

Relação da comida afetiva no padrão alimentar adulto

Relation of affective food in the adult food pattern

Relación de la alimentación afectiva en el patrón alimentario del adulto

Recebido: 01/06/2023 | Revisado: 11/06/2023 | Aceitado: 12/06/2023 | Publicado: 16/06/2023

Giovanna Kanashiro Duarte

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-9998-4458>

Centro Universitário de Brasília, Brasil

E-mail: kanashiro.duarte.g54@gmail.com

Ingrid Giovanna Alves Tavares

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-6897-6949>

Centro Universitário de Brasília, Brasil

E-mail: ingridgiovannablog@gmail.com

Dayanne da Costa Maynard

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9295-3006>

Centro Universitário de Brasília, Brasil

E-mail: dayanne.maynard@ceub.edu.br

Resumo

A introdução alimentar é um período que exige muita paciência e dedicação dos responsáveis, sendo um processo de autoanálise dos pais. Tendo em vista que o padrão alimentar das crianças é extremamente afetado pelo padrão alimentar das pessoas de convívio direto, devido à grande influência de outros nessa fase da vida. Os responsáveis a moldar o gosto alimentar da criança vão ter o papel importante de proporcionar novas memórias, apresentar culturas e alimentos que vão se perdurar pela vida toda, aprimorando sentidos como olfato, paladar e tato. O objetivo deste estudo consiste na compreensão das necessidades nutricionais e adequadas de um indivíduo, associando-o aos comportamentos sensoriais ligados à escolhas e seletividade dos alimentos. Esses mecanismos fazem parte de uma segregação alimentar individual que desenvolve memórias e comidas afetivas, portanto, o estímulo saudável desde o início da vida vai auxiliar na síntese de hábitos adequados para uma nutrição harmoniosa. Foram apresentadas análises de estudos dos 40 artigos científicos selecionados que cumprem os requisitos estabelecidos e que abordam o tema em questão. Conclui-se que a influência familiar é de suma importância para construção da memória afetiva alimentar, que faz parte da construção do hábito alimentar e conseqüentemente saúde dos filhos, tal como outros fatores associados (cultura, economia, genética, hormônios). Percebe-se que toda a influência absorvida na infância gera resultados na vida do indivíduo que se perpetuam até a fase adulta, e os momentos do passado vividos sobre alimentação recordam a memória.

Palavras-chave: Comportamento alimentar; Cultura alimentar; Padrão alimentar; Seletividade alimentar; Comida.

Abstract

The introduction of food is a period that requires a lot of patience and dedication from those responsible, being a process of self-analysis by the parents. Bearing in mind that the eating pattern of children is extremely affected by the eating pattern of people they live with directly, due to the great influence of others at this stage of life. Those responsible for shaping the child's food taste will play an important role in providing new memories, introducing cultures and foods that will last for a lifetime, improving senses such as smell, taste and touch. The aim of this study is to understand an individual's nutritional and adequate needs, associating them with sensory behaviors related to food choices and selectivity. These mechanisms are part of an individual food segregation that develops memories and affective foods, therefore, healthy stimulation from the beginning of life will help in the synthesis of adequate habits for harmonious nutrition. Analyzes of studies of the 46 selected scientific articles that meet the established requirements and that address the topic in question were presented. It is concluded that family influence is of paramount importance for the construction of affective food memory, which is part of the construction of eating habits and consequently the health of children, as well as other associated factors (culture, economy, genetics, hormones). It is noticed that all the influence absorbed in childhood generates results in the individual's life that are perpetuated until the adult life, and the moments of the past lived on food recall the memory.

Keywords: Food behavior; Food culture; Food pattern; Food selectivity; Food.

Resumen

La introducción de los alimentos es un período que requiere mucha paciencia y dedicación por parte de los responsables, siendo un proceso de autoanálisis por parte de los padres. Teniendo en cuenta que el patrón alimentario de los niños se ve muy afectado por el patrón alimentario de las personas con las que convive directamente, debido a la gran influencia de los demás en esta etapa de la vida. Los responsables de moldear el gusto alimentario del niño jugarán un papel importante proporcionando nuevos recuerdos, introduciendo culturas y alimentos que perdurarán toda la vida,

mejorando sentidos como el olfato, el gusto y el tacto. El objetivo de este estudio es comprender las necesidades nutricionales y adecuadas de un individuo, asociándolas con comportamientos sensoriales relacionados con la elección y selectividad alimentaria. Estos mecanismos forman parte de una segregación alimentaria individual que desarrolla recuerdos y alimentos afectivos, por lo tanto, la estimulación saludable desde el inicio de la vida ayudará en la síntesis de hábitos adecuados para una nutrición armoniosa. Se presentaron análisis de estudios de los 46 artículos científicos seleccionados que cumplen con los requisitos establecidos y que abordan el tema en cuestión. Se concluye que la influencia familiar es de suma importancia para la construcción de la memoria alimentaria afectiva, la cual forma parte de la construcción de los hábitos alimentarios y consecuentemente de la salud de los niños, así como otros factores asociados (cultura, economía, genética, hormonas). Se advierte que toda la influencia absorbida en la infancia genera resultados en la vida del individuo que se perpetúan hasta la vida adulta, y los momentos del pasado vividos a base de comida rememoran la memoria.

Palabras clave: Conducta alimentaria; Cultura alimentaria; Patrón alimentario; Selectividad alimentaria; Alimentación.

1. Introdução

Hábito alimentar é o convívio com o alimento, não basta ser resumido apenas a ingestão, envolve fatores internos e externos, como contexto social onde a refeição ocorre, emoção, religião, influência cultural e demais motivações (Vaz & Bennemann, 2014).

