

DOI: 10.35621/23587490.v11.n1.p838-852

SELETIVIDADE ALIMENTAR NA INFÂNCIA: EXPLORANDO AS RAÍZES PSICOLÓGICAS E DESDOBRAMENTOS NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

FOOD SELECTIVITY IN CHILDHOOD: EXPLORING THE PSYCHOLOGICAL ROOTS AND IMPLICATIONS FOR CHILD DEVELOPMENT

Ana Livia Brasil Pontes¹
Juliana Goldfarb de Oliveira²
Daniel de Oliveira Silva³
Hilana Maria Braga Fernandes Abreu⁴

RESUMO: Introdução: O presente artigo tem como tema a Seletividade Alimentar (SA) na infância, destacando as influências psicológicas e psicossociais que definem os modelos de comportamento alimentar e seus efeitos no desenvolvimento infantil. **Objetivos:** Os objetivos basearam-se em identificar as causas psicológicas da seletividade alimentar na infância, considerando fatores como aversões sensoriais, influências familiares e experiências emocionais. Para tanto, fez-se necessário investigar os efeitos psicossociais da seletividade alimentar, incluindo a relação com o bem-estar emocional da criança e dinâmicas familiares, e analisar a influência das primeiras experiências alimentares na formação de preferências e aversões. **Metodologia:** O trabalho trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com concentração em estudos publicados entre 2013 e 2023, nas bases de dados SciELO, LILACS e Google Acadêmico. No decorrer da coleta de dados, que aconteceu entre abril e maio de 2024, foram aplicados descritores determinados pelo tema, como relacionados à seletividade alimentar, influências psicológicas e dinâmicas familiares, com o objetivo de escolher artigos que discutissem as causas e efeitos psicossociais da seletividade alimentar na infância. **Resultados:** Os resultados apontaram que a dinâmica familiar, abrangendo práticas alimentares e a qualidade das interações

¹ Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Santa Maria. E-mail: 20201055021@fsmead.com.br.

² Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM. E-mail: 000799@fsmead.com.br.

³ Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM. E-mail: 000800@fsmead.com.br.

⁴ Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 000344@fsmead.com.br.

durante as refeições, impacta significativamente o comportamento alimentar infantil. Uma base rígida ou permissiva pode dar origem à ansiedade e tensões, potencializando a SA e comprometendo a saúde emocional da criança. **Conclusão:** Com a avaliação dos estudos alcançados foi possível concluir que a seletividade alimentar na infância é um fenômeno complexo e multifatorial, com significativas implicações para o desenvolvimento emocional e comportamental das crianças. Elementos intrínsecos, como as aversões sensoriais a certos alimentos, e elementos extrínsecos, como as práticas alimentares e o ambiente familiar, exercem papéis importantes nos desenvolvimentos de padrões alimentares seletivos. As experiências alimentares iniciais, sobretudo a introdução gradual e diversificada de alimentos, revelam-se determinantes na prevenção da seletividade alimentar, aumentando as preferências alimentares e impulsionando a aceitação de uma maior variedade de sabores e texturas.

PALAVRAS-CHAVE: seletividade alimentar; transtornos alimentares na infância; desenvolvimento psicológico; comportamento infantil; parentalidade.

ABSTRACT: Introduction: *This article focuses on food selectivity (FS) in childhood, highlighting the psychological and psychosocial influences that shape eating behavior patterns and their effects on child development. Objectives:* *The objectives were to identify the psychological causes of food selectivity in childhood, considering factors such as sensory aversions, family influences, and emotional experiences. It was also necessary to investigate the psychosocial effects of food selectivity, including its relationship with the child's emotional well-being and family dynamics, and to analyze the influence of early eating experiences on the formation of preferences and aversions. Methodology:* *This work is an integrative literature review, concentrating on studies published between 2013 and 2023 in the SCIELO, LILACS, and Google Scholar databases. During the data collection process, which took place between April and May 2024, descriptors related to food selectivity, psychological influences, and family dynamics were applied to select articles that discuss the causes and psychosocial effects of food selectivity in childhood. Results:* *The results indicated that family dynamics, including eating practices and the quality of interactions during meals, significantly impact children's eating behavior. A rigid or permissive approach can lead to anxiety and tension, which may intensify FS and compromise the child's emotional health. Conclusion:* *The evaluation of the studies revealed that food selectivity in childhood is a complex and multifactorial phenomenon, with significant implications for emotional and behavioral development. Intrinsic elements, such as sensory aversions to certain foods, and extrinsic elements, such as eating practices and the family environment, play important roles in the development of selective eating patterns. Early eating experiences, especially the gradual and diverse introduction of foods, are key determinants in preventing food selectivity, increasing food preferences, and promoting acceptance of a wider variety of flavors and textures.*

