

CENTRO UNIVERSITÁRIO ASSIS GURGACZ
GLEIDSON DINIZ

**IMPLICAÇÃO DA INTRODUÇÃO ALIMENTAR PRECOCE: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

CASCADEL
2022

CENTRO UNIVERSITÁRIO ASSIS GURGACZ
GLEIDSON DINIZ

**IMPLICAÇÃO DA INTRODUÇÃO ALIMENTAR PRECOCE: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito para
obtenção do título de Bacharel em
Nutrição.

Professor Orientador: Ms. Sabrine
Zambiasi da Silva

CASCADEL

2022

CENTRO UNIVERSITÁRIO ASSIS GURGACZ
GLEIDSON DINIZ

**IMPLICAÇÃO DA INTRODUÇÃO ALIMENTAR PRECOCE: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

Trabalho apresentado no Curso de Nutrição do Centro Universitário Assis Gurgacz, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Nutrição, sob a orientação da Professora Ms. Sabrine Zambiasi da Silva.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Ms. Sabrine Zambiasi da Silva
Mestre em Sistemas Agroindustriais - UNIOESTE

Banca Examinadora

Banca Examinadora

Cascavel, julho de 2022

IMPLICAÇÃO DA INTRODUÇÃO ALIMENTAR PRECOCE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

IMPLICATION OF EARLY FOOD INTRODUCTION: A LITERATURE REVIEW

Gleidson Diniz^{1*}, Sabrine Zambiasi da Silva²

¹ Acadêmico do Centro Universitário Assis Gurgacz – FAG. ² Nutricionista, mestre em sistemas agroindustriais UNIOESTE, especialista em: Segurança Alimentar, Nutrição Clínica Funcional, Nutrição em Pediatria, Nutrição Materno Infantil e Docente do Centro Universitário Assis Gurgacz – FAG

*Autor correspondente: gleidsondinizz@gmail.com

RESUMO

Introdução: O primeiro passo para o desenvolvimento da saúde de uma criança é a introdução alimentar, partindo da amamentação até os dois primeiros anos, sendo essencialmente e exclusiva até os primeiros seis meses de vida. Na alimentação complementar ao aleitamento materno, os alimentos devem ser adequados a sua nutrição, oferecendo os nutrientes necessários para seu desenvolvimento. **Metodologia:** O presente trabalho trata-se de uma revisão de literatura disponibilizada em plataformas online que abordam assuntos relacionados à introdução alimentar, ocorrências da introdução alimentar precoce vinculada a alergia alimentar e doenças crônicas não transmissíveis. **Fundamentação teórica:** Na introdução alimentar o aleitamento materno é essencial, e deve ser incentivado, pois pode prevenir o surgimento de diversas doenças na vida adulta como: asma, diabetes e obesidade; além de proporcionar o desenvolvimento do sistema imunológico, o amadurecimento do sistema digestório e neurológico. Após o sexto mês de vida a introdução da alimentação complementar tem influência nos hábitos alimentares futuros do indivíduo, podendo determinar seus gostos e preferências. A introdução da alimentação complementar antes dos seis meses de vida se torna precoce e pode acarretar problemas, pelo fato do indivíduo não estar com sua parte fisiológica preparada para receber alimentos que não seja o leite materno. Uma das complicações que podem ocorrer devido a introdução alimentar precoce é o aumento dos níveis de gordura corporal e consequentemente isso está associado a obesidade infantil. O nutricionista é o profissional qualificado em fazer uma avaliação da criança, considerando o âmbito familiar em que ela vive e orientando qual é o melhor método e a melhor conduta nutricional que se deve utilizar na introdução alimentar. **Considerações finais:** A introdução alimentar não influencia apenas na condição atual de um indivíduo, mas também repercute em sua vida adulta e o profissional nutricionista tem um papel importante de auxiliar e orientar pais e responsáveis no direcionamento da alimentação de seus filhos, na escolha da melhor conduta nutricional afim de proporcionar saúde nessa fase e consequentemente na vida adulta.

Palavras chave: Introdução alimentar precoce, orientação nutricional infantil e protocolo infantil.