O corpo humano é um mecanismo extremamente complexo, que se comunica de diversas formas, uma delas é através da memória que pode ser classificada em alguns pontos, um deles é a afetiva, que influencia diretamente a alimentação ajudando na construção do hábito alimentar (Rossi *et al.*, 2008).

O ambiente familiar é determinado como o principal fator no desenvolvimento alimentar do ser humano que pode perdurar a vida toda, a frequência alimentar que o adulto segue foi desenvolvida, iniciou na infância sendo estimulada pela cultura que está inserida (Pereira & Lang, 2014).

A comensalidade é a ação característica do homem, além de necessário para a sobrevivência desde o terceiro milênio foi incluído nas festividades, fortalecendo amizades e criando memórias, através da comida revela-se a estrutura cotidiana, seus gostos e sua história então é inevitável falar de hábito alimentar sem relacionar com memória afetiva (Moreira, 2010).

Estudando mais a fundo etimologia de palavras é possível perceber que “Família” se aproxima do sânscrito *dhaman* que significa casa que delonga lar que vem do latim *lare* que traduz parte da cozinha, percebe-se que a alimentação é fonte de socialização, prazer, lembrança e necessidade (Moreira, 2010). O paladar infantil tende a sentir o sabor doce mais agradável em comparação ao amargo e azedo, esse fator é bem comum devido o adocicado do leite materno que foi ingerido durante a fase lactente (Scaglioni, 2008).

A prática alimentar na fase inicial da vida tem inúmeras intervenções, a principal delas são os hábitos alimentares dos residentes da casa, portanto, os pequenos precisam de um exemplo regular em casa para terem uma alimentação saudável e adequada. A escola nesse ciclo tem um papel fundamental, pois as refeições e experiências vividas pelo pré-escolar vão se perdurar por variadas etapas (Piasecki *et al.*, 2020).

É indispensável que a introdução alimentar seja regada de alimentos in natura ou minimamente processados, com pouca adição de sal ou açúcares, para que seja sentido de verdade o gosto daquela determinada preparação (Samuel *et al.*, 2018). A persistência das escolhas de alimentos e restrição de outros é uma característica comum nessa idade, mas que não deve ser ignorada e precisa de uma intervenção (Emmett, 2018). Muitas vezes é preciso que a oferta da comida seja feita de diversas formas, formatos, preparos para que o sabor daquele ingrediente seja satisfatório para a criança.

Com isso, levar as crianças para a cozinha e vivenciarem os preparos dos alimentos é importante para terem contato com o alimento antes de ir para a mesa (Pereira & Lang, 2014). A hora de comer é o momento de reunião da família, de troca de experiências e paladares, o hábito de comer junto à família está diretamente relacionado a boas escolhas na alimentação (Monteiro *et al.*, 2019).

Diante do exposto, o objetivo do trabalho foi abordar e analisar de que forma as memórias afetivas na fase primária da vida são capazes de influenciar o paladar adulto. Sendo assim, trazendo fatores como seletividade alimentar, comprometimento familiar e conhecimentos gerais sobre o assunto abordado para uma melhor compreensão.

2. Metodologia

Diz respeito a uma revisão narrativa (Rother, 2007) que tem como objetivo possibilitar a contextualização, complexidade e desenvolvimento, mediante a atualizações e perspectivas sobre o tema proposto, a base para esse material são pesquisas bibliográfica da literatura dos últimos 10 anos, de 2012 a 2022. Apresentando referências em português e inglês, contendo informações retiradas a partir das bases de dados como SCIELO, Europe PMC, ScienceDirect, PUBMED, documentos governamentais e livros.

Para a busca das referências foram usados os descritores como comportamento alimentar, cultura alimentar, padrão alimentar, seletividade alimentar e suas versões em inglês como food behavior, food culture, food pattern, food selectivity, food. Os dados foram coletados com questionamentos quantitativos e qualitativos com a finalidade de correlacionar as referências para interpretação, com o objetivo de argumentar e gerar hipóteses acerca do tema, melhorando as ideias e fundamentando o assunto.

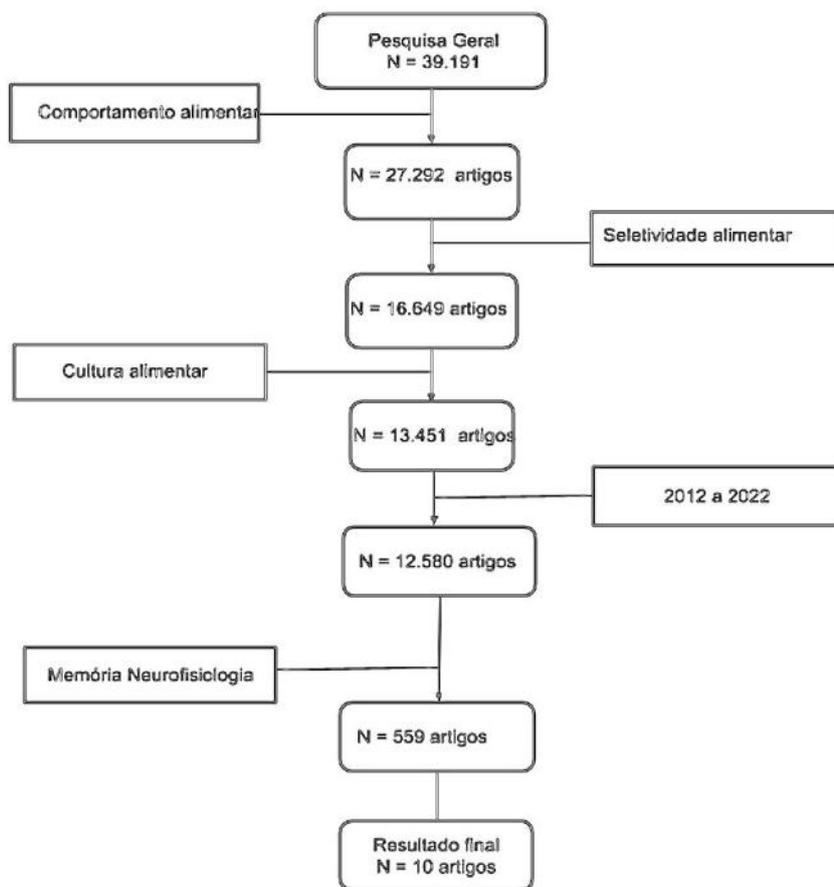
Em seguida, foi realizada uma leitura minuciosa e crítica dos manuscritos para identificação dos núcleos de sentido de cada texto e posterior agrupamento de subtemas que sintetizem as produções, e exclusão dos artigos que não se adequam ao tema. Permaneceram escolhidos artigos que avaliaram as práticas infantis que refletem no comportamento adulto, interligando a alimentação com memória, sendo assim providenciando mais respostas para os questionamentos aqui feitos desse estudo.