KEYWORDS: *food selectivity; eating disorders in childhood; psychological development; child behavior; parenting.*

1 INTRODUÇÃO

Este trabalho teve como objetivo investigar a Seletividade Alimentar (SA) na infância, com foco nas influências psicológicas que moldam os padrões de comportamento alimentar e seus impactos no desenvolvimento infantil. Para tanto, com a intenção fez-se necessária a elaboração de objetivos secundários, sendo esses: identificar as causas psicológicas da seletividade alimentar na infância, considerando fatores como aversões sensoriais, influências familiares e experiências emocionais; investigar os efeitos psicossociais da seletividade alimentar, incluindo a relação com o bem-estar emocional da criança e dinâmicas familiares; analisar a influência das primeiras experiências alimentares na formação de preferências e aversões.

A relevância do presente estudo residiu em trazer luz aos desafios que se apresentam em torno da seletividade alimentar infantil, e abordar como essa questão fornece conhecimento a um tema pouco debatido. Em vista disso, a relevância não engloba apenas as crianças, mas uma parcela daqueles que presenciam essa dificuldade cotidianamente, que é o lado parental. As dificuldades apresentadas por esses indivíduos, ainda na infância, em relação ao manejo alimentar, contribuem para um estresse emocional, tensões nas interações sociais e seio familiar, ainda efetivo em momentos de refeição.

A jornada para entender sobre a seletividade alimentar partiu de uma motivação pessoal da autora da pesquisa. Vivenciando a SA com familiares e conhecidos, tornou-se importante, durante a graduação de Psicologia, entender as causas subjacentes e suas implicações. Tendo em vista o quão desafiador é a introdução alimentar e a possível recusa persistente ao longo dos anos, pode afetar significativamente a qualidade de vida da criança, logo, esse tema tem uma importância devido à prevalência e suas implicações.

Portanto, a seletividade alimentar, em particular na infância, é uma questão relevante no que diz respeito à saúde pública, já que, como mencionado, impacta o

desenvolvimento e bem-estar da criança. Ainda mais a fundo, ao adentrar na pesquisa, é possível analisar suas diversas implicações, contribuindo para uma compreensão mais abrangente sobre as raízes da SA e seus impactos no desenvolvimento infantil. Muitas vezes, a frase “meu filho não come” é escutada por profissionais da saúde, e esse relato pode estar correlacionado a fatores de desestruturação familiar, ocorrendo, em muitos casos, a criança tomar controle da sua alimentação.

Fixando dados de pesquisa em relação ao anseio de ver sua criança se alimentar, há um resultado de 45% dos pais desejando ter uma mudança nesse hábito. Entre esse total, dados demonstram que 51% oferecerem recompensa aos filhos, e 69% tentam persuadir seus filhos com recompensas positivas ou através de ameaças, violência física ou psicológica. (Sampaio *et al.*, 2013).

Geralmente, a SA na fase infantil é passageira, podendo ser considerada apenas a adaptação no desenvolvimento da criança. Porém, nessa condição, se tornar persistente a recusa, é necessário identificar os fatores, frequências e problemáticas. Além do distúrbio da dinâmica familiar como mencionado, há relação da seletividade alimentar nas experiências emocionais, aversões sensoriais, introdução inadequada, Transtorno do Espectro Autista (TEA) e até mesmo a prematuridade. Nesse sentido, o presente artigo visa abordar esses fatores e fases da seletividade alimentar no desenvolvimento infantil, a priorizar os aspectos psicológicos que moldam os padrões e comportamento alimentar.

2 METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com o objetivo de investigar a seletividade alimentar na infância. Para isso, a metodologia utilizada foi estruturada por um caminho que abrange a seleção de fontes de dados, os critérios de inclusão e exclusão, e a análise descritiva dos dados extraídos dos estudos selecionados.

