



FACULDADE PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL DA AMAZÔNIA
COORDENAÇÃO DO CURSO BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

ELISEU SILVA ROCHA

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA NA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

PARAUPEBAS
2023

ELISEU SILVA ROCHA

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA NA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de bacharelado em Nutrição pela Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia - FADESA, com requisito final para obtenção do título de bacharelado em nutrição. Orientador: Prof. Esp. Whashington Moraes Silva

PARAUPEBAS

2023

ELISEU SILVA ROCHA

A INFLUÊNCIA DA MÍDIA NA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de bacharelado em nutrição pela Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia - FADESA, com requisito final para obtenção do título de bacharelado em nutrição. Orientador: Prof. Esp. Whashington Moraes Silva

Aprovado em: 26 / 06 / 2023

BANCA EXAMINADORA:



Profa. Esp. Cibelle da Silva Carvalho
(FADESA)



Prof. Esp. João Luiz Sousa Carvalho
(FADESA)



Prof. Orientador. Esp. Whashington Moraes Silva
(FADESA)

Data de depósito do trabalho de conclusão ____ / ____ / ____.



Dedico esse trabalho a Deus por ter me permitido chegar até aqui, a minha esposa Heliemare Patrícia, que nunca deixou de acreditar em mim, e a meus pais Higino e Dalvanira que me proporcionaram a melhor educação possível.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por ter estado comigo durante esses longos quatro anos de curso, foram intensos, desafiadores e difíceis, porém em Isaias 40. 29-31 diz “Ele fortalece o cansado e dá grande vigor ao que está sem forças. Até os jovens se cansam e ficam exaustos e os moços tropeçam e caem; mas aqueles que esperam no Senhor renovam suas forças. Voam alto como águias, correm e não ficam exaustos, andam e não se cansam.

Agradeço a minha esposa Heliemare Patrícia que suportou toda essa trajetória comigo, sendo sempre meu ponto de apoio, me motivando a continuar atrás dos meus objetivos e lutando essa batalha junto comigo.

Aos meus pais Higino e Dalvanira, que me deram a melhor educação possível, não a educação de grandes livros da literatura ou das grandes instituições educacionais, mas a educação da honestidade, respeito, integridade e acima de tudo, o amor a Deus.

Por fim, agradeço aos meus professores, coordenadores e minha faculdade Fadesa, por poderem me proporcionar tantos desafios que me tiraram da zona de conforto e me fizeram chegar até aqui.

RESUMO

Introdução: O presente artigo trouxe uma revisão bibliográfica sobre o poder e a influência que a mídia tem sobre a alimentação infantil, sobre como as propagandas influenciam de forma negativa as crianças incentivando as mesmas a consumirem alimentos que não são saudáveis e que são prejudiciais à saúde. **Método:** O método utilizado para esse estudo foi estruturado por meio de artigos científicos, dissertação e revistas eletrônicas, para a busca do material bibliográfico. **Resultados:** os resultados e discussões obtidos através de estudo ressalta que a mídia tem um grande poder de influência na fase infantil, as crianças são bem mais influenciáveis que os adultos, somado a isso, os pais são grandes responsáveis por analisar e determinar aquilo que seus filhos assistem e consomem através das mídias e devem impor limites sobre o tempo que as crianças gastam em frente a aparelhos celulares e televisores que de fato são os meios mais comuns onde as propagandas são veiculadas. **Conclusão:** pode-se concluir que foi observado que crianças que passam mais tempo assistindo à televisão estão mais propensas a desenvolver problemas como a obesidade pois são mais sedentárias, não praticam atividades físicas e não se alimentam de forma adequada, pois passam grande parte do tempo dentro de casa em frente a um televisor, meio onde é grandemente veiculado propaganda de alimentos não saudáveis.

Palavras-chave: “Influência”; “Mídia”; “Crianças”; “Infância”; “Alimentação”; “Infantil”.