Foram excluídos os materiais que na íntegra demonstraram um público diferente do foco e os que apresentaram avaliações divergentes da temática. Ainda assim foram eliminados aqueles que o texto completo não tinham o objetivo do tema e os que não se aplicavam ao público-alvo citado anteriormente.

3. Resultados e Discussão

Os dados foram coletados de acordo com a leitura dos títulos, fazendo assim uma seleção prévia, primeiramente com a leitura dos resumos e em seguida da análise na íntegra. Totalizando 40 bibliografias sobre a pesquisa, sendo esses, textos disponíveis gratuitamente e relacionados à influência da infância no comportamento alimentar de adultos. Ao final foram utilizados para essa revisão 10 que eram mais relevantes ao tema, como demonstrado na Figura 1 abaixo.

Figura 1 - Organograma do levantamento de dados para a presente revisão. Brasília-DF, 2023.



Fonte: Autores (2023).

Comida Afetiva

É denominado de comida afetiva aquela que nos traz ao presente recordações de bons momentos vividos, proporcionando conforto e prazer, possibilitando pensar na refeição além do fator biológico. O ato de comer engloba vários fatores, desde a questão fisiológica à socialização do ser humano, e oportunidade de expressar sua identidade e valores. A alimentação é carregada de história e cultura que o ser humano tem sua ligação com meio ambiente que resulta no seu pertencimento, e rituais criados (Oliveira, 2013).

Diversos processos são realizados para se preparar uma refeição, desde da colheita ou compra até a conservação, esse tempo é de suma importância pois o indivíduo tem a capacidade de conhecer os alimentos, novos aromas e combinações que ultrapassam o espaço físico e constrói novas memórias aumentando a habilidade culinária que é recomendada pelo Ministério da saúde (Cruz, 2019).

Afeto para a psicologia é um conjunto de emoções, que está relacionada com a comida, temos a construção dessa afetividade com o alimento desde do aleitamento materno que se perpetua por toda a vida, a comida pode trazer a tona saudade, lembranças boas como ruins. Ao cozinhar o ser humano está demonstrando mesmo que indiretamente carinho a pessoa que vai se alimentar daquela comida, é uma forma de fornecer cuidado (Matos, 2013).

Grande parte do que sabemos ou somos tem influência da família, que se multiplica através da forma social, cultural e no ato de comer, além do modo biológico e a nutrição que também representa a nutrição além do corpo. Na alimentação é possível a transmissão de sentimentos que fizeram parte da sua vida (Woortmann, 2013).

Antigamente, o ato de comer era caracterizado como uma ação de sobrevivência mas com o passar do tempo, se tornou um comportamento cultural e biológico. Sabendo disso, Poulain (2015) destaca que o vocábulo “alimento” tem necessidade de envolver qualidades na prática, sendo essas: higiênicas, nutricionais, organolépticas e simbólicas principalmente, trazendo à nutrição uma conotação significativa.

Contreras e Gracia (2011) e Woortmann (2007) refutam o ditado popular “somos o que comemos”, diante do pensamento de que “comemos o que somos”, pois, as preferências alimentares abrangem o lado espiritual, na qual ao ingerir, os elementos culturais são envoltos psicossocialmente graças a memória afetiva. O conceito de ingerir é alinhado com a intimidade através da comida e do corpo, fazendo um paralelo entre a sobrevivência e espírito, envolvendo substâncias e nutrientes decisivos para uma boa saúde, bem-estar, disposição, alegria, entre outros.

Ainda nesse contexto, a comensalidade é um termo que consiste nos hábitos alimentares saudáveis diante a mesa, a palavra tem origem latina, “com” significa junto e “mensa” significa mesa. Portanto, partilhar momentos com familiares ou pessoas queridas diante das refeições é interessante pois cria uma prática de formar memórias afetivas relacionadas a sistemas alimentares (Moreira, 2010).

Padrão alimentar do adulto

É definido como uma classe de alimentos consumida por determinada população, podendo ser avaliado de diversas formas: recordatório de 24 horas, Questionário de frequência alimentar, entre outros. Os resultados sofrem influências tanto extrínsecas (cultura, economia, religião e outros) como intrínsecas (humor, genética e patologia) (Carvalho, 2018). O padrão alimentar é estudado e publicado para a população ter conhecimento sobre suas escolhas alimentares, alguns exemplos são a VIGITEL 2006-2020 e PNS 2013, com dados de estilos de vida, consumo alimentar, prática de exercícios físicos e doenças crônicas não transmissíveis (PNS, 2013).

Os estudos de base populacional são de suma importância para compreender e analisar a qualidade de vida da população, através dos dados da Vigitel (2022) para todas as idades foi considerado regular o consumo de frutas e hortaliças consumidos em cinco ou mais dias da semana. O feijão, alimento característico da cultura brasileira teve uma queda de consumação variando de 66,8% para 58,3%, o mesmo aconteceu com a frequência de refrigerante no padrão alimentar brasileiro alterando de 30,9% para 15,2%.