As bases de dados eletrônicas utilizadas foram SciELO e LILACS, complementadas pelo Google Acadêmico, devido à sua abrangência, embora com

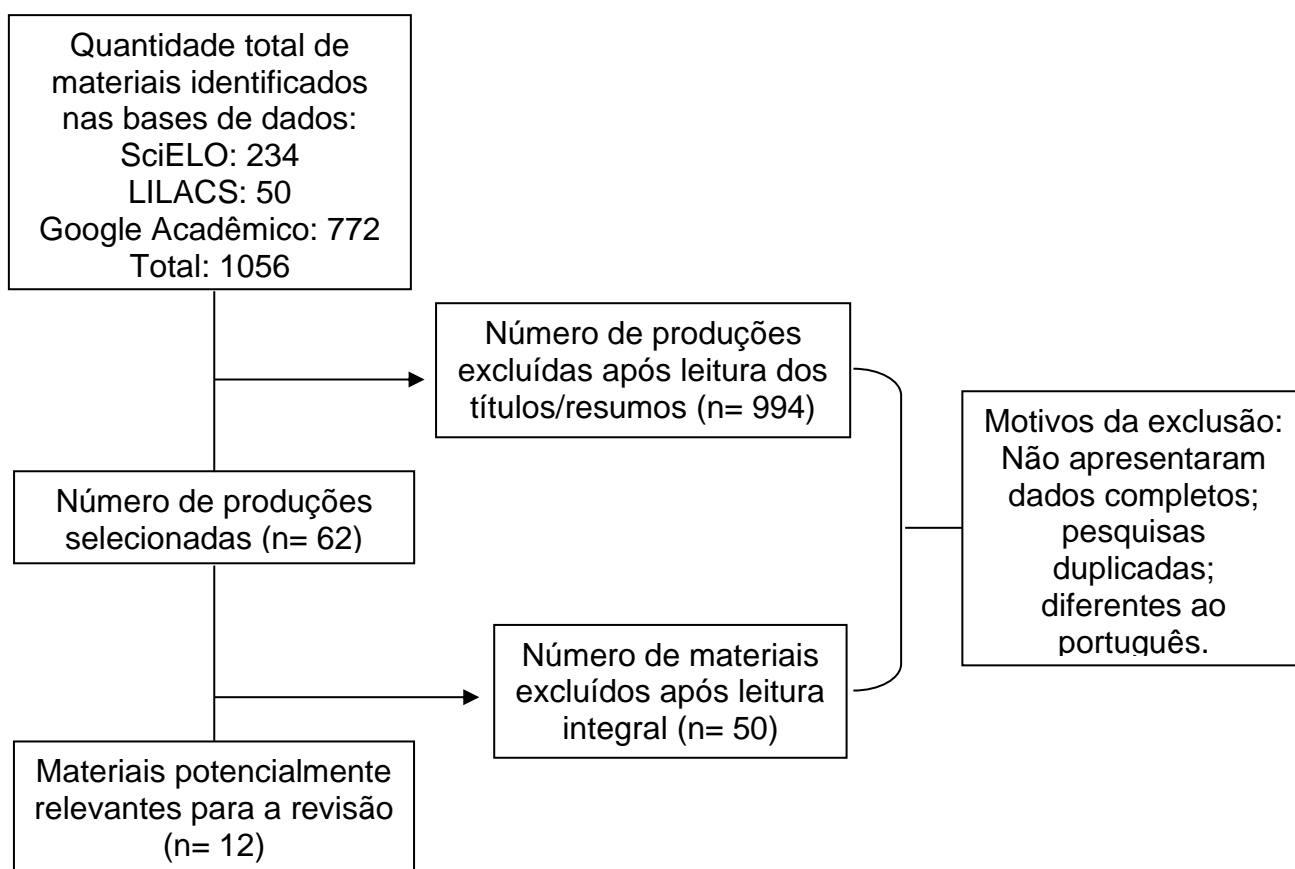
cautela quanto à qualidade das fontes. A escolha dessas bases se deteve à sua abrangência e relevância no contexto da pesquisa científica em saúde e desenvolvimento infantil. A abordagem de busca foi cuidadosamente planejada, e envolveu a utilização de palavras-chave e termos específicos para garantir a abrangência e a adequação dos estudos selecionados.

