UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE
UNIDADE ACADÊMICA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

KAYLANE PEREIRA DOS SANTOS

INFLUÊNCIA DA FORMAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES INFANTIS NA EFETIVIDADE E ACEITABILIDADE DE CARDÁPIOS ESCOLARES: Uma revisão de literatura

Cuité
2026

KAYLANE PEREIRA DOS SANTOS

INFLUÊNCIA DA FORMAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES INFANTIS NA EFETIVIDADE E ACEITABILIDADE DE CARDÁPIOS ESCOLARES: Uma revisão de literatura

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Unidade Acadêmica de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito obrigatório para obtenção de título de Bacharel em Nutrição

Orientadora: Prof.ª Dra. Natália Dantas de Oliveira

Cuité

2026

Universidade Federal de Campina Grande - UFCG
Sistema de Bibliotecas - SISTEMOTECA
Catalogação de Publicação na Fonte. UFCG - Biblioteca Central

S237i Santos, Kaylane Pereira dos.

Influência da formação dos hábitos alimentares infantis na efetividade e aceitabilidade de cardápios escolares: uma revisão de literatura / Kaylane Pereira dos Santos. – 2026.

37 f. : il.

Monografia (bacharelado em Nutrição) – Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, 2026.

"Orientação: Profa. Dra. Natália Dantas de Oliveira".

Referências.

1. Hábitos Alimentares - Nutrição. 2. Alimentação Escolar. 3. PNAE. 4. Aceitação de Refeições. 5. Desperdício Alimentar. I. Oliveira, Natália Dantas de. II. Título.

UFCG/BC CDU 612.3(04)

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECÁRIA ITAPUANA SOARES DIAS GONÇALVES CRB-15/93

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
UNIDADE ACADEMICA DE NUTRICAO-CES
Sítio Olho D'água da Bica, Acesso Professora Maria Anita Furtado Coelho - Bairro Zona Rural, Cuité/PB, CEP 58175-000
E-mail: uanutri.ces@setor.ufcg.edu.br
Telefone: (83) 3372-51937

REGISTRO DE PRESENÇA E ASSINATURAS

ATA DA DEFESA PARA TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

Aos 28 dias do mês de julho, do ano de 2026, às 08:30 horas, na modalidade (online), com a presença das professoras participantes da banca examinadora abaixo discriminada, realizou-se a defesa do Trabalho de Conclusão de Curso, intitulado **"INFLUÊNCIA DA FORMAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES INFANTIS NA EFETIVIDADE E ACEITABILIDADE DE CARDÁPIOS ESCOLARES: Uma revisão de literatura"**, desenvolvido pela aluna Kaylane Pereira dos Santos, regularmente matriculado no componente curricular TCC, orientado pelo(a) professor(a) Natália Dantas de Oliveira. O período da defesa transcorreu em conformidade com as normas estabelecidas pela resolução de TCC. O aluno utilizou 13 minutos para a apresentação do seu TCC. Após a avaliação, definiu-se que o (a) aluno (a) foi considerado (a): (X) APROVADO ou ( ) REPROVADO.

Eu, Professor(a)-Orientador(a), lavrei a presente Ata que segue assinada por mim e pelos demais membros da banca examinadora.

Assim, dou fé.

Natália Dantas de Oliveira

(Orientadora)

BANCA EXAMINADORA:

1º MEMBRO: Prof. Dra. Vanessa Bordin Viera

2º MEMBRO: Nutricionista Andreza Agda Dantas da Silva

gov.br Documento assinado digitalmente
ANDREZA AGDA DANTAS SILVA
Data: 29/07/2026 17:14:11-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Documento assinado eletronicamente por **VANESSA BORDIN VIERA**, **PROFESSOR(A) DO MAGISTERIO SUPERIOR**, em 28/07/2026, às 09:44, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 8º, caput, da Portaria SEI nº 002, de 25 de outubro de 2018.