Vale lembrar que o padrão alimentar pode ser influenciado por diversos fatores, nesse sentido o fator psicológico está presente na definição das escolhas alimentares pois, os sentimentos quando não controlados podem ser expressos de forma negativa na alimentação. Infelizmente se vive uma era que a depressão e ansiedade atinge um número muito grande de pessoas, que muitas vezes desenvolvem compulsão alimentar e esse ciclo de fatores gera um aumento do sobrepeso (Perez & Romano, 2004).

É importante lembrar a função de uma equipe multidisciplinar, pois, estudos já comprovam que através de conhecimento e profissionais disponíveis a realização de atividades físicas e alimentação adequada ajudam a controlar distúrbios psicológicos e tratar os impulsos em relação à comida e à saúde (França, 2012).

Além dos fatores psicológicos, fatores culturais possuem grande influência na formação dos hábitos alimentares, sabendo que é algo que foi repassado a anos atrás, diante de contextos diferentes dos atuais mas que permanecem. Freyre (1933) afirma que a comida é uma forma de expressão do povo brasileiro, sendo celebrada nessa culinária influências africanas e mestiças que constituem a identidade nacional do Brasil.

A influência dos povos europeus no século XIX trouxe uma mudança nos modos alimentares na mesa brasileira, fazendo com que o ato da comensalidade tenha ares celebrativos, como a adesão de frutas em conserva, sorvetes, pudins, etc e demonstra

o prestígio da culinária nacional (Freyre, 1933). Nesse período, além de começar a ser protagonista de muitos planos alimentares brasileiros, o açúcar passa ser a face do país, fazendo com que o Brasil tenha espaço na cultura internacional, ressaltando a ideia demonstrada na obra *CASA-Grande e Senzala* (1933) de Gilberto Freyre, na qual o autor cita que as preferências sensoriais do paladar dependem dos fatores culturais.

Entretanto, resgatar valores em meio da modernidade é uma tarefa necessária, tendo em vista que a europeização foi diretamente associada à industrialização de produtos alimentícios, fazendo jus à ética do “time is money”, pois prega que a velocidade corriqueira é prioridade em relação a comensalidade e hábitos alimentares culturais saudáveis. Sendo assim, é interessante lembrar a importância dos povos escravos durante o período colonial na cozinha brasileira, apresentando a sociedade ingredientes típicos, como o azeite de dendê, pimenta malagueta e os indígenas que derivaram modos de preparos originalmente portugueses, modificando em pratos regionais do Brasil, sendo esses farofa, vatapá, entre outros (Freyre, 1933).

Além da cultura, o padrão alimentar de adultos é algo muito debatido em todas as áreas da saúde, esse é um fator que tem muita influência na qualidade de vida de cada indivíduo. Graças aos estudos dos profissionais da saúde e equipes multiprofissionais, sabe-se que de acordo com os hábitos alimentares, existem perigos nutricionais que se baseiam nos fatores de risco, podendo esses serem a carência ou excesso de algum nutriente (Rosaneli, 2016).

Como resultado da II Guerra Mundial, iniciou-se por meio do Art. 2 da ONU (Declaração Universal dos Direitos Humanos) e Art. 10 da UNESCO (Declaração Universal sobre Bioética e Direitos Humanos), um processo que visava o respeito a dignidade e vida dos cidadãos em geral, independentemente de raça, etnia, costumes ou classe social, sendo assim, resgatando o conceito de igualdade social diante de qualquer diferença. Porém, a vulnerabilidade econômica nunca deixou de ser um problema no mundo e os fatores socioeconômicos do homem é cativada pela indústria, devido o poder aquisitivo corresponder com a renda que se possui, o marketing estar associado com a necessidade de se alimentar tem como consequência as informações em massa, resultando na persuasão do receptor que aquele alimento enlatado/ultraprocessado é o que ele precisa e vai fazer bem para sua família (Rosaneli, 2016).

Para Goffman (2004), existem três tipos de estereótipos que são nitidamente distintos: a primeira sendo a antipatia pelo corpo e suas “deformidades”, a segunda como culpa individual ou pouca vontade e a terceira estigmas de religião ou raça. Falando mais sobre a última opção, a partir da metade da década de 90 por meio da Associação Brasileira de Antropologia foram feitas discussões pelo Grupo de Trabalho sobre Comida e Simbolismo que expressaram o tema religião associado com a alimentação (Prado, 2016).

A ordenação de hábitos alimentares deriva de elementos, crenças e tabus, sendo um desses, portanto, a antropologia está ligada a um padrão alimentar individual ou coletivo. A religião com sua perspectiva, teve forte influência em agrupamentos alimentares, por exemplo alimentos que são “fortes” ou “reimosos” serem proibidos para uma fase de vida específica, trazendo um caráter simbólico ao se referir dessa crença e que deve ser respeitada mas que também pode ser prejudicial de alguma forma para o estado nutricional desse público (Canesqui, 2005; DaMatta, 1983).

As memórias afetivas surgem na primeira infância, por influência dos responsáveis dentro do âmbito familiar, devido serem eles os encarregados da introdução alimentar, portanto, o exemplo que é dado pelos pais tem grande importância no desenvolvimento alimentar de uma criança. Os hábitos alimentares são baseados em vivências e costumes individuais, sendo uma dessas vivências o consumo repetitivo de um certo alimento ou preparação, criando assim um padrão alimentar que vai influenciar positivamente ou negativamente na fisiologia desse indivíduo (Leal *et al.*, 2015).