A busca foi efetuada entre os meses de abril e maio de 2024, e detém os seguintes descritores encontrados por meio do DECs/MESH: "Seletividade alimentar na infância", "Influências psicológicas no comportamento alimentar infantil", "Desenvolvimento infantil e seletividade alimentar", "Aversões sensoriais alimentares" e "Influências familiares na alimentação infantil". Embora não estivesse dentro dos critérios de seleção, foi utilizado também como base para a discussão da pesquisa o Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de Dois Anos, encontrado no *site* oficial do Ministério da Saúde do Brasil, pela relevância na temática.

Nesse sentido, para garantir a relevância e a qualidade dos estudos contemplados na revisão integrativa, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão. Os critérios de inclusão abrangeram: publicações entre os anos de 2013 e 2023; artigos em português; pesquisas que abordassem seletividade alimentar na infância e suas causas psicológicas, impactos psicossociais e experiências alimentares iniciais. Excluídos da revisão: estudos que não revelam dados completos; pesquisas duplicadas; artigos em línguas diferentes ao português.

A análise descritiva foi realizada através da síntese dos dados extraídos, categorizando as influências psicológicas, impactos psicossociais e preferências alimentares em subtemas, para facilitar a compreensão crítica do fenômeno da seletividade alimentar.

Fluxograma I - Resultados de pesquisa em base de dados.



Fonte: autoria própria.

RESULTADOS

Com base no traçado metodológico estabelecido, foram obtidos os seguintes resultados, apresentados no Quadro I: todos os estudos selecionados, ou seja, 100% (n=12) concentram-se no período de 2013 a 2023. Além disso, todos estão disponíveis em formato de texto completo, e acessíveis nas bases de dados pesquisadas, no idioma português, o que facilitou a análise dos conteúdos. Dentre esses estudos, quase a metade (42%, n=5) foi encontrada na base de dados Google Acadêmico, refletindo a predominância dessa fonte para as publicações da área. Já a base SciELO

abrigou 30% (n=3) dos estudos, enquanto LILACS foi responsável por 30% (n=3), e Ministério da Saúde por 8% (n=1).

Quadro I - Caracterização geral dos artigos selecionados segundo autoria, ano e base de dados por ordem cronológica.

Autores (ano)	Títulos	Bases de dados
<i>Sampaio et al., (2013)</i>	Seletividade alimentar: uma abordagem nutricional	LILACS
<i>Brasil et al., (2014)</i>	Dificuldades alimentares em pré-escolares, práticas alimentares progressas e estado nutricional.	SciELO
<i>Siqueira, (2018)</i>	Dificuldades alimentares entre pré-escolares e fatores associados	Google Acadêmico
<i>Nunes, (2019)</i>	Características da mastigação e do estado nutricional de crianças com seletividade alimentar	Google Acadêmico
<i>Brasil, (2019)</i>	Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de Dois Anos	Ministério da Saúde
<i>Rocha et al., (2019)</i>	Análise da seletividade alimentar de pessoas com Transtorno do Espectro Autista.	LILACS
<i>Favretto et al., (2021)</i>	EDUCAÇÃO ALIMENTAR: fatores influenciadores na seletividade alimentar de crianças	Google Acadêmico
<i>Oliveira; Frutuoso, (2021)</i>	Muito além dos nutrientes: experiências e conexões com crianças autistas a partir do cozinhar e comer juntos.	SciELO
<i>Gerardo; Macan, (2022)</i>	Determinantes nas Preferências Alimentares e Seletividade Alimentar em Crianças	Google Acadêmico
<i>Pereira et al., (2022)</i>	Seletividade alimentar em crianças pré-escolar	SciELO
<i>Loureiro, (2023)</i>	Associação entre práticas parentais na alimentação infantil e seletividade alimentar na infância	Google Acadêmico
<i>Viola et al., (2023)</i>	Situação socioeconômica, tempo de tela e de permanência na escola e o consumo alimentar de crianças	LILACS

Fonte: autoria própria.

A revisão das referências evidenciou que a seletividade alimentar é moldada por questões intrínsecas, que são condições individuais da criança, e questões extrínsecas, ou seja, as ações parentais, o ambiente familiar, escolar e socioeconômico.