Documento assinado eletronicamente por **NATALIA DANTAS DE OLIVEIRA**, **PROFESSOR(A) DO MAGISTERIO SUPERIOR**, em 28/07/2026, às 14:56, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 8º, caput, da Portaria SEI nº 002, de 25 de outubro de 2018.

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufcg.edu.br/autenticidade, informando o código verificador **6703929** e o código CRC **44A05CEB**.

“A Deus, por me conceder força, sabedoria e perseverança para superar cada desafio ao longo desta caminhada. À Nossa Senhora, por sua constante intercessão, proteção e amparo, guiando meus passos com amor, fé e esperança em todos os momentos. À minha mãe, por seu amor incondicional, apoio, dedicação e por sempre acreditar em mim, sendo meu maior exemplo de força e inspiração.”

Dedico.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a Deus, autor da minha vida e da minha história. Obrigada por nunca me desamparar, por me conceder força quando pensei em desistir, sabedoria para enfrentar cada desafio e coragem para seguir em frente, mesmo nos momentos de incerteza. Em todos os instantes, senti sua presença conduzindo meus passos e renovando minha esperança. A Ti entrego esta conquista, pois sei que sem a Tua vontade nada disso seria possível.

À Nossa Senhora, minha Mãe e intercessora, agradeço por me acolher sob seu manto, por interceder por mim e por fortalecer minha fé nos dias mais difíceis. Em muitos momentos encontrei conforto na oração e a certeza de que nunca caminhei sozinha. Sua proteção e seu amor me sustentaram ao longo desta jornada.

À minha mãe, deixo o meu mais profundo e eterno agradecimento. Obrigada por ser meu porto seguro, meu exemplo de força, coragem e amor incondicional. Obrigada por cada renúncia, por cada palavra de incentivo, por acreditar em mim até quando eu mesma duvidei da minha capacidade. Seu cuidado, suas orações e seu apoio foram essenciais para que eu chegasse até aqui. Esta conquista é tão sua quanto minha, pois foi construída sobre o alicerce do seu amor e dos seus ensinamentos. Tenho orgulho de ser sua filha e espero que este trabalho represente uma pequena forma de retribuir tudo o que você fez e continua fazendo por mim.

Ao meu namorado, expresso minha mais sincera gratidão por ter sido meu lar e meu porto seguro durante toda essa caminhada. Obrigada por estar ao meu lado em cada etapa, por acolher minhas angústias, celebrar minhas conquistas e me fortalecer nos momentos em que o cansaço e as dúvidas pareciam maiores do que eu. Seu amor, sua paciência, seu cuidado e seu incentivo constante foram essenciais para que eu seguisse firme em busca deste sonho. Sou profundamente grata por ter encontrado em você um companheiro que caminhou comigo, acreditou em mim e transformou os dias mais difíceis em dias de esperança. Esta conquista também carrega um pouco de você.

Às minhas vizinhas, que Deus colocou em minha vida como verdadeiros presentes, meu sincero agradecimento. Vocês foram muito mais do que vizinhas; foram refúgio, acolhimento e conforto nos dias em que o cansaço, a ansiedade e as dificuldades pareciam maiores que minhas forças. Obrigada por cada conversa, por cada oração, pelo carinho, pelas palavras de incentivo e por me lembrarem que eu era capaz de vencer essa etapa. Levarei para sempre comigo o amor e a generosidade que recebi de vocês.

À minha orientadora, expresso minha profunda gratidão pela confiança depositada em mim, pela paciência, disponibilidade e por compartilhar seus conhecimentos com tanta dedicação. Muito obrigada por cada orientação, correção, incentivo e ensinamento. Sua contribuição foi fundamental para a construção deste trabalho e para o meu crescimento acadêmico, profissional e pessoal.

Aos meus familiares, amigos e a todas as pessoas que estiveram presentes nesta caminhada, meu muito obrigada. Cada palavra de incentivo, cada gesto de carinho, cada oração e cada demonstração de confiança fizeram diferença nos momentos em que mais precisei. Saber que havia pessoas torcendo por mim tornou essa jornada mais leve e me deu ainda mais motivos para seguir em frente.