ABSTRACT

Introduction: The first step in the development of a child's health is the introduction of food, starting from breastfeeding until the first two years, being essentially and exclusively until the first six months of life, with food complementary to breastfeeding, foods should be adequate to their nutrition, offering the nutrients necessary for their development. **Methodology:** The present work is a literature review available on online platforms that address issues related to food introduction, occurrences of early food introduction linked to food allergy and non-communicable chronic diseases. **Theoretical background:** In the introduction to food, breastfeeding is essential, and should be encouraged. Because it can prevent the emergence of several diseases in adult life, such as asthma, diabetes, obesity, in addition to providing the development of the immune system, the maturation of the digestive and neurological system. After the sixth month, the introduction of complementary food has an influence on the individual's future eating habits, being able to determine their tastes and preferences. The introduction of complementary feeding before six months of life becomes early and can cause problems, because the individual is not physiologically prepared for foods other than breast milk. One of the complications that can occur due to early food introduction is the increase in body fat levels and consequently associated with childhood obesity. The nutritionist is the professional qualified to carry out an assessment of the child considering the family environment in which he lives, in order to guide the best nutritional method and conduct to use in the introduction of food. **Final considerations:** The introduction of food does not only influence the current condition of an individual, as it also affects their adult life, and the nutritionist has an important role in helping and guiding parents and guardians of their children's food, in choosing the best conduct. nutrition in order to provide health, at this stage and consequently in adult life.

Key words: Early food introduction, infant nutritional guidance and infant protocol.

1. INTRODUÇÃO

A introdução alimentar é o primeiro passo para o desenvolvimento da saúde de uma criança. É recomendado que as crianças sejam amamentadas até dois anos de idade ou mais e, até os seis meses de vida, nenhum outro tipo de alimento precisa ser oferecido (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021; ROSA e DELGADO, 2017).

O leite materno é único e inigualável, o melhor para suprir todas as necessidades de uma criança nos seus primeiros meses de vida. Mesmo com os esforços da indústria para a produção de fórmulas, o leite materno humano é o único completo com os anticorpos e substâncias ideais para o desenvolvimento do indivíduo, além de proteger o indivíduo contra infecções comuns durante esse período. A amamentação nesses primeiros meses de vida está diretamente ligada ao

futuro da criança, podendo prevenir a aparições de doenças na vida adulta (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019; VENDRUSCOLO *et al.*, 2012).

Aproximadamente aos seis meses de idade, a criança saudável costuma apresentar sinais físicos, como: sua postura ao sentar, sustentar cabeça e tronco, movimentos com a língua, sinais em que indicam que podem iniciar a introdução alimentar de outros alimentos (SBP, 2017).

Na alimentação complementar ao aleitamento materno, os alimentos devem ser adequados à sua nutrição, oferecendo os nutrientes necessários para o seu desenvolvimento. O profissional de nutrição auxilia nesse processo, orientando melhores formas de apresentar os melhores alimentos para cada fase de crescimento e desenvolvimento infantil, além disso, evita oferecer alimentos que possam promover alergias e, conseqüentemente, problemas futuros (SBP, 2012).

Uma introdução alimentar feita de forma correta fornece o aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses, observa a individualidade e características de cada um para introduzir a alimentação complementar, visa uma base alimentar com alimentos naturais e minimamente processados e, como consequência, vai impactar nas escolhas de uma alimentação saudável e adequada na vida adulta do indivíduo (MINISTERIO DA SAÚDE, 2019).

Diante do exposto, o objetivo deste trabalho foi analisar as consequências da introdução alimentar precoce em contraponto com as futuras alergias, as doenças na vida adulta e a importância do profissional de nutrição.

2. METODOLOGIA

Este trabalho trata-se de uma revisão de artigos e teses no qual foram selecionados 29 artigos publicados entre os anos 2012 e 2022 e disponibilizados por meio de plataformas online, os quais abordaram assuntos relacionados à Introdução alimentar e avaliação de diferentes metodologias para tal finalidade, ocorrências da introdução alimentar precoce vinculado à alergia alimentar e doenças crônicas não transmissíveis.

Os bancos de dados utilizados foram: Google Acadêmico, PubMed e Scielo. As palavras empregadas na busca foram “introdução alimentar precoce”, “orientação nutricional infantil” e “protocolo infantil”.

A metodologia empregada foi revisão de literatura, que se baseia na análise de pesquisas publicadas, obtendo um quadro teórico sobre o assunto, que gera sustentação ao desenvolvimento da pesquisa.

O critério de seleção inicial foi pelo título e relação apresentada com o tema proposto, contendo obras nacionais e internacionais. Assim sendo, foram lidos determinados artigos para início do desenvolvimento do presente trabalho.