A análise do Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de Dois Anos (Brasil, 2019) destaca a relevância da introdução precoce de alimentos diversificados,

indicando que essa abordagem minimiza a probabilidade da seletividade alimentar, uma vez que expande a aceitação de diferentes sabores e texturas. Em concordância, os estudos de Favretto, Amestoy e Tolentino-Neto (2021) e de Loureiro (2023) reforçam que o método de introduzir alimentos diversos, de acordo com a autonomia da criança e evitando coações, colabora para uma aceitação mais adequada de alimentos e reduz a rejeição.

Gerardo e Macan (2022) consideram que métodos educativos que estimulam a exposição a alimentos frescos, como frutas e vegetais, são condições fundamentais para diminuir a seletividade e gerar preferências alimentares mais benéficas à saúde. Já Brasil et al. (2014) correlacionam a seletividade alimentar a um maior risco de deficiências nutricionais, ressaltando que crianças seletivas se inclinam a ter uma dieta restrita, o que é capaz de trazer como consequência déficits de crescimento e desenvolvimento.

Os achados também demonstraram que crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) manifestam uma característica alimentar com maior seletividade, segundo os estudos de Oliveira e Frutuoso (2021) e Rocha e colaboradores (2019). As complicações sensoriais e comportamentais frequentes no TEA influenciam para uma recusa persistente a alimentos novos ou com texturas e sabores específicos, implicando a demanda de intervenções adequadas, como cozinhar em conjunto com a criança e associar os sentidos de forma benéfica durante a refeição.

Para concluir, Viola e coparticipantes (2023) complementam que aspectos socioeconômicos e comportamentais, como exposição às telas e o fornecimento de alimentos, alteram os padrões de consumo alimentar infantil. Crianças submetidas a maior tempo de uso de tela costumam ter preferência a alimentos processados e a desenvolver padrões alimentares limitados, reforçando a seletividade alimentar. Esses resultados dão destaque à relevância de intervenções multidimensionais para estimular uma interação saudável com a comida, levando em consideração não só o contexto familiar, mas elementos como o ambiente escolar e as políticas públicas de alimentação infantil.

Em termos gerais, os resultados desta revisão validam que a seletividade alimentar em pré-escolares é multifatorial. Práticas alimentares adequadas, exposição a alimentos variados e ambientes de alimentação saudáveis são considerações

fundamentais para a redução da seletividade. Em suma, é evidente a importância de uma abordagem integrada, envolvendo família, escola e sociedade para favorecer um desenvolvimento alimentar saudável e variado desde a infância.

DISCUSSÃO

Nos primeiros anos de vida é onde surgem os principais fundamentos para um pleno desenvolvimento e crescimento infantil. A alimentação se apresenta como uma parte essencial desse crescer. Nesse sentido, compreender a respeito dos hábitos alimentares da criança torna-se um grande desafio, por ser a partir desse olhar que há uma identificação e prevenção de doenças, dentre elas a obesidade, excesso de peso ou a perda, como consequência à saúde da criança (Favretto *et al.*, 2021).

Em caracterização, a seletividade alimentar segue uma tríade: pouco apetite, recusa alimentar e desinteresse pelo alimento. A partir dessa composição que se obtém o comportamento de recusa de alimentos, limitação e a variedade que ocasiona carência de nutrientes para um pleno desenvolvimento do funcionamento do organismo. Uma aceitação dos alimentos, em estudos, tem sido observada a partir da sensibilidade sensorial, que leva a uma escolha dos alimentos com texturas preferenciais, ou seja, uma consistência tolerável e que a criança consiga gerenciar. Nesse pressuposto, crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) podem apresentar essa tríade que acarreta perda de nutrientes, prejudicando seu desenvolvimento (Rocha *et al.*, 2019).

Estudos comprovam a positividade na relação de expor o alimento e a fase de introdução alimentar. É necessário, no entanto, uma exposição saudável e repetida, a qual é nomeada com um processo de familiarização. Por sua vez, as escolhas alimentares na fase infantil pesam muito mais para o lado gustativo e todos os outros sentidos. Suas escolhas interpretam a textura, o som, quando até mesmo escutar o nome do alimento interfere na aceitação, o visual e o cheiro antes de degustar o alimento. Em relação ao visual, no caso de neofobia (medo de alimentos novos), a criança tende a ter recusa imediata (Gerardo e Macan, 2022).