Por fim, agradeço a todos que, de maneira direta ou indireta, fizeram parte desta trajetória. Cada desafio enfrentado, cada aprendizado adquirido e cada pessoa que cruzou o meu caminho contribuíram para que eu me tornasse não apenas uma profissional mais preparada, mas também um ser humano mais forte, resiliente e grato. Levarei comigo, para sempre, a certeza de que nenhuma conquista é construída sozinha. Este trabalho representa muito mais do que a conclusão de uma etapa acadêmica; representa a realização de um sonho sustentado pela fé, pelo amor e pelo apoio de pessoas que nunca deixaram de acreditar em mim.

A todos, a minha eterna gratidão.

“Para que todos vejam, e saibam, e considerem, e juntamente entendam que a mão do Senhor fez isso”

(Isaías 41:20)

SANTOS, K. P. **Influência da formação dos hábitos alimentares infantis na efetividade e aceitabilidade de cardápios escolares: Uma revisão de literatura.** 37 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2026.

RESUMO

A alimentação escolar constitui uma importante estratégia de promoção da saúde, da segurança alimentar e da formação de hábitos alimentares saudáveis entre crianças e adolescentes, sendo operacionalizada no Brasil por meio do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Entretanto, a baixa aceitação das refeições oferecidas nas escolas compromete a efetividade do programa e contribui para o aumento do desperdício alimentar. Nesse contexto, este estudo teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão integrativa da literatura, a influência da formação dos hábitos alimentares infantis na efetividade e na aceitabilidade dos cardápios escolares. A busca foi realizada nas bases de dados PubMed, SciELO e Google Scholar, utilizando descritores relacionados aos hábitos alimentares, alimentação escolar, PNAE, aceitação alimentar, ambiente familiar e desperdício alimentar. Foram incluídos estudos publicados entre 2020 e 2025 que abordavam a temática proposta. A análise dos estudos evidenciou que a formação dos hábitos alimentares ocorre principalmente no ambiente familiar, sendo influenciada pelas práticas alimentares dos responsáveis, pela oferta de alimentos e pelo contexto sociocultural. Observou-se que crianças com maior exposição a alimentos in natura e refeições em família apresentaram maior aceitação da alimentação escolar, enquanto o consumo frequente de alimentos ultraprocessados esteve associado à menor aceitabilidade dos cardápios oferecidos nas escolas. Também foram identificadas lacunas na literatura quanto à associação direta entre os hábitos alimentares infantis e a efetividade da alimentação escolar, bem como à participação da família em estratégias de promoção da alimentação saudável. Conclui-se que a formação de hábitos alimentares saudáveis desde a infância exerce influência significativa sobre a aceitação das refeições escolares, reforçando a necessidade de ações integradas entre família, escola e políticas públicas de Educação Alimentar e Nutricional para fortalecer o PNAE, favorecer a adesão às refeições oferecidas e reduzir o desperdício alimentar.

Palavras-chaves: hábitos alimentares; alimentação escolar; PNAE; aceitação de refeições; desperdício alimentar.

SANTOS, K. P. **Influence of the Formation of Children's Eating Habits on the Effectiveness and Acceptability of School Menus: A Literature Review.** 37 p. Undergraduate Thesis (Bachelor's Degree in Nutrition) – Federal University of Campina Grande, Cuité, 2026.