ABSTRACT

Introduction: This article brought a bibliographic review on the power and influence that the media has on infant feeding, on how advertisements negatively influence children by encouraging them to consume foods that are unhealthy and harmful to health. . **Method:** The method used for this study was structured through scientific articles, dissertations and electronic journals, in order to search for bibliographic material. **Results:** the results and discussions obtained through the study emphasize that the media has a great power of influence in the childhood phase, children are much more influential than adults, in addition to that, parents are largely responsible for analyzing and determining what their children watch and consume through the media and should impose limits on the time that children spend in front of cell phones and televisions, which are in fact the most common means where advertisements are broadcast. **Conclusion:** it can be concluded that it was observed that children who spend more time watching television are more likely to develop problems such as obesity because they are more sedentary, do not practice physical activities and do not eat properly, as they spend most of their time indoors in front of a television, where unhealthy food advertisements are widely broadcast.

Key-words: "Influence"; "Media"; "Children"; "Infancy"; "Food"; "Infant".

LISTA DE SIGLAS:

ABNT - Associação Brasileira de Normas Técnicas

DCNT - Doenças Crônicas Não Transmissíveis

CNS - Conselho Nacional de Saúde

CEP - Comitê de Ética e Pesquisa

ONGs - Organizações não Governamentais

SciELO - Scientific Electronic Library Online

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	10
2. REFERÊNCIA TEÓRICO.....	11
3. METODOLOGIA.....	17
4. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	18
5. CONCLUSÃO.....	20
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	21

1. INTRODUÇÃO

Uma alimentação saudável e hábitos saudáveis é de fato muito importante para todo ser humano, independente da fase da vida que o indivíduo está, seja na infantil, adolescência ou vida adulta. Uma alimentação rica em nutrientes e equilibrada dará ao mesmo mais disposição, energia, saúde e vitalidade, sem contar em benefícios como a prevenção de doenças como obesidade, hipertensão e diabetes, que são doenças provenientes de uma alimentação inadequada, consumo exagerado de açúcares, gorduras e produtos processados e ultraprocessados.

É na infância que hábitos saudáveis devem ser inseridos na vida das crianças, uma orientação acerca do que é saudável para um indivíduo que está nessa fase de aprendizado é extremamente importante, pois nessa fase, tudo o que é ouvido e praticado por adultos e pelos meios de comunicação acaba sendo reproduzido pelas crianças, logo, se maus hábitos alimentares são praticados pelos responsáveis consequentemente será praticado pelas crianças.

Quando falamos nos meios de comunicação e a influência da mídia na alimentação o público que acaba sendo mais atingido é o infantil, logicamente por não terem um senso crítico ainda desenvolvido e serem facilmente influenciados por aquilo que é transmitido na televisão, celulares e jogos. Propagandas apelativas que se utilizam do lúdico da criança, inserindo cores fortes, personagens de desenhos animados e efeitos sonoros ganham força a cada dia e na grande maioria das vezes são elas que irão ditar aquilo que o público infantil irá consumir, sem se importar com os nutrientes que são necessários para uma alimentação adequada para o desenvolvimento saudável de uma criança.

Através desse estudo foi observado que o principal meio em que crianças são expostas a propagandas de alimentos é pela televisão, os mesmos passam horas em frente a um televisor e deixam de realizar atividades como brincar, interagir com amigos e a prática de atividades físicas o que acaba resultando em um sedentarismo, muitos pais por sua vez não controlam esse tempo que seu filho destina a esse meio de comunicação e muitos responsáveis nem mesmo se quer possuem hábitos saudáveis que possam servir de exemplo.

Com base no que foi apresentado é de suma importância analisarmos os estudos científicos sobre a influência da mídia na alimentação infantil, e quais são consequências que essa influência tem na vida da criança.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

A introdução de hábitos alimentares saudáveis no início da infância é essencial para formação e desenvolvimento de um indivíduo, desde o nascimento é imprescindível que esses hábitos sejam aplicados. Para uma criança que está em desenvolvimento, uma alimentação adequada, rica em nutrientes e vitaminas proporcionará a mesma mais disposição, imunidade e energia entre outros benefícios que a levará a ter uma vida mais saudável.