Os comportamentos de algumas crianças seletivas na recusa alimentar giram em torno da agitação e o levantar nas horas de refeição, ingerir pouca quantidade ou demorar a comer, fazer birras e negociar o que irá comer (Nunes, 2019). Outro ponto a ser destacado é a exposição do alimento após recusas persistentes. Estudos demonstram que a recusa pode ser alterada, se de forma consecutiva houver a apresentação do alimento, ou seja, apesar da recusa inicial por determinados tipos de alimentos, é vivenciada uma mudança no processo de adaptação (Favretto *et al*, 2021).

Muitos são os fatores que moldam o comportamento alimentar, em meio a estudos na literatura surge a diferença dentre duas dificuldades alimentares. A Neofobia, que ocorre a partir do alimento que é novo ou desconhecido, e a Seletividade Alimentar, que é a recusa de alimento familiar ou não à criança (Siqueira, 2018). É notório que as experiências primárias ao alimento são de grande valia para o construto da interação alimento e criança, esse meio de experiência começa a partir dos 8-10 meses, quando estão inseridos na rotina alimentar os alimentos sólidos (Brasil *et al*, 2014).

O ambiente familiar é uma das maiores influências na preferência alimentar da criança. Sampaio e colaboradores (2013) discutem a ideia dos conflitos comportamentais a partir da preferência e controle da criança na situação familiar:

Em alguns casos, quando a criança não supre as expectativas dos pais com relação ao consumo alimentar, o descontrole emocional que se instala coloca a criança no controle da situação, permitindo que ela mesma decida o que comer, e não seus responsáveis. É importante ressaltar que crianças seletivas normalmente apresentam comportamentos fóbicos diante de alimentos que não são de sua preferência, gerando confrontos e atitudes agressivas para evitar comer o que não querem (Sampaio *et al*, 2013. p. 167).

Em suma, segundo estudos, as possíveis causas de problemas alimentares na infância são diversas. Ligada a causas comportamentais psíquicas, estão selecionados os distúrbios da dinâmica familiar (alteração no vínculo mãe-filho, tensão familiar, dificuldade dos pais em estabelecer limites, mudanças na rotina, separação dos pais, falecimento na família, nascimento de um irmão), além disso, os distúrbios emocionais da criança, experiências de desmame e introdução alimentar

inadequadas, e a falta de conhecimento dos pais sobre o desenvolvimento do comportamento alimentar infantil também desempenham um papel significativo (Pereira *et al.*, 2022).

A alimentação é a base biológica da vida, e seus hábitos são compostos por uma base de fatores genéticos e ambientais. Logo na infância, um momento de descobertas, há propensão maior à rede genética fazer parte das experiências de gostos, sabores e texturas herdadas pelo lado parental. É apenas nas vivências, ou seja, ao longo do crescimento da criança, que ocorre a mudança nas escolhas e o afastamento das influências genéticas. (Favretto *et al.*, 2021).

A amamentação se insere em um dos fatores que auxiliam no bom desenvolvimento alimentar. É na amamentação que a criança tem o contato sensorial e experiências no paladar, e nesse contato cria possibilidades com sabores e odores variados, colaborando no futuro a aceitação de alimentos. Em contraposição, o curto momento de amamentação ou o zero contato do bebê com esse processo dificulta essa experiência (Sampaio *et al.*, 2013). No entanto, é possível afirmar que os sabores e odores do leite materno vêm a partir da dieta da mãe; logo, futuramente previne a neofobia, onde a criança tem medo de alimentos novos (Favretto *et al.*, 2021).

A participação da parte materna e a amamentação nesse processo podem modular as futuras escolhas alimentares no desenvolvimento infantil, porém, é na estrutura geral da parentalidade que o foco também se encontra. No convívio familiar diário, a criança encontra pessoas a espelhar e, muitas vezes, seguir; nesse sentido, pode-se concluir que a cultura familiar de um sujeito modula o entendimento na relação de saciar a fome ou a forma de senti-la, desenvolve a percepção dos sabores e constrói suas preferências e desejos (Pereira *et al.*, 2022).

