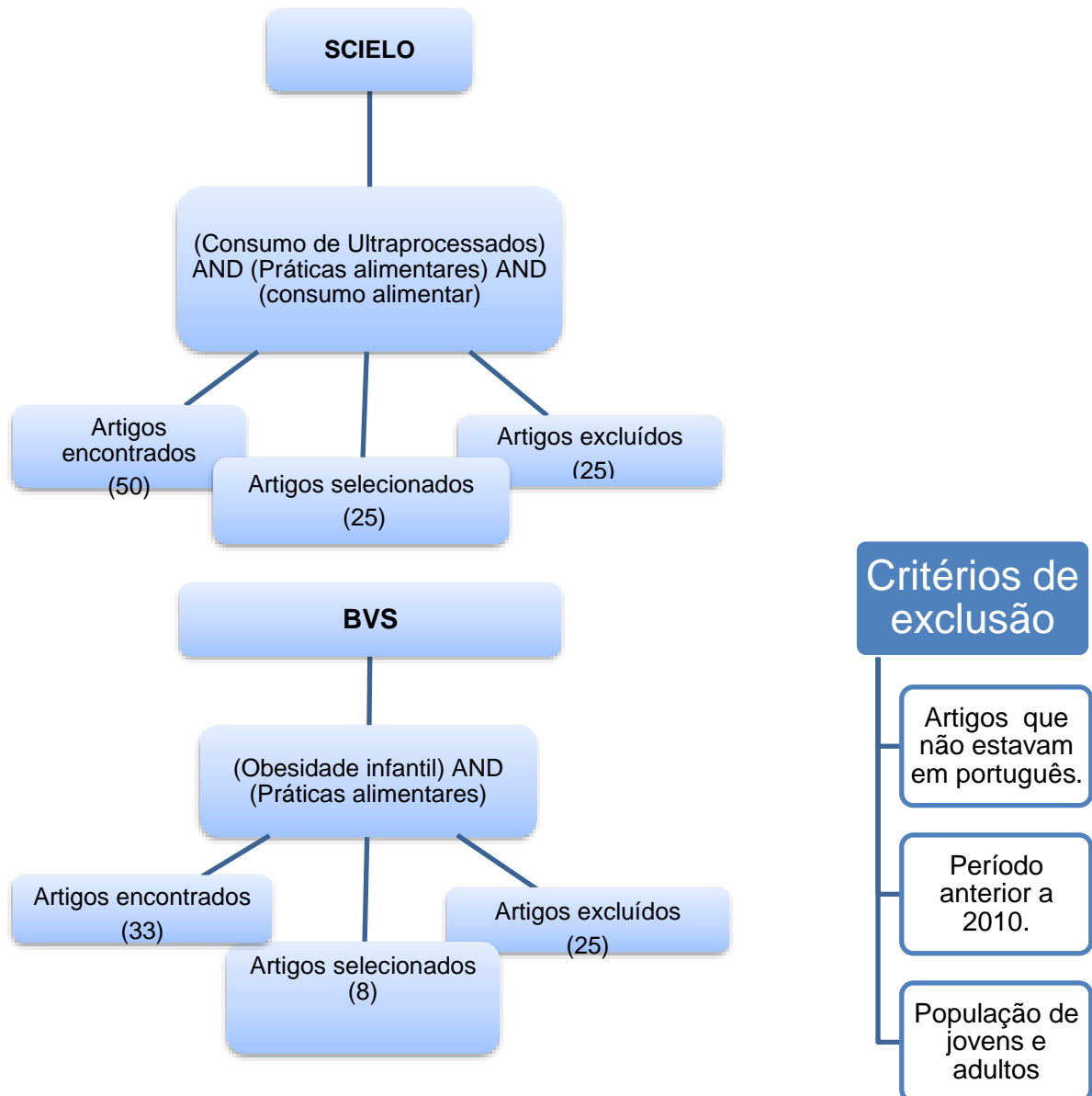
Num primeiro momento, foi realizada uma leitura crítica e reflexiva dos títulos e dos resumos encontrados. Posteriormente, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, e a avaliação da qualidade metodológica, estabeleceu-se uma amostra de 40 artigos, inicialmente depois de analisar os descritores em saúde, e após análise detalhada dos mesmos e aplicação dos critérios de inclusão, trabalhos que foram desenvolvidos, pesquisa de campo, tabulação de dados e exclusão, revisão de literatura, e pesquisa narrativa, restaram 12 artigos. Os artigos foram observados inicialmente por meio de textos completos, existindo deste modo, a inclusão dos critérios, onde foram: artigos com publicações em língua portuguesa, que foram publicados no período de 2010 a 2020, independentes da metodologia aplicada, sendo incluído o material descrito em artigos periódicos. Como critérios de exclusão foram os artigos que falavam de jovens e adultos e que estavam em outros idiomas.