Influência familiar no padrão alimentar adulto

É evidente que o comportamento alimentar possui diversos fatores para sua formação, dando destaque ao papel familiar. Estudos mostram que os filhos são inspirados pelas escolhas e gostos alimentares dos responsáveis, da mesma forma que a mulher tem maior controle da alimentação do seu lar historicamente falando (Massarani, 2015). Estudo indica que crianças criadas em ambientes positivos, onde tem pais que o apoiam, tem liberdade de opinião e sentimentos, possui o IMC controlado, dentro da média indicada. Levando a reflexão que família é um lugar de afeto e aprendizagem, relacionando com a criança acima do peso que come excessivamente em busca de ‘‘alimentar’’ o vazio do afeto, por sua família está desestruturada (Coelho, 2014).

A família é um fator fundamental na formação de comportamento. Infelizmente no tempo moderno, a maioria dos pais possuem uma rotina cheia, essa falta de tempo, impulsiona na compra de alimentos prontos ou de fácil preparo, e se esforçam para ter a presença paternal através de doces e fast foods, tornando-se os facilitadores para consumo de alimentos considerados não saudáveis (Santos, 2020).

O favoritismo ou negação para certos alimentos são influenciados pelo apego na relação da criança com a mãe (Aparici, 2007). A alimentação faz parte da vida desde o nascimento quando ocorre o contato com leite materno, gerando valores simbólicos e focando o aprendizado alimentar na figura materna (Romanelli, 2006). Esses momentos causam expectativas afetivas para a mãe que imagina um momento onde vai ensinar a cultura familiar através da comida, sem conflitos e frustrações (Pelegrin, 2008).

Relação das comidas afetivas no padrão alimentar adulto

Estudos recentes têm se dedicado à compreensão da importância da comida afetiva na construção do padrão alimentar do adulto. Os resumos dos trabalhos analisados para compor a presente revisão estão descritos no Quadro 1.

Um estudo de Jansen com o objetivo de explorar cenários futuros, feito em 2017 envolvendo 4845 crianças holandesas entre um e seis anos de vida, chegou ao resultado de menor IMC com as crianças que os pais tinham práticas de pressão para se alimentarem.

Na Noruega em 2016, Steinsbekk através de um estudo longitudinal, conteve a participação de 623 crianças, associaram a relação entre a ingestão com variedade de alimentos pelos responsáveis e o hábito alimentar infantil. Afirmou que os filhos, pressionados a negar alimentos não saudáveis, possuem pais com alimentação seletiva.

Uma pesquisa feita com 203 pessoas que vivem no estado do Ceará, respondeu um formulário online para chegar a porcentagem de quanto os participantes ainda mantêm na rotina doces que recordam sua infância. Resultando em 83,3% de resposta afirmativa, 46% consumido na própria residência e 20% é consumido na casa de parentes. Sobre a produção, 31% foi feito pela mãe e 28% elaborado pela avó (Neves, 2018).

Na Austrália por meio de um estudo transversal que tinha o objetivo de investigar o comportamento dos pais que são utilizados como referência para as escolhas alimentares dos filhos durante os dias. Confirmaram que crianças com maior ingestão de verduras e legumes tinham pais que consumiam na sua frente alimentos saudáveis, o contrário acontecia com pais que utilizam práticas de recompensa, cujo filhos de forma reduzida ingerem alimentos saudáveis (Russel, 2015).

Complementando o parágrafo acima, na cidade de Sobral no Ceará foram aplicados questionários em 572 jovens do ensino médio da rede pública estadual, para realização de um estudo transversal. Com adolescentes de 10 a 19 anos de idade, sabendo que o padrão alimentar dos cuidadores influencia de forma direta na formação cultural alimentar de um indivíduo. Obteve como um dos resultados da pesquisa que mais da metade dos pais/responsáveis desses alunos apresentavam obesidade ou sobrepeso, demonstrando a possibilidade de um consumo alimentar inadequado na rotina de ambos dentro de casa (Barbalho *et al.*, 2020).

Em Minas Gerais foi realizado um estudo epidemiológico transversal, com estudantes do curso de nutrição, foi aplicado a escala ‘‘The Eating Motivation Survey’’, a idade foi variada de 17 anos a 50 anos, a maioria do sexo feminino que gerou o resultado de controle de emoções. Comer quando ocorre uma oscilação de humor afeta diretamente no hábito e escolha alimentar do sexo feminino (Lopes, 2022).

Ainda nesse sentido, por meio da ressonância magnética funcional, estudos demonstram uma ativação cerebral que expressa uma interação comportamental e biológica importante de ser analisada no monitoramento dietético. Imagens personalizadas dos alimentos podem se tornar uma boa estratégia para desenvolvimento de padrões alimentares mais saudáveis, ativando predominantemente a região da memória e emoção mediadora, tendo em vista que a ingestão de alimentos é influenciada por atividades sensoriais e neurológicas (Dodd, 2020).

Em Balneário Camboriú, uma pesquisa foi direcionada para três restaurantes característicos da cidade com o objetivo comum de ‘‘cozinha afetiva’’, com questionários estruturados por perguntas fechadas e abertas para investigar a vivência afetiva através dos estabelecimentos pela visão de moradores e turistas, no modelo survey. Clientes responderam sendo 46% do sexo feminino e 53% do sexo masculino e 1% não declarado, o resultado deu destaque para experiências da infância com maior representação da avó, juntamente com a escolha do cardápio e das louças (Cruz, 2021).

Observando de modo geral o Brasil e como a cultura do país influencia na alimentação, é possível observar através do estudo de Souza em 2013, que os alimentos mais consumidos são: arroz, carne bovina, feijão e café. Também é possível observar hábitos alimentares característicos de regiões como o peixe no norte, chá na região Sul, batata no sudeste, queijo no centro-oeste e ovos no Nordeste.