Silva e Nunes., (2021) irão dizer que com o passar dos anos o padrão alimentar das crianças vem sendo modificado e influenciado pela indústria alimentícia, que através das mídias digitais que apresentam a ideia de que alimentos que duram mais nas prateleiras, nas geladeiras, mais coloridos, de mais fácil preparo e armazenamento são mais vantajosos tanto para os pais como para as crianças.

Com o advento dos smartphones e o fácil acesso à Internet, o público infantil e os pais são diariamente massacrado com propagandas de alimentos processados, bebidas gaseificadas e um grande desestímulo ao consumo de alimentos orgânicos e naturais pois são taxados como ruins em sabor, difícil acesso e difícil armazenagem, somado a isso, outro meio de comunicação de mídias veiculadoras de publicidade é a televisão pois tem poder de forte impacto sobre o consumidor em nível coletivo pelo fato do uso de três elementos para transmitir sua mensagem: o som, a imagem e o movimento, captando a atenção do consumidor com maior aceitação e adequação, além de serem mais comuns nos lares.

Essa influência da mídia sobre a alimentação infantil de fato é algo prejudicial, as publicidades contam com diversos recursos atrativos para seduzir e manipular a escolha desse público como o uso de cores, personagens de desenhos animados, sons e músicas que despertam nas crianças o desejo de consumir aquele alimento ofertado, não pela qualidade, mas por todo o conjunto que aquela publicidade oferece.

Somado a isso, nos dias atuais, o tempo que as crianças dedicam na frente de um aparelho celular, jogos e televisão estão aumentando cada dia mais e sem controle o que acaba resultando em hábitos sedentários aumentados e uma diminuição na prática de atividades físicas e em uma má alimentação que posteriormente resultará em uma obesidade infantil, pois, as propagandas utilizadas pelas mídias valorizam os alimentos altamente gordurosos, processados, ultraprocessados e pouco nutritivo (SILVA e NUNES, 2021).

Temos dois grupos que divergem sobre a influência das mídias na alimentação infantil, uns defendem que a televisão é um meio de comunicação que é essencial para o desenvolvimento do aprendizado, do desenvolvimento social e ético, da igualdade e da

tolerância, outros já não pensam dessa forma, pois defendem que as crianças ficam mais tempo ao celular e a televisão leem menos, praticam menos atividade física, se alimentam de forma inadequada e são mais propensas a sofrer de obesidade do que as outras, além do contato com outras crianças que fica perdido e o desenvolvimento de se relacionar com outras pessoas.

Carvalho e Tamasia, (2016) vai dizer que é imprescindível analisar e estudar a influência da mídia na infância, pois, essa fase é onde teremos a formação de hábitos que estarão presentes na a vida adulta dessa criança. Os meios de comunicação tem uma influência avassaladora no consumo dos alimentos no período infantil onde acabam influenciando seus hábitos, os alimentos são os produtos que mais aparecem nas mídias, fast-food, refrigerantes, bolos e salgados aparecem com frequência nas propagando onde acabam por influenciar as crianças que não possuem maturidade suficiente para discernir entre o bom e ruim e acabam optando por alimentos não pela sua qualidade nutricional, mas, por aquilo que seus olhos veem.

Na infância é que os hábitos alimentares se formam, hábitos esses que serão levados para a vida adulta, inicialmente o comportamento alimentar da criança é determinado pelos pais e logo depois será influenciada pelo meio social e cultural onde aquele indivíduo vive, na fase infantil a preferência da criança acaba sendo por produtos industrializados, maior teor de gordura e açúcar e a rejeição por alimentos orgânicos e ricos em fibras é maior, e cabe ao tutor responsável analisar essas escolhas alimentares e buscar introduzir esses alimentos mais saudáveis.