Num segundo momento, procedeu-se a uma análise criteriosa dos artigos selecionados, extraindo dos mesmos as evidências relativas ao eixo central da pesquisa. Nesta fase, para melhor organização da análise, através de uma leitura exploratória de cada artigo, identificaram-se, traduziram-se e

transcreveram-se frases e palavras que correspondiam a elementos de interesse.

O resultado da busca pelos artigos encontra-se evidenciado a seguir:

Figura 1: Fluxograma dos artigos e bem como a estratégia utilizada:





**Fonte:** Própria dos autores. 2020.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES:

Diante das bases de dados Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google acadêmico. No período correspondente entre os anos de 2010 a 2020 foram identificados 124 artigos diante da estratégia de busca realizada. Destes, 84 foram excluídos, pois não se enquadraram nos critérios de inclusão, selecionando-se ao final para compor esta revisão integrativa 40 artigos.

A figura a seguir traz o quantitativo de artigos que foram utilizados para o desenvolvimento deste estudo.



**Gráfico 1:** Número de publicações de artigos no período de 2010 a 2020.

Dentre os artigos selecionados é importante ressaltar que há um avanço temporal quanto ao quantitativo de artigos publicados direcionados a problemática proposta, isto é recorrente ao crescente estudo e prevalência da realidade atual.

O profissional nutricionista tem em sua formação esta preocupação e a habilidade técnica para contribuir para a melhoria da saúde de indivíduos e grupos populacionais. A educação alimentar e nutricional representa um papel importante na relação do indivíduo com o seu alimento desde a infância. A adoção de hábitos alimentares saudáveis tem consequências positivas na saúde de uma população a curto, médio e longos prazos. (CAETANO, 2014)

### **3.1 Determinantes do crescimento infantil**

As maiores velocidades de crescimento do peso e comprimento ocorrem nos primeiros dois anos de vida e na adolescência. As curvas de crescimento infantil, no entanto, variam muito devido à complexidade de fatores associados ao seu comportamento, que abrangem não somente fatores endógenos, compreendendo determinantes biológicas, genéticas e étnicas, como também, fatores exógenos, tais como as condições nutricionais, culturais, ambientais e sociais. O crescimento no primeiro ano de vida é influenciado, principalmente, pelos fatores exógenos. Até os dois anos estes fatores afetam o crescimento de forma mais determinante do que os endógenos, que começam a interferir no crescimento de forma mais expressiva a partir dos dois anos de idade. (EPYRIDES et al, 2005)

Portanto, o processo de crescimento está influenciado por fatores intrínsecos (genéticos) e extrínsecos (ambientais), dentre os quais destacam-se a alimentação, a saúde, a higiene, a habitação e os cuidados gerais com a criança, que atuam acelerando ou retardando esse processo (ROMANI, 2004)

### **3.2 Padrão de crescimento e amamentação**

O crescimento saudável é alcançado com uma alimentação adequada. Na fase inicial da vida, o leite humano é indiscutivelmente o alimento que reúne as características nutricionais ideais, com balanceamento adequado de nutrientes, além de desenvolver inúmeras vantagens imunológicas e psicológicas,



importantes na diminuição da morbidade e mortalidade infantil. A amamentação é, então, importante para a criança, para a mãe, para a família e para a sociedade em geral. (MARQUES, 2004).