Em 2019, foi feito em Santa Catarina um estudo por Ishizaka com cozinheiros que atuam na profissão a mais de cinco anos com a média de idade entre 30 a 40 anos predominante, buscando resposta para entender quais influências foram aplicadas na escolha profissional. O resultado obteve que 86,67% dos entrevistados confirmaram que escolheram tal carreira, devido a memórias de aromas e gostos que fazem parte de sua história.

Com isso, foi feito um estudo com crianças pré-escolares de áreas urbanas por meio de QFA adaptado para a realidade local de Pelotas, RS. Esse experimento demonstrou um padrão alimentar pobre em nutrientes e rico em alimentos densos e calóricos, portanto, esses alimentos que são consumidos em excesso são os mais acessíveis economicamente (Leal *et al.*, 2015).

Quadro 1 - Resumo dos trabalhos analisados na presente revisão. Brasília-DF, 2023.

Autor/Ano	Tipo de estudo	Amostra	Objetivos	Resultados relevantes
Jansen, 2017	Pesquisa longitudinal para avaliar a relação.	Foram selecionadas 485 crianças holandesas entre 1 e 6 anos de vida.	Compreensão do desenvolvimento da compulsão alimentar com a pressão dos parentes para comer na infância.	O produto desse experimento foi indivíduos que tinham pressão dos responsáveis para se alimentarem, comem de forma exagerada, são mais agitados e confusos.
Steinsbeckk, 2016	Pesquisa exploratória e estudo longitudinal.	Em uma corte norueguesa, foram entrevistadas 797 pessoas.	Buscam analisar se o comportamento dos responsáveis está relacionado a estados obesogênicos.	O estudo revelou que as crianças que receberam a comida como recompensa, eram mais suscetíveis a desenvolverem compulsões alimentares. Concluindo que o comportamento dos pais influencia no desenvolvimento de obesidade.
Russel, 2015	Estudo transversal.	Os participantes consistem em 57 pais de filhos entre 2 a 5 anos.	Busca comprovar a influência dos pais nas escolhas alimentares de crianças.	Foi evidenciado uma mistura de atitudes eficazes e ineficazes diante desses comportamentos parentais. As crianças que expressaram escolhas mais saudáveis possuem pais com uma abordagem positiva, mas a outra parte demonstrava maus hábitos e neofobia devido às preferências alimentares dos pais serem ruins também, consequentemente, reproduzindo abordagens ineficazes com seus filhos.
Barbalho et al., 2020	Estudo transversal por meio de questionários para resultados qualitativos.	Pesquisa realizada com 572 jovens do ensino médio da rede pública estadual.	O objetivo do estudo é observar a associação de sobrepeso/obesidade com fatores de risco de adolescentes escolares.	Embora a maioria dos estudantes estivessem em estado eutrófico de acordo com o IMC, uma quantidade significativa demonstrou sobrepeso e obesidade, associados a maus hábitos alimentares e sedentarismo. Resultados não sofreram alterações devido o sexo e crianças de 10-14 anos expressaram serem mais suscetíveis a essa patologia.
Lopes, 2022	Estudo epidemiológico transversal.	As características da amostra eram 187 estudantes nutrição de 17 a 50 anos, maioria sendo mulheres.	Buscou compreender o que determina as escolhas alimentares de estudantes de nutrição.	As dimensões que envolvem questões naturais, controle de peso e controle de emoções foram os fatores mais relevantes. Mulheres demonstraram terem maior influência nas escolhas alimentares diante das questões naturais e emocionais e homens demonstraram mais influência no controle de peso.
Neves, 2018	Pesquisa exploratória de levantamento.	Os participantes consistiam em 203 residentes do Ceará.	Entender a representatividade dos doces cearenses nas memórias afetivas.	Obteve como resultado desse estudo que pratos apresentados pelas mães, avós e tias como rapadura, cocada e canjica participam muito das memórias afetivas dessa população. Sendo essas, preparações de fácil acesso devido a matéria prima de baixo custo.
Leal et al., 2015	Estudo transversal de base populacional.	Amostra baseada em 556 crianças entre 2-5 anos.	Avaliar o padrão alimentar de pré-escolares na área urbana do Rio Grande do Sul.	Demonstrou no estudo baixo consumo de verduras e legumes enquanto produtos gordurosos e açucarados apresentaram consumo excessivo. Caracterizando em uma dieta hipercalórica e pobre em nutrientes.
Dodd, 2020	A abordagem do estudo transversal foi de métodos mistos.	Uma amostra de estudantes universitários ($N = 16$; 9 mulheres; $Midade = 21,44$).	Analisar como a ressonância magnética funcional pode agir no comportamento nutricional.	A visualização de imagens pessoais dos alimentos ativou regiões do cérebro que podem auxiliar em um monitoramento dietético, como os responsáveis pela memória, emoção mediadora, imaginação e funções executivas.
Cruz, 2021	Abordagem de fenômenos da natureza e sociedade.	Pesquisa foi direcionada a 3 restaurantes regionais que tem foco em "cozinha afetiva"	A tese busca compreender a influência da memória afetiva na experiência gastronômica em restaurantes regionais da população e turistas.	Obteve como resultado a prevalência de vivências na infância, relatando participação de avós. Os clientes consistiam em 46% mulheres, 53% homens e 1% não declarado.
Ishizaka, 2019	Qualitativa de natureza aplicada.	Participantes foram cozinheiros profissionais	Esse estudo tem como base confirmar ou refutar a influência da memória afetiva nas escolhas profissionais de cozinheiros.	Confirmou-se que a memória afetiva ligada ao paladar, está diretamente ligada ao êxito profissional.

Fonte: Autores (2023).

4. Considerações Finais

Esse trabalho permitiu compreender que os sentidos mais estimulados pelo alimento (olfato e paladar) têm forte ligação sentimental, pois são conectados ao centro da memória de longo prazo conhecida como hipocampo. O conjunto de lembranças produz memórias tendo como base o afeto, uma vez que o ser humano foca naquilo que lhe gera prazer.