ABSTRACT

School feeding is an important strategy for promoting health, food and nutrition security, and the development of healthy eating habits among children and adolescents. In Brazil, this policy is implemented through the National School Feeding Program (Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE). However, the low acceptance of school meals compromises the program's effectiveness and contributes to increased food waste. In this context, this study aimed to analyze, through an integrative literature review, the influence of children's eating habit formation on the effectiveness and acceptability of school menus. The literature search was conducted in the PubMed, SciELO, and Google Scholar databases using descriptors related to eating habits, school feeding, the National School Feeding Program (PNAE), food acceptability, family environment, and food waste. Studies published between 2020 and 2025 addressing the proposed topic were included. The findings showed that children's eating habits are primarily formed within the family environment and are influenced by parental feeding practices, food availability, and the sociocultural context. Children with greater exposure to fresh and minimally processed foods and regular family meals showed higher acceptance of school meals, whereas frequent consumption of ultra-processed foods was associated with lower acceptance of school menus. The review also identified gaps in the literature regarding the direct association between children's eating habits and the effectiveness of school feeding programs, as well as the role of family participation in promoting healthy eating. It is concluded that the development of healthy eating habits during childhood significantly influences the acceptance of school meals, highlighting the need for integrated actions involving families, schools, and Food and Nutrition Education policies to strengthen the National School Feeding Program, improve adherence to school meals, and reduce food waste.

Keywords: eating habits; school feeding; PNAE; meal acceptance; food waste.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Fluxograma de levantamento e seleção das publicações. 18

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Síntese dos artigos incluídos na revisão integrativa sobre hábitos alimentares infantis e alimentação escolar. 20

LISTA DE ABREVIAÇÕES E SIGLAS

AUP – Alimentos Ultraprocessados

DCNT – Doenças Crônicas Não Transmissíveis

EAN – Educação Alimentar e Nutricional

EJA – Educação de Jovens e Adultos

IMC – Índice de Massa Corporal

NOVA – Sistema de Classificação dos Alimentos segundo o Grau de Processamento

PNAE – Programa Nacional de Alimentação Escolar

R24h – Recordatório Alimentar de 24 horas

SISVAN – Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional

TACO – Tabela Brasileira de Composição de Alimentos

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO **9**

2 OBJETIVOS **10**

2.1 OBJETIVO GERAL 10

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS 10

3 REFERENCIAL TEÓRICO **11**

3.1 Alimentação na infância: importância e formação de hábitos 11

3.2 Impacto do consumo de alimentos ultraprocessados na infância 12

3.3 Papel da família e do ambiente doméstico nos hábitos alimentares 13

3.4 Alimentação escolar no Brasil e o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) 14

3.5 Aceitação e desperdício alimentar no ambiente escolar 15

3.6 Relação entre hábitos alimentares infantis e efetividade dos cardápios escolares 15

4 MATERIAL E MÉTODOS **16**

4.1 TIPO DE ESTUDO 16

4.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO 16

4.3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS 17

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES **17**

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS **27**

REFERÊNCIAS **28**

1 INTRODUÇÃO

A alimentação desempenha papel central na promoção da saúde, prevenção de doenças e formação de hábitos que se estendem por toda a vida. Durante a infância, etapa marcada por intensas transformações físicas e cognitivas, a oferta de uma alimentação equilibrada é fundamental não apenas para atender às necessidades nutricionais, mas também para consolidar escolhas alimentares que poderão se perpetuar até a vida adulta (SOUZA; FERREIRA, 2022). Nesse contexto, de acordo com SANTOS (2025), a escola surge como um ambiente estratégico para a implementação de práticas de educação alimentar e nutricional, já que é um espaço de socialização e aprendizagem.

No Brasil, destaca-se o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), uma das maiores políticas públicas de segurança alimentar do mundo, que garante refeições nutricionalmente adequadas a milhões de estudantes da rede pública. O PNAE, além de suprir parte das necessidades nutricionais diárias, tem como objetivo promover hábitos alimentares saudáveis desde a infância e valorizar a produção local de alimentos (BRASIL, 2021). No entanto, embora os cardápios sejam planejados por nutricionistas de acordo com diretrizes técnicas e nutricionais, observa-se que a aceitação das refeições nem sempre é satisfatória, resultando em índices expressivos de desperdício alimentar (VIEIRA et al., 2021).

Pesquisas indicam que a aceitação ou rejeição das preparações escolares não depende apenas da qualidade nutricional do cardápio, mas também dos hábitos alimentares previamente construídos no ambiente familiar. Crianças que consomem regularmente alimentos ultraprocessados, ricos em sal, açúcar e gorduras, tendem a rejeitar alimentos in natura ou minimamente processados oferecidos na escola, por não estarem habituadas a esses sabores e texturas (PEREIRA et al., 2020; LIMA et al., 2024). Essa divergência entre alimentação doméstica e escolar compromete tanto a adesão às refeições do PNAE quanto sua função educativa, além de potencializar o desperdício alimentar (PEREIRA et al., 2020; LIMA et al., 2024).