O termo aleitamento materno exclusivo é usado para definir o provimento de todos os líquidos, energia e nutrientes exclusivamente através do leite materno, diretamente da mama ou extraído, com a possibilidade do uso de algum suplemento medicamentoso. Aleitamento materno predominante é definido quando o lactente recebe, além do leite materno, água ou bebidas à base de água, como suco de frutas e chás. Aleitamento parcial é a denominação usada para o aleitamento materno com adição de outros alimentos. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009).

### **3.3 Introdução da complementação alimentar**

Entende-se por alimentação complementar, quaisquer alimentos nutritivos sólidos ou líquidos, oferecidos à criança, em adição ao leite materno, após os seis meses de vida. Qualquer alimento ou líquido oferecido à criança, além do leite materno, nesse período é chamado de “alimento complementar”, que é subdividido em duas categorias: alimentos preparados especialmente para a criança ou daqueles alimentos que são consumidos pela família e modificados para atender às necessidades da criança nesse período, desde que sejam bem cozidos e sem adição de sal, açúcar sendo sua consistência modificada (amassada, desfiada, picada) e que esteja de acordo com a fisiologia da criança e facilite que a mesma coma novos alimentos. (GOMES, 2007)

A oferta inadequada de nutrientes é crítica nos primeiros anos de vida, quando a capacidade de utilizar efetivamente os nutrientes é limitada devido à imaturidade biológica, caracterizada por relativa imaturidade fisiológica: reflexo de protrusão da língua, pouca produção de amilase salivar e pancreática, limitada função renal e mucosa intestinal permeável a proteínas heterólogas. O desmame precoce está associado a sobrecarga do sistema imune e à imaturidade dos rins e do intestino. (DIAS, 2010)

### **3.4 Mudanças de hábitos alimentares**

Hábitos alimentares de crianças, apesar de serem diferentes entre os mais diversos países, seguem uma tendência global em relação ao aumento do consumo de alimentos altamente calóricos e de baixo valor nutricional. Diante disto, a globalização do fast food e outros alimentos processados têm começado a afetar a alimentação infantil de vários lugares (POPKIN, 2006; ADAIR; POPKIN, 2005).

Nos últimos anos, ocorreram mudanças nos padrões de alimentação na maioria dos países, principalmente em razão da substituição de alimentos *in natura* ou minimamente processados por produtos processados e ultraprocessados. Entre as condições que favoreceram essa tendência está a maior inserção da mulher no mercado de trabalho, com conseqüente redução do tempo disponível para o preparo dos alimentos; a globalização; o desenvolvimento socioeconômico, que ampliou o acesso aos alimentos prontos para o consumo; a influência da mídia na mudança dos hábitos alimentares da população e as estratégias persuasivas utilizadas pelas indústrias alimentícias por meio de *marketing*; e o aumento excessivo da palatabilidade, que pode gerar vício e descontrole do apetite. (DOS SANTOS et al., 2020)

### **3.5 Influência da mídia**

As práticas alimentares das crianças são influenciadas, principalmente pela mídia. Com variedade e forma de acesso à mídia, percebe-se um crescimento na promoção de alimentos industrializados nos supermercados, que vêm interferindo na dieta e no estado de saúde das crianças. Estudos voltados para a publicidade e escolha de alimentos podem contribuir para a limitação da publicidade de alimentos não saudáveis ou para a promoção da alimentação saudável na mídia. (HENRIQUES et al., 2012)

A regulamentação da publicidade poderia contribuir para diminuir os estímulos que favorecem o consumo de alimentos não saudáveis pelas crianças, tanto na mídia televisiva, quanto na internet e revistas infantis. Por outro lado, facilitar e favorecer a publicidade de alimentos saudáveis em todas as mídias,

assim como em programas de educação nutricional podem contribuir para a adoção de práticas alimentares mais saudáveis. (UEDA, 2014)

O grande poder impactante da TV sobre o consumidor está no som, na imagem e no movimento, captando a atenção do espectador com mais facilidade e adesão. Presente em 98% das residências brasileiras e preferida por 88% das crianças que passaram a ocupar o lugar de espectadoras/consumidoras do mercado publicitário (ISHIMOTO; NACIF, 2001; PEREIRA, 2012).