3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 Aleitamento materno e introdução alimentar

O leite materno é a principal e única fonte nutricional de um bebê, o aleitamento materno deve ser incentivado desde o pré-natal, de forma natural, os bebês já nascem com reflexos para realizar a sucção, desde o primeiro contato com a mãe há influência na nutrição do indivíduo. Nos primeiros meses de vida, o ritmo e função intestinal é diferenciado, o leite materno deve ser exclusivo nos primeiros seis meses, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), pois ele supre as necessidades nessa etapa da vida e é o alimento apropriado para as funções intestinais deste período (SBP, 2012; ROSA e DELGADO, 2017).

O aleitamento materno pode prevenir o surgimento de diversas doenças na vida adulta, como: asma, diabetes, obesidade; além de proporcionar o desenvolvimento do sistema imunológico, o amadurecimento do sistema digestório e neurológico. Vários são os estímulos produzidos através da amamentação para a boca e vários músculos do rosto, evitando problemas de respiração, fala, mastigação, deglutição e alinhamento dos dentes (PORTO *et al.*, 2021; VENDRUSCOLO *et al.*, 2012).

Crianças que têm o aleitamento materno exclusivo até o sexto mês também possuem menores chances de desenvolver alergias, devido ao fato de que o leite materno é rico em vários compostos que auxiliam no desenvolvimento da maturidade do sistema e da imunidade (LUZ e SILVA *et al.*, 2019).

A partir dos seis meses de vida, desde que a criança já se mostre apto para inserção da alimentação complementar, é possível oferecer determinados alimentos às crianças em complemento ao leite materno ou à fórmula infantil (quando não é possível a amamentação). Onde para alcançar as recomendações, deve ser oferecida a maioria dos grupos de alimentos, de acordo com a individualidade de cada criança (MELO *et al.*, 2021; PORTO *et al.*, 2021).

Os hábitos alimentares de um indivíduo começam a ser formados desde a introdução alimentar, podendo determinar seus gostos e preferências. A forma que se é ofertada os alimentos tem peso nos hábitos futuros de cada indivíduo, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), dar preferência aos alimentos *in natura*, e minimamente processados, auxilia para treinar o paladar, podendo fazer com que esse indivíduo dê preferência a alimentos com menos açúcares e sódio, consequentemente, adquirindo um hábito saudável na vida adulta, até tendo melhora em relação às doenças não transmissíveis como: diabetes e doenças cardiovasculares (DIAS e PONTES, 2021).

No que tange os métodos utilizados para a introdução alimentar, as formas saudáveis e seguras para ofertar alimento aos bebês são diversas. Dentre essas formas temos a tradicional, na qual os pais alimentam os filhos com auxílio de colher, fornecendo papas e adaptando as texturas dos alimentos de forma gradual. E um modelo que vem ganhando popularidade, é o método desenvolvido em 2008 pela enfermeira britânica Gill Rapley, o Baby-Led Weaning (BLW) ou desmame guiado pelo bebê, a criança se alimenta sozinha, onde são oferecidos alimentos em formas de tiras e bastões, promovendo a exploração sensorial e independência da mesma na alimentação (GOMEZ *et al.*, 2018; ALMEIDA *et al.*, 2020).

A alimentação complementar começa pela escolha dos alimentos a serem introduzidos nas preparações, os alimentos passam por processos e esse processamento interfere em sua composição nutricional. Os responsáveis pela alimentação de uma criança sempre devem optar por alimentos *in natura* ou minimamente processados, por serem alimentos que não sofrem danos severos em sua composição. Assim, deve-se oferecer, dentro de uma dieta equilibrada, os nutrientes necessários para a saúde e qualidade de vida do indivíduo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019).

3.2 Introdução alimentar complementar precoce:

Referente à introdução alimentar e ao método a ser utilizado. Deve se analisar como se sucederá, pois, ao utilizar um método incorreto, pode trazer malefícios para o bebê e consequências para a vida adulta do mesmo. A introdução da alimentação complementar antes dos seis meses de vida se torna precoce e pode acarretar problemas, pelo fato do indivíduo não estar com sua parte fisiológica preparada para receber alimentos que não seja o leite materno (GIESTA *et al.*, 2019; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015; GRIMSHAW *et al.*, 2013).