Compreender a influência dos hábitos alimentares familiares sobre a aceitação dos cardápios escolares é fundamental para o fortalecimento das estratégias de educação alimentar e nutricional. Essa compreensão permite planejar intervenções mais eficazes, que integrem escola, família e comunidade, garantindo maior efetividade ao programa e contribuindo para a formação de hábitos alimentares saudáveis (PEREIRA et al., 2020; VIEIRA et al., 2021).

Assim, a partir do exposto, o presente estudo tem como objetivo geral investigar a influência dos hábitos alimentares infantis, adquiridos no ambiente familiar, sobre a aceitação e a efetividade dos cardápios escolares em uma escola pública.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Investigar como os hábitos alimentares infantis influenciam a aceitação e a adesão aos cardápios escolares.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar na literatura científica os principais fatores que influenciam a formação dos hábitos alimentares na infância.
- Analisar o impacto do ambiente familiar nos hábitos alimentares infantis e na aceitação das refeições escolares.
- Investigar, na literatura científica, a relação entre hábitos alimentares infantis e a adesão aos cardápios escolares.
- Verificar fatores associados à rejeição ou baixa aceitação das refeições escolares;
- Sintetizar estratégias descritas na literatura que contribuam para melhorar a aceitação e efetividade dos cardápios escolares.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Alimentação na infância: importância e formação de hábitos

Na amamentação, os nutrientes são fundamentais para o crescimento e desenvolvimento da criança. A introdução alimentar, iniciada por volta do sexto mês de vida, é um processo essencial para a formação dos hábitos alimentares e deve ser conduzida de forma adequada. Os pais e familiares são os principais responsáveis por essa etapa, ainda que possam delegar a função a cuidadores ou instituições como creches (SOUZA; CADETE, 2017; PIASETZKI; BOFF, 2018).

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), recomenda-se que as crianças realizem três refeições principais (café da manhã, almoço e jantar) e uma ou mais refeições intermediárias ao longo do dia. A orientação enfatiza a inclusão de alimentos in natura ou minimamente processados, fontes de carboidratos, proteínas, lipídios, fibras, minerais, vitaminas e cálcio, além da ingestão adequada de água. Nesse contexto, é fundamental que pais, cuidadores e professores recebam orientação sobre alimentação saudável, a fim de conscientizar as crianças de maneira adequada para que tenham melhor qualidade de vida (DREHER et al., 2017).

A formação dos hábitos alimentares é influenciada por fatores genéticos e ambientais, como o tipo de aleitamento nos primeiros meses, a forma de introdução dos alimentos complementares no primeiro ano de vida, experiências positivas ou negativas ao longo da infância, hábitos familiares e condições socioeconômicas (VITOLO, 2008). Durante a fase pré-escolar, as crianças apresentam preferência pelo sabor doce e por alimentos hipercalóricos, reduzindo o consumo de vegetais e carnes, além de mostrarem resistência à aceitação de novos alimentos (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2006).

Maus hábitos alimentares adquiridos nos estágios iniciais da vida podem favorecer o desenvolvimento futuro de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como obesidade, diabetes, hipertensão e disfunções hormonais, que tendem a surgir no início da vida adulta, comprometendo a qualidade de vida (ORNELAS; AISSAMI; SILVA, 2019).

Diante disso, é fundamental estimular o consumo de alimentos que favoreçam o crescimento e o desenvolvimento adequados, prevenindo problemas de saúde na vida adulta (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2006; RIGO et al., 2010; PINEZI; ABOURIHAN, 2011). Esse estímulo pode ser realizado por meio da educação nutricional, que contribui para a conscientização sobre alimentação e nutrição, favorecendo a adoção de práticas alimentares saudáveis (PINEZI; ABOURIHAN, 2011).

