

IMPACTOS NEGATIVOS DO CONSUMO EXCESSIVO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS NA INFÂNCIA

Congresso Online de Integração e Atenção em Saúde, 1ª edição, de 25/08/2021 a 27/08/2021

ISBN dos Anais: 978-65-89908-77-7

OLIVEIRA; Joanna Aline Aguiar de ¹, SILVA; Luciana Maria da ², OLIVEIRA; Lilian de Lucena ³

RESUMO

Introdução: Os hábitos alimentares da população vêm nos últimos anos passando por alterações, sobretudo pela troca de alimentos in natura por alimentos ultraprocessados e processados. Os alimentos ultraprocessados são constituídos por alimentos que contém muitos ingredientes e maior parte desses ingredientes são artificiais, buscando durabilidade e fortes apelações por representar um alimento pronto para consumo, sendo oferecido precocemente cada vez mais na alimentação infantil. **Objetivo:** Compreender os impactos negativos do consumo excessivo de alimentos ultraprocessados na infância. **Metodologia:** Realizou-se uma pesquisa bibliográfica a partir de artigos científicos e teses na base de dados de *SciELO*, *Brazilian Journal of Development*, publicados nos anos de 2018 e 2020, no idioma de português. **Resultados:** Estudos vêm demonstrando que alimentos ultraprocessados apresentam maior densidade energética e alto teor de açúcar. Vários fatores como grupo social e renda familiar podem interferir nas escolhas alimentares do público infantil, podendo apresentar efeitos negativos, tais como as doenças crônicas não transmissíveis, sobrepeso e obesidade. O déficit nutricional resultante de alimentação inadequada pode gerar prejuízos imediatamente, que aumentam o índice de morbimortalidade infantil, atraso escolar, retardo no crescimento, além de possibilidade para o desenvolvimento de doenças crônico-degenerativas na idade adulta. **Conclusão:** As práticas alimentares na infância é composta de alimentos fortemente atraentes no que diz respeito à aparência, sabor, cheiro e cor. Tornando-se produtos com baixo valor nutritivo e danoso ao organismo. Os primeiros anos de vida são indispensáveis para o estímulo de hábitos alimentares saudáveis com introdução de uma dieta saudável rica em macro nutrientes e micronutrientes que são essenciais para o desenvolvimento físico e psicológico.

PALAVRAS-CHAVE: Alimentos Ultraprocessados, Estado Nutricional, Nutrição Infantil

¹ Faculdade Mauricio de Nassau, joanna15oliveira@hotmail.com

² Faculdade Mauricio de Nassau, luciana_silvape@hotmail.com

³ Faculdade Mauricio de Nassau, lilianlucena22@hotmail.com