Quando falamos em influência da mídia e construção de hábitos alimentares saudáveis na alimentação infantil, não é somente se preocupar com a ingestão de dietas equilibradas em termos de quantidade e nutrientes, é levar em consideração o comportamento alimentar do indivíduo para que assim novos hábitos sejam inseridos ao mesmo, o comportamento correto é aquele que não existe restrição alimentar aleatória que visa incluir uma escolha correta de alimentos e não utilizar produtos dietéticos indiscriminadamente sem uma adequação necessária de cada indivíduo (CARVALHO e TAMASIA, 2016).

Soma a isso, a falta de atividade física e o aumento do sedentarismo vem crescendo fortemente nessa fase, atrelado a essa problemática, pesquisadores têm verificado que esse problema está diretamente relacionado com o hábito de assistir televisão e inversamente relacionado com a prática de atividade física. Logo, o estudo de (TAYLOR, EYERS e MCKENNA; LEVY, 2010), que aconteceu no Canadá, mostra que a falta de atividade física e

a má qualidade da alimentação durante a infância, influenciada pela mídia, têm agravado o alto índice de sobrepeso infantil.

Pesquisadores acreditam que o auto gasto de tempo entregue a televisão impede que a criança tenha um senso crítico no campo da alimentação e nutrição, por que são facilmente ludibriadas por alimentos e produtos atrelados a personagens fictícios. Outros pesquisadores já acreditam que os indivíduos irão incorporando as imagens e propagandas que são apresentadas na televisão e conseguem ter o discernimento de optar por aquilo que deseja ou não, assim colocando seus limites a prova. Esses pesquisadores acreditam que as crianças têm ampla liberdade para optar pelo que é saudável ou não.

(Carvalho e Tamasia, 2016) irão dizer que as crianças utilizam a mídia como base para buscar, organizar e interpretar suas experiências de vida, logo o papel dos professores e responsáveis é de suma importância para apresentar um outro lado da mídia e televisão para as crianças e desenvolver um senso crítico, tanto em termos de qualidade de vida como qualidade alimentar.

(Deiss e Cintra, 2021) afirmam que segundo dados de 2016 apresentados pela organização *Internacional World Obesity* em apenas 40 anos, o número de crianças em idade escolar, com obesidade, aumentou de 11 milhões para 124 milhões, somado a isso, nos dias de hoje cerca de 158 milhões de crianças e adolescentes entre 5 e 19 anos convivem com excesso de peso, e esse número deve aumentar em todo o mundo para 254 milhões em 2030, resultado de hábitos alimentares que são influenciados por grande parte da mídia, atrelado também a falta de atividade física.

Pesquisas mostram que a epidemiologia da obesidade na infância é parecida com a da população adulta. A mídia sendo eletrônica, impressa ou por meio de redes sociais podem influenciar de forma direta na alimentação na infância, nas escolhas dos alimentos, na vida familiar e no comportamento em sociedade.

Haja vista que a obesidade não é somente uma doença crônica em si, mas também propulsiona o desenvolvimento e o aumento do risco para as principais causas de problemas de saúde e doenças cardiovasculares, câncer, diabetes e pressão alta. Em grande parte dos casos de obesidade infantil essa obesidade desenvolvida na infância permanece até a idade adulta, devido a comportamentos adquiridos desde a infância e falta de atividades físicas.

Quando falamos em alimentação infantil é de extrema importância a tarefa de aconselhar, ensinar e educar os responsáveis a respeito da influência que a mídia tem ou pode desenvolver nas opções alimentares de seus filhos, além de ajudar esses responsáveis a

montar uma elaboração de estratégias de intervenção contra essa problemática que a influência dos meios de comunicação.