Para alcançar esses resultados, a pesquisa foi feita em tópicos sobre os fatores que contribuem na formação do hábito alimentar, dados apresentados confirmam que a presença principalmente materna, cultura e recordações afetivas influenciam nas escolhas alimentares

Foi comprovado que os hábitos alimentares dos responsáveis possuem grandes impactos nas escolhas de alimentos das crianças. Trazendo esse comportamento como um fator educador dentro de casa, pois sabe-se que o que é fornecido como refeição na mesa em família, servirá como base para os próximos passos nas normas de alimentação infantil que ainda está em desenvolvimento.

No processo de educação alimentar e nutricional feita na introdução alimentar, é essencial dar exemplos saudáveis nas refeições, como por exemplo os pais consumirem produtos in natura ou minimamente processados, ter o exercício diário da alimentação coletiva ao lado de quem ama, entre outros. Refeições ao lado de pessoas importantes resultam em memórias afetivas e preferências alimentares baseadas nas vivências individuais que irão permanecer por toda a jornada de vida.

A cultura é valiosa nesse ponto, pois vai trazer uma identidade a essa população que vai caracterizar o padrão alimentar fomentado pela ligação com a comida e o desenvolvimento como pessoa. Portanto, é de suma importância a criação de lembranças boas e saudáveis compartilhadas para que o padrão de vida seja harmônico, tanto na questão clínica quanto a psicológica.

Com isso, o assunto abordado é relevante para a amplificação de uma população saudável e previne possíveis problemáticas que envolvam esse fator, portanto, merece ser evidenciado no universo dos pais e responsáveis a importância da construção de hábitos adequados e memórias afetivas positivas. Por fim, se faz necessário ainda mais estudos sobre a temática, para que possa ser esclarecido novas informações sobre a relação entre comida afetiva e formação do padrão alimentar.

Referências

- Aparici, E. Z. (2007). *Aprender a comer: procesos de socialización* (Tese de doutorado). Universitat de Barcelona, Barcelona, Espanha.
- Barbalho, E. V., Pinto, F. J. M., Silva, F. R., Sampaio, R. M. M. & Dantas, D. S. G. (2020). Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares. *Cad Saúde Colet.* 28(1), 1-12. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028010181>
- Canesqui, A. M. (2005). Olhares antropológicos sobre a alimentação: Comentários sobre os estudos antropológicos da alimentação. Rio de Janeiro: FIOCRUZ.
- Carvalho, C. A., Fonseca, P. C. A., Nobre, L. N., Silva, M. A., Pessoa, M. C., Ribeiro, A. Q., Priore, S. E., & Franceschini, S. (2020). Fatores associados aos padrões alimentares no segundo semestre de vida. *Ciência & Saúde Coletiva.* 25(2), 1-12. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020252.12982018>
- Castanheira, S., & Ferreira, P. (org.). (2016). *A redução das assimétricas sociais no acesso à alimentação e à saúde: políticas e práticas*. Portugal, Legis Editora, 2016. Disponível em: https://www.fpce.up.pt/ciie/sites/default/files/PISP_EEA1_simmetry.pdf
- Pais, S. C. & Ferreira, P. (2016). *A redução das assimétricas sociais no acesso à alimentação e à saúde: Políticas e Práticas*. Ed. Mais Leitura.
- Coelho, H.M., & Pires, A. P. (2014). Relações familiares e comportamento alimentar. *Psicologia: Teoria e Pesquisa.* 30(1), 45-52. <https://www.scielo.br/j/ptp/a/S64cKkcsZxnKbstSCRf5NzC/?lang=pt>
- Cruz, R. A. (2021). *Memória afetiva alimentar: avaliação das experiências e sua relação com a perspectiva de moradores e turistas* (Tese de doutorado). Universidade do Vale do Itajaí, Balneário Camboriú, SC.
- Cruz, S. T., Palma, S. W., Kirsten, V. R., Chagas, P., & Dallepiane, L. B. (2019). Comida à mesa: afeto, memória e história saborizada de idosas descendentes de italianos. *RBCEH.* 16(3),35-46. <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/7703/114115450>
- Dodd, S. L., Long, J. D., Hou, J., Kahathuduwa, C. N., & Wo'Boyle, M. abreviado. (2020). Brain activation and affective judgments in response to personal dietary images. *ScienceDirect.* 148(1). <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104561>