A introdução alimentar precoce pode decorrer de diversos fatores, tais como: os diversos níveis socioeconômicos, a idade da mãe, a baixa escolaridade, ausência de companheiro, o fato de os genitores (ou apenas um deles) serem fumantes e/ou etilistas, a não realização do pré-natal, o baixo peso do bebê ao nascer, mães não preparadas, necessidades de trabalho da mãe e, conseqüentemente, uso de artefatos como mamadeiras e chupetas, podendo levar a introdução precoce da alimentação complementar (DANTAS *et al.*, 2017; SHINCAGLIA *et al.*, 2015).

Historicamente, há mães que acreditam que: o uso de outros leite e sucos podem complementar o leite materno proporcionando benefícios à criança, contudo, sabe-se que ao oferecer alimentos diferentes do leite materno, precocemente, pode acarretar alergias, além da exposição precoce às proteínas, como a do leite de vaca, por exemplo, a qual tem ligação com a incidência de doenças respiratórias e diabetes tipo 1. Sendo que, com a baixa ingestão do leite materno, pode ocorrer anemia, pelo fato da baixa absorção do ferro presente no leite materno humano (VENDRUSCOLO *et al.*, 2012; SHINCAGLIA *et al.*, 2015; SBP, 2012).

Algumas complicações acarretadas pela ingestão de algum alimento ou aditivo alimentar caracteriza a intolerância alimentar, principalmente se exposto ao indivíduo precocemente. A exposição a alimentos antes dos seis meses de vida pode acarretar prejuízos, tais como: não suprir as necessidades nutricionais, risco de causar infecções ocasionados por contaminantes presentes em alimentos mal higienizados e/ou mal armazenados (COROZOLLA e RODRIGUES, 2016; SHINCAGLIA *et al.*, 2015; CAMPAGNOLO *et al.*, 2012).

A forma como é feita a introdução alimentar de um indivíduo reflete na vida adulta do mesmo, assim como já citado, podendo acarretar ou prevenir alergias e doenças. Em concordância com isso, JÄRVINEN *et al.* (2014) apresenta uma pesquisa onde 41,2% dos lactentes de sua amostra apresentam que alguma patologia crônica foi desenvolvida desencadeada de uma introdução alimentar precoce e incorreta. Uma das complicações que podem ocorrer devido à introdução alimentar precoce é o aumento dos níveis de gordura corporal e conseqüentemente associando a obesidade infantil (LIMA *et al.*, 2020).

Segundo Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (2016), o índice de crianças e adolescentes obesos é alto e a probabilidade que ela permaneça obesa na vida adulta varia de 20% a 50% antes da puberdade e 50% a 70% após a puberdade.

Em uma revisão de literatura escrita por GOMEZ *et al.* (2018), apresenta-se diversos benefícios em relação ao método de introdução alimentar BLW, sendo um deles, por meio da identificação da saciedade, a prevenção da obesidade, além dos estímulos que influenciam na atividade motora e sensorial.

O alto consumo de alimentos processados e ultra processados na população nos últimos anos faz com que, cada vez mais, esses tipos de alimentos sejam introduzidos precocemente na alimentação das crianças. Sendo um dos fatores determinantes para o crescimento da obesidade infantil e das doenças crônicas na vida adulta, ocasionando problemas ainda nos primeiros anos de vida. Sabe-se que o consumo precoce de ultra processados pode aumentar o nível de colesterol total e LDL (GIESTA *et al.*, 2019; RAUBER, 2015).

Segundo Martins *et al.* (2013), houve um aumento significativo do consumo de alimentos processados e ultra processados entre adolescentes e adultos nas últimas décadas no Brasil, de 18,7% em 1987, para 29,6% em 2009, onde o consumo de alimentos com alta densidade calórica mais que dobrou, são exemplos: os refrigerantes, os doces e as refeições prontas.

Os pais e cuidadores responsáveis pela alimentação têm um papel muito importante, pois na introdução alimentar é o que molda o paladar e as preferências alimentares do indivíduo (MENDONÇA, 2020).

Em continuidade a importância da introdução alimentar e a conscientização do responsável pela alimentação do bebê, as escolhas dos alimentos utilizados e a forma de preparo é fundamental, principalmente quanto ao uso de sal, pois a ingestão de sódio precoce e em excesso está diretamente ligada aos problemas futuros como a hipertensão arterial e conseqüentemente problemas cardiovasculares, portanto, deve-se evitar alimentos com alto teor de sódio (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015; SBP, 2012).