Segundo Tavares, (2016), é imprescindível analisar e entender a percepção dos pais sobre a propaganda de alimentos que vão de encontro ao público infantil, com relação aos hábitos de consumo dos filhos, se os mesmos tem o hábito de acompanhar o dia a dia das crianças, a pratica de atividades físicas, a alimentação, e compreender a opinião desses pais sobre o senso critico dos filhos, como também sobre como está o conhecimento dos pais a respeito das leis vigente e sobre as formas de proteção à criança em relação as propagandas.

Para Deiss e Cintra, (2021), o ambiente escolar e familiar devem trabalhar em conjunto visando uma diminuição dos casos de obesidade e outras doenças crônicas entre as crianças, estipulando horário e dia específico para o consumo de mídia eletrônica, estipulando também a pratica de atividades físicas visando a diminuição do sedentarismo, estimulando o gasto calórico, orientando sobre os riscos e danos resultantes não só por determinados conteúdos publicados na mídia, mas principalmente por produtos alimentícios divulgados pela indústria para influenciar e incentivar suas escolhas.

Somado a isso, é necessário que os responsáveis entendam que entre o consumo e a criança consumidora, a criança é muito mais vulnerável que o adulto ao poder de convencimento e influencia da mídia e marketing, pois a mesma está em formação e desenvolvimento intelectual e desenvolvimento de ideias. Essa fase em que as crianças vêm sendo expostas todos os dias, através de estímulos ao consumismo e da comunicação das mídias e publicidades, reflete numa crescente classe cada vez maior de crianças compradoras, onde a mídia, redes sociais e stremings, estão atuando como a vitrina de seus desejos (SOUZA e SILVA, 2018).

Segundo Abreu e Capim (2014), no momento das refeições, aparelhos como: televisão, vídeo game, tablete ou celulares ligados tiram o foco da criança e ela não percebe o que está comendo e nem a quantidade, não consegue sentir os sabores do que está comendo. O cérebro não assimila o que ela acabou de comer, fazendo com que queira comer mais, resultando talvez a uma possível obesidade, ou pode pode acontecer uma inversão e ela acabe se alimentando menos que o necessário não batendo as quantidades de calorias que seu corpo necessita durante o dia.

Souza e Silva, (2018) ressaltam que o papel dos responsáveis é fundamental no ensino, educação e socialização dos filhos, os tutores devem buscar para à criança um ambiente seguro, incentivador, com afeto, de socialização e amor para que possam desenvolver um senso crítico sobre aquilo que assistem, consome e buscam. A forma como os pais se

comportam e agem mostra aos filhos valores e virtudes que podem inibir um comportamento antissocial. É com ensino e através da educação que os pais têm o principal instrumento para o processo de transformação social dentro de sua casa, podendo repensar alternativas para proporcionar uma melhora na qualidade do tempo destinado aos filhos , fazendo com que passem menos tempo de frente a televisão, celulares e outros, visando assim melhor a convivência em família.

Haja vista que a na fase da infância, a criança, ao interagir com seu ambiente sociocultural, acaba sendo exposta aos estímulos da mídia e a cultura do consumismo que atingem não somente os adultos como citados acima. Mediante as relações sociais que estabelece com os pais e a família, as crianças seguirão modelos que servirão como referência para ser seguido, pais que visam uma alimentação saudável, buscam a pratica de atividades físicas e que estipulam horários para o uso de aparelhos eletrônicos, desenvolvem na criança responsabilidade e limites, fazendo com que ainda na fase infantil se desenvolva um senso crítico na criança (ABREU e CAPIM, 2014).

Segundo Sousa e Silva (2018) os pais, governantes e a sociedade, precisam observar com mais atenção para os assédios publicitários que as mídias se utilizam para persuadir as crianças, com o intuito de preservá-la, e disseminar para a criança uma ideia mais consciente com relação ao consumo desenfreado das propagandas. Na sociedade em geral, dos adultos, as crianças tendem a observar comportamentos e repeti-los, assim, pais que consomem alimentos e produtos influenciados pela mídia, que acumulam bens materiais e de consumo, serão um exemplo que serão copiados pelos filhos.