Nesse contexto, a família influencia no comportamento alimentar na fase infantil, com isso deve-se considerar, por exemplo, as características sociais, culturais e econômicas. Pais que formulam uma rotina, participam da partilha no momento de refeição de forma positiva, tem uma tendência determinante no percurso alimentar. O contexto econômico se enquadra na seleção de alimentos, proporcionando uma melhor oferta de alimentos. No entanto, a parte cultural é associada a diferentes estímulos que a criança obtém na sua vivência e alimentação, são diferentes por cada região, e tem suas preferências distintas (Gerardo e Macan, 2022).

Durante a fase de introdução alimentar, diversas abordagens parentais moldam os estilos de criação, influenciando diretamente o curso do desenvolvimento infantil. Os determinantes parentais variam de cuidador para cuidador, contudo, segundo Gerardo e Macan (2022), estudos demonstram quatro estilos parentais: “o permissivo; o orientador; o não envolvido; o autoritário”. Na pesquisa, observou-se que os estilos parentais se diferenciam em dois fatores principais: a exigência e a responsividade. O estilo parental mais favorável em relação ao comportamento alimentar da criança é o orientador, caracterizado por uma combinação de alta exigência e alta responsividade. Isso se reflete em um ambiente bem estruturado, comunicação eficaz e estímulo à autorregulação.

Vivenciar novos sabores pode se tornar uma prática divertida e dinâmica para a criança, quando aplicada corretamente. É possível realizar esse momento através do brincar, algo simbólico que atrai a percepção da criança em seu entender. No manejo clínico, o terapeuta consegue, a partir do brincar, ter a visão de como a criança reage mediante regras e instruções dos cuidadores a quem partilha as refeições. É ainda no brincar que se inicia o processo de aprendizado sobre a alimentação desde bebê, conhecer novos sabores estar interligado com a experiência sensorial. Cada atividade desenvolve habilidades na criança, e podem ser feitas a partir de contação de histórias, faz de conta, bonecos, fantasia e entre outros recursos lúdicos (Pereira *et al.*, 2022).

É importante destacar a educação nutricional, uma conduta que tem como comportamento e estratégia a prevenção da seletividade alimentar da criança. Esse tipo de educação começa desde cedo, e tem como objetivo desenvolver atitudes saudáveis à alimentação, contemplando os aspectos cognitivos, comportamentais e emocionais (Pereira *et al.*, 2022). Em um levantamento efetuado por Oliveira e Frutuoso (2021), na Associação Amigos dos Autistas de Sorocaba (AMAS), demonstra que as atividades sensoriais realizadas na terapia têm sido associadas a um avanço significativo na introdução de alimentos novos, os quais exploram os sentidos.

Em 2019, o Ministério da Saúde (MS) publicou o Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de Dois Anos. Uma ferramenta importante para os cuidadores sobre a alimentação adequada nessa faixa etária. Sendo este um documento que

destaca o conhecimento científico, visa as práticas, tabus, segurança alimentar e orientações acerca da alimentação infantil.

Quando analisado o ambiente familiar e horários de refeições, pode-se observar o uso de distrações, que resulta em maior prevalência da SA. Exemplos práticos das distrações atuais giram em torno da tecnologia, logo, televisão, celular, *tablet* e telas em geral são usados como meios de fazer a criança ter maior interesse no alimento. Em controvérsia, essa prática resulta em menor atenção ao alimento ingerido, ocorrendo uma falta de noção ao apetite e saciedade, mesmo que aumente a quantidade de alimento consumido (Loureiro, 2023).

A prevalência das escolhas alimentares da criança é influenciada diretamente pela publicidade. Em estudo, a Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) levantou dados acerca do hábito de assistir televisão por mais de três horas ao dia, seu resultado foi favorável a risco de comidas açucaradas em crianças menores de dois anos. No entanto, o maior tempo de tela pode vir a representar o pior perfil alimentar. A partir da ideia do tempo gasto em tela aumenta o índice no consumo de alimentos obesogênicos e atrapalha o mecanismo de fome e saciedade natural (Viola *et al.*, 2023).