3.3 Auxílio profissional na introdução alimentar

Com o intuito de promover, qualificar e auxiliar os profissionais da saúde quanto a introdução alimentar, o governo federal baseado na Portaria nº 1.920 de 5 de setembro de 2013, juntamente com a Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil, por meio de treinamentos e capacitações, melhoram o Sistema Único de Saúde. É o profissional nutricionista peça chave para propagação de informações sobre o tema e sua relevância quanto à introdução alimentar saudável (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

Alves *et al.* (2012) encontraram casos de introdução precoce da alimentação complementar e o alto consumo de alimentos processados e ultra processados mesmo com a orientação de profissionais, passados para as mães durante o acompanhamento de rotina dos seus filhos na UBS.

Contrapondo Alves *et al.* (2012), ROSA e DELGADO, (2017), apresenta-se uma dificuldade por partes das mães quanto ao aleitamento materno e introdução alimentar complementar por causa da falta de informações e conhecimento, logo, é evidente que haja a necessidade de profissionais como os nutricionistas para realizar ações que auxiliem as mães a se prepararem para esse período, orientando sobre a importância do aleitamento materno e a introdução da alimentação complementar no momento certo e com a alimentação correta e visando suprir as necessidades nutricionais para cada etapa da vida.

O nutricionista é o profissional qualificado em fazer uma avaliação na criança, considerando o âmbito familiar em que ela vive para poder orientar qual é o melhor método e conduta nutricional a se utilizar na introdução alimentar. Os nutricionistas devem orientar os pais para poder proceder da melhor forma, para suprir as necessidades individuais e nutricionais do bebê (RAMOS, MEDEIROS e NEUMANN, 2020).

O acompanhamento profissional, avaliando a evolução e desenvolvimento da criança, orientando a família quanto a alimentação, promove a saúde e previne possíveis doenças na vida adulta (SBP, 2021).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observa-se que a introdução alimentar não influencia apenas na condição atual de um indivíduo, repercutindo em sua vida adulta. Reconhecer a importância do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês evita alergias e doenças, pois é um alimento exclusivo e único para a fase inicial da vida. A conduta utilizada na introdução alimentar vai repercutir na qualidade de vida de um indivíduo adulto.

A introdução de alimentos precocemente acarreta problemas, principalmente quando se faz o uso de alimentos ultra processados, resultando na obesidade infantil e doenças não transmissíveis.

Desse modo, conclui-se que o profissional nutricionista tem um papel importante de auxiliar e orientar pais e responsáveis no processo de alimentação de

seus filhos, bem como na escolha da melhor conduta nutricional afim de proporcionar saúde nessa fase e, conseqüentemente, na vida adulta.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABESO. **Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica**. Diretrizes brasileiras de obesidade 2016. 4.ed. São Paulo – SP, 2016.

ALMEIDA, A. P. F. et al. **Segurança alimentar e apresentação dos cortes dos alimentos na abordagem de introdução alimentar baby led weaning**. Revista Sítio Novo (Instituto Federal de Tocantins), vol. 5, nº 1, p. 159-170. Palmas - TO, 2020.

ALVES C.R.L., SANTOS L.C., GOULART L.M.H.F., CASTRO P.R. **Alimentação complementar em crianças no segundo ano de vida**. Rev Paul Pediatr 2012; 30(4):499-506.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. **Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no Sistema Único de Saúde**: manual de implementação. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE. DEPARTAMENTO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**, Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

CAMPAGNOLO, P.D.B. et al. **“Práticas alimentares no primeiro ano de vida e fatores associados em amostra representativa da cidade de Porto Alegre, Rio Grande do Sul”**. Revista de Nutrição, vol. 25, no 4, agosto de 2012, p. 431–39.

COROZOLLA, W.; RODRIGUES, A.G. **Intolerância à Lactose e Alergia à Proteína do Leite de Vaca**. E o Desafio de como diferenciá-las. Unisepe, Saúde em Foco, edição nº 08, 2016.

DANTAS, T.S. et al. **Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Fatores contribuem para o Desmame Precoce**. II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde, 2017.

DIAS, E.M., e PONTES, S.P. **Aleitamento materno: uma análise da introdução alimentar em mulheres que trabalham**. 2021. repositorio.uniceub.br, <http://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/15345>.