- Fernandes, F. M. B., & Moreira, M. R. (2013). Considerações metodológicas sobre as possibilidades de aplicação da técnica de observação participante na Saúde Coletiva. *Physis*. 23(2), 511-529. <https://www.scielo.br/j/physis/a/xPxyWfgpxy9Dq6kqg6knnRc/abstract/?lang=pt#%20>
- França, C. L., Biagini, M., Mudesto, A. P. L., & Alves, E. D. (2012). Contribuições da psicologia e da nutrição para mudança de comportamento alimentar. *Estudos de psicologia*. 17(2), 337-345. <https://www.scielo.br/j/epsic/a/rTfZMqP9HwXxBhjdFkwBmBC/abstract/?lang=pt>
- Geraldo, A. P. G. (2010). *Avaliação de estratégias de comunicação e da memória visual na embalagem de alimentos processados dirigidos ao público infantil* (Dissertação para mestrado). Universidade de São Paulo Faculdade de Saúde Pública, São Paulo, SP.
- Goffman, E. (1891). *Estigma: Notas sobre a manipulação da identidade deteriorada* (4a ed.,). LTC.
- Ishizaka, M. L. (2019). *Influência da memória gustativa na formação do cozinheiro profissional* (Artigo de curso superior). Instituto Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC.
- Jansen, P. W., Barse, L. M., Jaddoe, V. W., Verhulst, F. C., Franco, O. H., & Tiemeier, H. (2017). Bi-directional associations between child fussy eating and parents' pressure to eat. *Physiol Behav*. 176, 101-106. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28215424/>
- Jansen, E., Williams, K. E., Malan, K. M., Nicholson, J. M., & Daniels, L. A. (2016). The feeding practices and structure questionnaire (FPSQ-28): Uma versão parcimoniosa validada para uso longitudinal de 2 a 5 anos. *ScienceDirect*. 1(100), 172-180. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666316300666?via%3Dihub>
- Leal, C. K., Schneider, B. C., França, G. V. A., Gigante, D. P., Santos, I., & Assunção, M. C. F. (2015). Qualidade da dieta de pré-escolares de 2 a 5 anos residentes na área urbana de Pelotas, Brasil. *Rev Paul Pediatr*. 33(3), 310-317. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26122208/>
- Lima, R. S., Ferreira, N., Ambrósio, J., & Pereira, R. C. (2015). Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. *Artigos de Tema Livre/ Free Themed Articles*. 10(3), 507-522. <https://web.s.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=3&sid=c1a12854-69ce-4054-b13a-f1d67ed4fa2c%40redis&data=Jmxhbm9cHQYnImc2l0ZT1lIG9zdC1saXZl#db=asn&AN=110624952>
- Lopes, L., & Costa, H. (2022). *Fatores que influenciam nas escolhas alimentares de estudantes de Nutrição* (Trabalho de Conclusão de Curso). Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, MG.
- Massarani, F. A., Cunha, D. B., Muraro, A. P., Souza, B. S. N., Sichieri, R., & Yokoo, E. M. (2015). Agregação familiar e padrões alimentares na população brasileira. *Cad Saúde Pública*. 31(12), 2535-2545. <https://www.scielo.br/j/csp/a/JdCfpBRZ4cS5MGDJHzyQDj/?lang=pt#>
- Matos, M. I. S. (2019). Temperados com lágrimas e saudades: Sabores, memórias e tradições entre portugueses. *Anuac*. 2(1), 141-146. <https://doi.org/10.4013/rlah.v8i22.1060>
- Moreira, S. A. (2010). Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. *Ciência e cultura*. 62(4). http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252010000400009
- Neves, R. F. F. (2018). *Comida e afeto: os doces que povoam as memórias cearenses* (Trabalho de Conclusão de Curso). Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, CE.
- Oliveira, T. S. (2013). Alimentação, identidade e memórias práticas alimentares cabo-verdianas num contexto migratório. *Revista Habitus*. 11(1), 19-351. <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/habitus/article/view/2845>
- Pelegrin, R. C. P. (2008). *O cuidado com a alimentação de crianças menores de um ano na perspectiva materna* (Dissertação de mestrado). Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, SP.
- Pereira, M. M., & Lang, R. M. F. (2014). Influência do ambiente familiar no desenvolvimento do comportamento alimentar. *Revista Uningá*. 41(1), 3. <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/1175/797>
- Piasetzki, C. T. R., Boff, E. T. O., & Battisti, I. D. E. (2020). Influência da família na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância. *Revista Contexto & Saúde*. 20(41). <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/view/11091>
- Ramos, D. C., & Coelho, T. C. B. (2017). Representação social de mães sobre alimentação e uso de estimulantes do apetite em crianças: Satisfação, normalidade e poder. *Physis*. 27(2), 233-254. <https://www.scielo.br/j/physis/a/whbgNNjdhy4y4hXsdhZyqp/abstract/?lang=pt>
- Romanelli, G. (2006). O significado da alimentação na família: uma visão antropológica. *Medicina*. 39(3), 333-339. <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/388>
- Rosaneli, C. F. (2016). *Contextos, conflitos e escolhas em alimentação e bioética*. Curitiba, PR: PUCPRESS.
- Rossi, A., Moreira, E. A. M., & Rauen, M. S. (2008). Determinantes do comportamento alimentar. *Revista de nutrição*. 21(6), 739-748. <https://www.scielo.br/j/rn/a/pWWHhNC8CCD7yT4pbxPvK3L/abstract/?lang=pt>
- Rother, E. T. (2007). Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta paul. enferm*. 20(2). <https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZAZ4GwYV6FR7S9FHTByr/>
- Russel, C. G., Worsley, A., & Campbell, K. J. (2015). Estratégias usadas pelos pais para influenciar as preferências alimentares dos filhos. *ScienceDirect*. 90, 123-130. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S019566631500094X?via%3Dihub>
- Santana, P. S., & Alves, T. C. H. S. (2022). Consequências da seletividade alimentar para o estado nutricional na infância: uma revisão narrativa. *Research, Society and Development*. 11(1). <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i1.25248>
- Santos, K. F., Coelho, L. V., Romano, M. C. C. (2020). Comportamento dos pais e comportamento alimentar da criança. *Revista Cuidarte*. 11(3). http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2216-09732020000300403&script=sci_abstract&tlng=pt

Silva, N. C. (2014). Culinária e Alimentação em Gilberto Freyre: Raça, Identidade e Modernidade. *Latin American Research Review*. 49, 3-221. DOI: 10.1353/lar.2014.0047

Steinsbekk, S., Blesky, J., & Wichstrom, L. (2016). Alimentação dos pais e alimentação infantil: uma investigação dos efeitos recíprocos. *Child Development*. 87(5), 1538-1549. <https://srcd.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/cdev.12546>

Vaz, D. S. S., & Bennemann, R. M. (2014). Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão. *Revista UNINGÁ*. 20(1), 5. <https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/1557>

Woortmann, E. F. (2013). A comida como linguagem. *Revista Habitus*. 11(1), 5-17. <https://doi.org/10.18224/hab.v11.1.2013.5-17>