### **3.6 Obesidade infantil**

A associação da obesidade com alterações metabólicas, como a dislipidemia, a hipertensão e a intolerância à glicose, considerados fatores de risco para o diabetes mellitus tipo 2 e as doenças cardiovasculares até alguns anos atrás, eram mais evidentes em adultos; no entanto, hoje já podem ser observadas frequentemente na faixa etária mais jovem. Além disso, alguns estudos sugerem que o tempo de duração da obesidade está diretamente associado a morbimortalidade por doenças cardiovasculares. (OLIVEIRA, 2003).

Vários fatores são importantes na gênese da obesidade, como os genéticos, os fisiológicos e os metabólicos; no entanto, os que poderiam explicar este crescente aumento do número de indivíduos obesos parece estar mais relacionados às mudanças no estilo de vida e aos hábitos alimentares. O aumento no consumo de alimentos ricos em açúcares simples e gordura, com alta densidade energética, e a diminuição da prática de exercícios físicos, são os principais fatores relacionados ao meio ambiente. (FISBERG *et al*, 2003)

O estudo de Oliveira et al. 2010, verificou que a obesidade infantil foi inversamente relacionada com a prática da atividade física sistemática, com a presença de TV, computador e videogame nas residências, além do baixo consumo de verduras, confirmando a influência do meio ambiente sobre o desenvolvimento do excesso de peso em nosso meio. Outro achado importante foi o fato da criança estudar em escola privada e ser unigênita, como os principais fatores preditivos na determinação do ganho excessivo de peso, demonstrando a influência do fator sócio-econômico e do micro-ambiente familiar.

Programas de tratamento para a obesidade infantil têm enfatizado quão difícil é conseguir minimizar esta condição. Nem todos os que buscam atendimento têm sucesso mantendo ou reduzindo o índice de massa corporal. Sabe-se, ainda, que o envolvimento da família é de extrema importância, pois são os pais que arranjam o ambiente da criança podendo facilitar ou dificultar o controle da ingestão de alimentos menos calóricos. Em geral são os pais que oferecem à criança os alimentos, diretamente, por meio do preparo de refeições ou permitindo sua compra pela própria criança (CARVALHO et al., 2005).

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante do que foi discutido, percebe-se a importância da implementação de medidas intervencionistas no combate ao consumo de alimentos ultraprocessados e na prevenção do surgimento de doenças cardiovasculares nas crianças. Algumas áreas merecem atenção, sendo a educação, a indústria alimentícia, a família e os meios de comunicação, os principais veículos de atuação. Medidas de caráter educativo e informativo, através do currículo escolar e dos meios de comunicação de massa, assim como, o controle da propaganda de alimentos não saudáveis, dirigidos principalmente ao público infantil. Sobre a indústria alimentícia, devemos procurar o apoio à produção e comercialização de alimentos saudáveis, vale ressaltar também que a participação da família é indispensável, no sentido de incentivar as crianças a terem uma alimentação saudável tanto no âmbito escolar quanto em sua residência. Portanto, vale reforçar que a educação alimentar e nutricional representa um papel importante na relação do indivíduo com o seu alimento desde a infância tornando fundamental esclarecer às crianças sobre a importância de uma alimentação saudável na infância, bem como seus benefícios a longo prazo.

#### **5. REFERÊNCIAS**

CARVALHO, Carolina Abreu de et al. Consumo alimentar e adequação nutricional em crianças brasileiras: revisão sistemática. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 33, n. 2, p. 211-221, 2015.

CECCATTO<sup>1</sup>, Daiane et al. A influência da mídia no consumo alimentar infantil: uma revisão da literatura. **CONSELHO EDITORIAL**, p. 140, 2018.

COELHO, Helena Martins; PIRES, António Prazo. Relações familiares e comportamento alimentar. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 30, n. 1, p. 45-52, 2014.