GIESTA, J. M. et al. **Fatores associados à introdução precoce de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças menores de dois anos**. Revista Ciência & Saúde Coletiva, vol. 24, nº 7, p. 2387-2397. Porto Alegre - RS, 2019.

GOMEZ, M. S. et al. **Baby-Led Weaning, panorama da nova abordagem sobre introdução alimentar: revisão integrativa de literatura**. Artigo de revisão, Revista Paulista de Pediatria, vol. 38. Piracicaba - SP, 2018.

GRIMSHAW, KATE E. C., et al. **Introduction of Complementary Foods and the Relationship to Food Allergy**. Pediatrics, vol. 132, no 6, dezembro de 2013, p. e1529-1538.

JÄRVINEN, K. M., et al. **Role of Maternal Elimination Diets and Human Milk IgA in the Development of Cow's Milk Allergy in the Infants**. Clinical & Experimental Allergy, vol. 44, no 1, janeiro de 2014, p. 69–78.

LIMA, A. T. A. et al. **Influência da introdução alimentar precoce para o desenvolvimento da obesidade infantil: uma revisão de literatura**. Revista Research, Society and Development, vol. 9, nº 8. Ceará (BR), 2020.

LUZ E SILVA, AMANDA MARIA, et al. **The early food introduction and the risk of allergies: A review of the literature**. Enfermería Global, vol. 18, 2019, p. 470–511.

MARTINS, A.P.B. et al. **“Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009)”**. Revista de Saúde Pública, vol. 47, 2013, p. 656–65.

MELO, N. K. L. et al. **Aspectos influenciadores da introdução alimentar infantil**. Revista Distúrbios da Comunicação, vol. 33, nº 1, p. 14-24. São Paulo - SP, 2021.

MENDONÇA, M. B. D. M. **Determinantes do comportamento alimentar infantil: o papel dos pais, dos pares e dos media**. Revisão Temática, Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto. Porto (PT), 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Dez passos para uma alimentação saudável - Guia alimentar para crianças menores de dois anos**: um guia para o profissional da saúde na atenção básica. 2ª edição. Brasília - DF: MS, 2015a.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Versão resumida. Brasília - DF: Ministério da Saúde, 2021.

PORTO, C.R.R et al. **Guia Prático Alimentar para crianças menores de 2 anos em ambiente escolar**. Para agrupamento I e II, Guia alimentar, Ceasa Campinas. 1ª Edição. Campinas – SP, 2021.

RAMOS, K. L. G. C.; MEDEIROS, T. A.; NEUMANN, K. R. S. **Impacto do método BLW (Baby-Led Weaning) na alimentação complementar dos bebês**: uma revisão integrativa. Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, vol. 1. Teófilo Otoni - MG, 2020.

RAUBER, F., et al. **Consumption of Ultra-Processed Food Products and Its Effects on Children's Lipid Profiles: A Longitudinal Study**. Nutrition, Metabolism, and Cardiovascular Diseases: NMCD, vol. 25, no 1, janeiro de 2015, p. 116–22.

ROSA, J. B. S.; DELGADO S. E. **Conhecimento de puérperas sobre amamentação e introdução alimentar**. Revista Brasileira em Promoção da Saúde, vol. 30, nº 4, p. 1-9. Fortaleza - CE, 2017.

SCHINCAGLIA, R.M. et al. **“Práticas Alimentares e Fatores Associados à Introdução Precoce Da Alimentação Complementar Entre Crianças Menores de Seis Meses Na Região Noroeste de Goiânia”**. Epidemiologia e Serviços de Saúde, vol. 24, no 3, setembro de 2015, p. 465–74.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **A alimentação complementar e o método BLW (Baby-Led Weaning)**. Guia Prático de Atualização, Departamento Científico de Nutrologia, nº 3. Rio de Janeiro - RJ, 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Manual de Avaliação Nutricional da Criança e do Adolescente**. 2ª edição, atualizada - 2021/ Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. São Paulo: SBP. 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Obesidade na infância e adolescência**. Manual de Orientação, Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. 2ª. Ed. São Paulo: SBP, 2012.

VENDRUSCOLO, J.; BOLZAN, G.; CRESTANI, A.; SOUZA, A.; MORAES, A. **A relação entre o Aleitamento, Transição alimentar e os Indicadores de Risco para o Desenvolvimento Infantil**. Distúrb. Comum, São Paulo, 24(1): 41-52, 2012.