Como dito acima, os pais são totalmente responsáveis por aquilo que seus filhos consomem, é de fundamental importância que os pais dediquem seu tempo e dedicação no cuidado dos seus filhos, cuidado o que veem, com o que assistem, as horas pedidas em frente a aparelhos eletrônicos e cuidado com o que é ofertados a eles por meio de propagandas, de fato crianças obesas hoje, serão adolescentes obesos amanhã e adultos obesos no futuro.

Foi realizado estudos brasileiros analisando as propagandas apresentas pela mídia durante os programas direcionados ao público infantil e apurou-se que a maioria é de alimentos e também que a frequência dos comerciais de brinquedos não chega nem na metade dos alimentícios, foi realizado uma pesquisa com 281 crianças inglesas e constatou-se que os anúncios de brinquedos eram menos reconhecidos pelas crianças que os de alimentos. Destaca-se que muitos estudos se delimitam na maioria das vezes as emissoras de canais abertos sendo que essas são as preferidas da população em geral. Somado a isso, foi percebido

que é um panorama comum em vários países, a única diferença é apenas a quantidade de anúncios que é veiculada na mídia (MELANI et al., 2015).

Segundo o artigo citado, nessa pesquisa destacou-se que nas propagandas apresentadas as crianças, os alimentos que mais apareceram eram as bebidas fermentadas, refrigerantes, iogurtes, guloseimas e biscoitos, logo, alimentos ricos em açúcar, gordura e sódio, que são alimentos prejudiciais ainda mais quando destinadas ao público infantil.

Segundo (Melani et al., 2015) os principais apelos utilizados pela mídia e anunciantes de redes sociais, streaming e televisão pode-se destacar o incentivo do objeto de comer, a ilusão/fantasia, a família/amizade, curiosidade e o sabor do alimento juntamente com outros meios como personagens animados, animações, músicas ou o prazer que o alimento proporciona. Porém, nem sempre a associação com algum brinquedo ao alimento causa maior consumo do produto, pois os interesses da criança nos alimentos estão crescendo bem mais que nos brinquedos. Notou-se que nesses anúncios e propagandas o estímulo pela alimentação verde, orgânica e saudável não existe ou é muito menos explorado. Logo percebe-se que recursos emocionais, afetivos e visuais são estratégias altamente utilizadas para sensibilizar e emocionar o público, que pode ser tanto de crianças como também dos próprios pais e familiares.

Não podemos deixar de citar que além do ambiente familiar, temos também o ambiente escolar que é um grande influenciador da alimentação dessa fase, pois nesse meio há uma constante mudança de ideias, influências e atitudes, os alimentos acabam sendo também meios de socialização entre os colegas, percebe-se também que muitos pais dão o dinheiro para que seus filhos comprem seus próprios lanches e na grande maioria eles acabam optando por lanches ricos em sódio e gordura juntamente com bebidas gaseificadas.

Ceccatto et al., (2018) vai dizer que no Brasil, ainda não existe uma legislação específica que regule a publicidade voltada para as crianças. Porém, existem limites da publicidade são definidos no âmbito legal pelo Código de Defesa do Consumidor, pela Constituição Federal, no Estatuto da Criança e do Adolescente, no Código de Ética dos Profissionais de Propaganda e em resoluções, leis complementares e diretrizes lançadas por Organizações Não Governamentais (ONGs) e associações.

É sabido que sobre a legislação brasileira a muito o que se faz quando se fala em frear a publicidade dirigida a as crianças, é sabido que as mídias estão de fato focadas mais nas vendas do que em alimentação saudável, visto que temos um agravamento da obesidade infantil e DCNT, é sabido que precisa-se de leis mais específicas e rígidas para que se obtenha

um controle sobre o que é apresentado ao público infantil, afim de preservamos a saúde desse público para no futuro os mesmo se tornem adultos saudáveis, dispostos e livres de DCNT.