DAVI, Tania Nunes et al. Inclusão de Hábitos Alimentares Saudáveis na Educação Infantil com Alunos de 4 e 5 Anos. **Cadernos da FUCAMP**, v. 15, n. 24, 2017.

DE MOURA, Neila Camargo. Influência da mídia no comportamento alimentar de crianças e adolescentes. **Segurança Alimentar e nutricional**, v. 17, n. 1, p. 113-122, 2010

DIAS, Mara Cláudia Azevedo Pinto; FREIRE, Lincoln Marcelo Silveira; FRANCESCHINI, Sylvia do Carmo Castro. Recomendações para alimentação complementar de crianças menores de dois anos. **Revista de Nutrição**, v. 23, n. 3, p. 475-486, 2010.

DOS SANTOS SILVA, Manoela. CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS POR CRIANÇAS MENORES DE 10 ANOS. In: **Anais do III Congresso Regional de Saúde Integrada**. p. 24.

EINLOFT, Ariadne Barbosa do Nascimento; COTTA, Rosângela Minardi Mitre; ARAÚJO, Raquel Maria Amaral. Promoção da alimentação saudável na infância: fragilidades no contexto da Atenção Básica. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 61-72, 2018.

GIESTA, Juliana Mariante et al. Fatores associados à introdução precoce de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças menores de dois anos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 2387-2397, 2019.

GOMES, Priscila Tsupal Tenório; NAKANO, Ana Márcia S. Introdução à alimentação complementar em crianças menores de seis meses atendidas em dia nacional de campanha de vacinação. **Revista Salus**, v. 1, n. 1, 2007.

HENRIQUES, Patrícia et al. Regulamentação da propaganda de alimentos infantis como estratégia para a promoção da saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, p. 481-490, 2012.

KLOTZ-SILVA, Juliana; PRADO, Shirley Donizete; SEIXAS, Cristiane Marques. A força do "hábito alimentar": referências conceituais para o campo da Alimentação e Nutrição. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 27, p. 1065-1085, 2017.

MAIA, Evanira Rodrigues et al. Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil. **Revista de Nutrição**, v. 25, n. 1, p. 79-88, 2012.

MARQUES, Rosa FSV; LOPEZ, Fábio A.; BRAGA, Josefina AP. O crescimento de crianças alimentadas com leite materno exclusivo nos primeiros 6 meses de vida. **Jornal de pediatria**, v. 80, n. 2, p. 99-105, 2004.

MONTE, Cristina MG; GIUGLIANI, Elsa RJ. Recomendações para alimentação complementar da criança em aleitamento materno. **Jornal de Pediatria**, v. 80, n. 5, p. s131-s141, 2004.

OLIVEIRA, Cecília L. de; FISBERG, Mauro. Obesidade na infância e adolescência: uma verdadeira epidemia. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, v. 47, n. 2, p. 107-108, 2003.

ROMANI, Sylvia de Azevedo Mello; LIRA, Pedro Israel Cabral de. Fatores determinantes do crescimento infantil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 4, n. 1, p. 15-23, 2004.

ROSSI, Camila Elizandra et al. Influência da televisão no consumo alimentar e na obesidade em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. **Revista de Nutrição**, v. 23, n. 4, p. 607-620, 2010.

SILVA, Mariane Alves et al. O consumo de produtos ultraprocessados está associado ao melhor nível socioeconômico das famílias das crianças. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 4053-4060, 2019.

SPARREBERGER, Karen et al. Ultra-processed food consumption in children from a Basic Health Unit. **Jornal de Pediatria (Versão em Português)**, v. 91, n. 6, p. 535-542, 2015.

SPYRIDES, Maria Helena Constantino et al. Efeito das práticas alimentares sobre o crescimento infantil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 5, n. 2, p. 145-153, 2005.

UEDA, Marcia Hiroko; PORTO, Rafael Barreiros; VASCONCELOS, Láercia Abreu. Publicidade de alimentos e escolhas alimentares de crianças. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 30, n. 1, p. 53-61, 2014.