CONCLUSÃO

A pesquisa executada neste trabalho possibilitou alcançar os objetivos delimitados, ao analisar os fatores psicológicos da seletividade alimentar (SA) na infância, com ênfase em fatores como aversões sensoriais, influências familiares e experiências emocionais. A revisão integrativa dos estudos tornou clara que essas causas estão diretamente relacionadas ao desenvolvimento de padrões alimentares nas crianças, estando a relação entre os elementos sensoriais e as dinâmicas familiares os itens principais para interpretar a seletividade alimentar.

Uma das principais conclusões foi o reconhecimento das primeiras experiências alimentares, que exercem um papel fundamental na construção de preferências e aversões alimentares. A introdução precoce e ampla de alimentos

mostrou-se eficiente na prevenção da seletividade alimentar, expandindo as escolhas das crianças e acelerando a aprovação de diferentes sabores e texturas. Outrossim, a análise das influências familiares revelou que práticas alimentares respeitadas, como a abordagem parental orientadora, são aspectos para a saúde emocional e a redução de hábitos alimentares seletivos na infância.

Quanto às causas psicossociais da seletividade alimentar, tornou-se evidente que o mecanismo familiar tem considerável impacto no comportamento alimentar infantil. A conduta excessiva ou a carência de estrutura em meio às refeições podem gerar ansiedade e conflitos, o que agrava a seletividade alimentar e influencia negativamente a saúde emocional das crianças.

Portanto, foi possível compreender quais os principais fatores psicológicos e psicossociais da seletividade alimentar, identificar a atribuição das primeiras experiências alimentares e apontar a importância de um ambiente familiar estruturado. Cabe destacar, entretanto, que o tema permanece a exigir uma compreensão mais profunda, em destaque no que diz respeito às intervenções personalizadas para crianças com deficiências ou transtornos, por exemplo, Transtorno do Espectro Autista. A pertinência desta pesquisa é visível, pois, colabora para o desenvolvimento nas abordagens de prevenção e condução da seletividade alimentar infantil.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde - Departamento de Promoção da Saúde. **Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de dois anos**. Brasília, DF. 2019.

FAVRETTO, Luísa Moreira; AMESTOY, Micheli Bordoli; DE TOLENTINO-NETO, Luiz Caldeira Brant. EDUCAÇÃO ALIMENTAR: fatores influenciadores na seletividade alimentar de crianças. **Revista Exitus**, v. 11, p. e020204-e020204, 2021.

GERARDO, Marisa Martins; MACAN, Tamires Pavei. Determinantes nas Preferências Alimentares e Seletividade Alimentar em Crianças. **Acta Portuguesa de Nutrição**, v. 31, p. 62-66, 2022.

BRASIL, Bárbara et al. Dificuldades alimentares em pré-escolares, práticas alimentares pregressas e estado nutricional. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 48, n. 5, p. 806-812, 2014.

LOUREIRO, Giovanna Peres. **Associação entre práticas parentais na alimentação infantil e seletividade alimentar na infância**. 2023. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2023.

NUNES, Luciana Maria de Souza. **Características da mastigação e do estado nutricional de crianças com seletividade alimentar**. 2019. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Pernambuco.

OLIVEIRA, Bruna Muratti Ferraz de; FRUTUOSO, Maria Fernanda Petrolí. Muito além dos nutrientes: experiências e conexões com crianças autistas a partir do cozinhar e comer juntos. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, p. e00132020, 2021.

PEREIRA, Emily Dias Monteiro; DE SALES FERREIRA, José Carlos; FIGUEIREDO, Rebeca Sakamoto. Seletividade alimentar em crianças pré-escolar. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 14, p. e546111436894-e546111436894, 2022.

ROCHA, Gilma Sannyelle Silva et al. Análise da seletividade alimentar de pessoas com Transtorno do Espectro Autista. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 24, p. e538-e538, 2019.

SAMPAIO, Ana Beatriz de Mello et al. Seletividade alimentar: uma abordagem nutricional. **Jornal brasileiro de psiquiatria**, v. 62, p. 164-170, 2013.

SIQUEIRA, Bruna Nabuco Freire. *Dificuldades alimentares entre pré-escolares e fatores associados*. 2018. 92 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Nutrição) - Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, SE, 2018.

VIOLA, Poliana Cristina de Almeida Fonseca et al. Situação socioeconômica, tempo de tela e de permanência na escola e o consumo alimentar de crianças. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, p. 257-267, 2023.