3. METODOLOGIA

Foi realizado uma pesquisa de revisão bibliográfica com o objetivo de entender e discutir quais são os efeitos e danos causados nas crianças em fase infantil que estão expostas a propagandas alimenticias veiculadas pala mídia, que em sua maioria não possuem fiscalização adqueda por partes dos governantes.

O presente artigo de revisão foi estruturado por meio artigos científicos, dissertações e revistas eletronicas localizados nas bases de dados *online*/portais de pesquisa: Scielo (Scientific Eletronic Library Online), e Google Acadêmico, publicados do ano de 2015 a 2022. Foram feitas também buscas em *sites* de instituições e organizações governamentais e não governamentais. Para a busca do material bibliográfico foram utilizadas as seguintes palavras-chaves: “Consumo alimentar infantil”; “Obesidade infantil”; “Publicidade de alimentos”; “Influência da mídia”.

O presente estudo não precisou da aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa por não abranger diretamente animais ou pessoas, de acordo com a lei do Conselho Nacional de Saúde - CNS 196/96 do Comitê de Ética e Pesquisa – CEP. O presente artigo buscou também seguir todas as normas de organização e estrutura de referência exigidas pela ABNT, nº NBR6023.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Através dessa pesquisa bibliográfica tivemos como resultado que de fato a mídia tem um grande poder de influência na fase infantil, as crianças são bem mais influenciáveis a aderir e querer consumir produtos altamente processados e ultraprocessados, pois as mesmas ainda não possuem um senso crítico ainda formado e são influenciadas por aquilo que passa na televisão, celulares e na Internet em geral.

Carvalho e Tamasia (2016) vão dizer que a televisão, meio que consome mais o tempo do indivíduo quando está na fase infantil, desenvolve nas crianças cada vez mais o o hábito do consumo, que são influenciadas facilmente pela programação, propagandas que levam o indivíduo a experimentar e desejos de consumir aquilo que está sendo propagado. E como consequência podem ser informadas mais cedo sobre hábitos alimentares saudáveis e de qualidade ou também mais cedo em hábitos alimentares não saudáveis e ao sedentarismo.

Somado a isso, a influência que a mídia tem sobre a alimentação infantil acarreta a outros problemas de saúde também, pois, a criança que passa horas em frente à televisão ingerindo alimentos com pouco ou quase zero nutrientes, processados e ultraprocessados também desenvolvem o sedentarismo, ao estarem expostas às telas esses indivíduos perdem o interesse de se relacionarem com outros colegas, de brincarem e de praticarem atividades físicas, o que pode acarretar em doenças crônicas como a diabetes, hipertensão e a obesidade (SOUSA e SILVA, 2018).

Logo, a obesidade não é somente uma doença crônica, mas também um grande propulsor do fator de risco para as grandes causas de problemas de saúde e morte precoce, adicionando ainda as doenças cardiovasculares, câncer e diabetes. Na maioria dos casos vistos a obesidade desenvolvida na infância permanece até a fase adulta, pois os fatores comportamentais e fisiológicos daquela criança já estão desenvolvidos desde muito cedo de forma que a prevenção desses hábitos alimentares e sedentarismo oferecem uma oportunidade única de inibir e até mesmo parar essa progressão de morbidades na fase adulta desse indivíduo (DIESS e CINTRA, 2021).

Não menos importante, foi observado através desse estudo bibliográfico que a influência dos pais e responsáveis é de extrema importância para que a criança desenvolva hábitos alimentares saudáveis, os pais são os responsáveis por delimitar o tempo que a criança dedicara ao consumo de entretenimento, televisão e aparelhos eletrônicos. É fundamental que os responsáveis pelas crianças possam impor limites no consumo da televisão, Internet e vídeo games e na educação alimentar do mesmo, é sabido que as crianças são apenas imitadores de seus tutores e os hábitos praticados pelos mesmos, serão praticados pelas

crianças, logo, os pais são uma peça necessária na formação de hábitos alimentares saudáveis na fase infantil desse indivíduo.

5. CONCLUSÃO

Através dessa revisão bibliográfica foi analisado que as mídias têm um grande poder na influência da alimentação infantil, grande parte das propagandas alimentares que são transmitidas na televisão e Internet são extremamente apelativas ao público infantil, que se utiliza de recursos visuais, musicais, desenhos animados e personagens infantis que agradam a esse público, unicamente com o intuito de vender.

Foi concluído também que um grande propulsor e disseminador dessas propagandas alimentares na fase infantil são os aparelhos eletrônicos. A televisão em específico tira horas e horas da atenção das crianças e no meio das programações essas propagandas passam e acabam por encantar os mesmos, influenciando a consumirem aquilo que está sendo transmitido. Essas horas dedicadas ao televisor acaba por acarretar em sérios problemas de saúde pois o sedentarismo acaba fazendo parte do cotidiano desse indivíduo.

Uma criança sedentária e que tem maus hábitos alimentares possivelmente desenvolverá doenças crônicas como diabetes, hipertensão e obesidade, uma criança que está horas em frente as telas logicamente terá menos tempo para praticar atividades físicas, interagir com seus colegas e brincar. Através desses estudos podemos concluir que crianças obesas serão adultas obesas, pois dificilmente hábitos alimentares, comportamentais e fisiológicos serão mudados.

Podemos concluir que os pais e responsáveis são de fato aqueles que irão determinar como será a saúde de sua criança, pais que possuem bons hábitos alimentares e estimulam seus filhos á pratica de atividades físicas farão com que a criança na sua fase infantil esteja livre de doenças crônicas, os responsáveis pela criança serão aqueles que determinarão aquilo que seus filhos irão assistir, o tempo que os mesmo gastarão em frente à televisão e os hábitos alimentares que os mesmo terão, conclui-se que as crianças são apenas reflexos daquilo que os pais delas são, seus hábitos alimentares falam mais dos seus pais, do que delas mesmas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABREU, Ana; Kapim , Gabriela. **Socorro! Meu Filho come mal**. Rio de Janeiro, leyla, 2014.
- CARVALHO, Fernanda; TAMASIA, Gislene. **A Influência Da Mídia Na Alimentação Infantil**. 2016. Faculdades Integradas do Vale do Ribeira. 2016.
- CECCATTO, Daiane, et, al. **A Influência Da Mídia No Consumo Alimentar Infantil: Uma Revisão De Literatura**. 2018. Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, URI. Erechim - RS. 2018.
- DIESS, Keila; CINTRA, Patricia. **A Influência Da Mídia Na Obesidade Infantil Na Segunda Infância**. 2021. Brazilian Journal of Health Review. Curitiba - PR. 2021.
- MELANI, Oliveira, et, al. **A Influência Da Mídia Nos Hábitos Alimentares De Crianças: Uma Revisão Da Literatura**. 2015. Revista de epidemiologia e controle de infecção, vol. 5, núm. 3, jullio-setembro, 2015. Universidade de Santa Cruz do Sul. Santa Cruz do Sul - RS. 2015.
- SOUZA, Marjane; SILVA, Mara. **A influência da mídia e marketing nos hábitos alimentares infantis e o comportamento da família**. 2018. Universidade Luterana do Brasil - São Jerônimo. Graduanda em psicologia - Universidade Luterana do Brasil - São Jerônimo.
- SILVA, Janaini., NUNES, Maria. **A Inflência da Mídia Sobre os Produtos Alimentícios Ofertados ao Público Infantil**. 2021. Curso de Nutrição do Instituto Taubaté do Ensino Superior - ITES, Taubaté-SP, Brasil
- TAVARES, Anne Andrade. **A Propaganda de Alimentos Infantis: Uma pesquisa qualitativa sobre a percepção do pais acerca dos hábitos de consumo dos filhos**. 2016. 85 f. Monografia (Bacharelado em Administração). Departamento de Administração, Universidade Federal do Ceára, Fortaleza, 2016.