3.2 Impacto do consumo de alimentos ultraprocessados na infância

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), os alimentos ultraprocessados são aqueles produzidos industrialmente por meio de várias técnicas e etapas de processamento, aos quais são acrescentados ingredientes destinados a melhorar o sabor ou prolongar o tempo de conservação, mas que, em geral, possuem baixo valor nutricional. Entre os exemplos mais comuns estão refrigerantes, sorvetes, chocolates, guloseimas, cereais matinais e salgadinhos (BRASIL, 2021).

Conforme Raymond (2021), os padrões alimentares de crianças e adolescentes vêm sofrendo mudanças significativas nos últimos anos, influenciados por fatores familiares, sociais, culturais e pelas estratégias de marketing de alimentos. Nesse contexto, grande parte desse público não atinge as recomendações de consumo de alimentos essenciais, substituindo-os por produtos de baixo valor nutricional, ricos em açúcares, sódio e gorduras saturadas. Tal situação constitui uma preocupação para profissionais de saúde, uma vez que o consumo frequente de ultraprocessados se consolida como parte importante da dieta infantil e juvenil, ampliando a exposição aos riscos de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) desde a infância (BESERRA et al., 2020).

3.3 Papel da família e do ambiente doméstico nos hábitos alimentares

A população infantil é influenciada, do ponto de vista psicológico, socioeconômico e cultural, pelo ambiente em que vive, o qual, na maioria das vezes, corresponde ao espaço familiar. Dessa forma, suas atitudes alimentares refletem diretamente as condições desse ambiente. Quando desfavorável, esse contexto pode favorecer condições que contribuem para o desenvolvimento de distúrbios alimentares que, uma vez instalados, podem se manter ao longo da vida (OLIVEIRA et al., 2003).

Os pais desempenham papel central na formação dos hábitos alimentares, pois são responsáveis pela oferta de alimentos às crianças. A frequência com que determinados alimentos são disponibilizados influencia a construção das preferências alimentares, tanto para alimentos saudáveis quanto para os não saudáveis (COOKE, 2007).

Além das escolhas alimentares, a organização das refeições no ambiente doméstico exerce grande influência no comportamento alimentar infantil. Aspectos como o tempo destinado às refeições e a criação de rituais, como comer em família, contribuem para maior consumo de alimentos saudáveis e para a construção de vínculos sociais e emocionais. Em contrapartida, a ausência de rotina alimentar ou a substituição de refeições caseiras por

lanches rápidos e industrializados está associada ao aumento do risco de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes (FREITAS; PRADO, 2019; COSTA et al., 2021).

O contexto social também interfere nas escolhas alimentares. Experiências positivas durante as refeições tendem a estimular a preferência infantil por determinados alimentos, enquanto experiências negativas podem gerar rejeição. Pais que introduzem, no ambiente familiar, conversas sobre nutrição e sobre o valor nutricional dos alimentos contribuem para que seus filhos desenvolvam maior conhecimento sobre alimentação (SCAGLIUSI; MACHADO, 2011).

Dessa forma, o papel da família e do ambiente doméstico é determinante na construção dos hábitos alimentares infantis (VIANA et al., 2019). É fundamental que os familiares possuam conhecimento adequado para oferecerem uma alimentação equilibrada, dentro das condições de acesso da família, garantindo escolhas nutricionais saudáveis e viáveis para o organismo em desenvolvimento da criança (TOLONI et al., 2017).

3.4 Alimentação escolar no Brasil e o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)

Criado na década de 1940, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), inicialmente denominado *Campanha de Merenda Escolar*, consolidou-se como uma das políticas públicas mais antigas do Brasil e uma das maiores iniciativas de alimentação escolar do mundo (GOMES et al., 2021). Trata-se de uma política fundamental para a promoção da saúde, da segurança alimentar e da formação de hábitos alimentares saudáveis entre os estudantes da rede pública de ensino. Desde sua origem, a alimentação escolar foi concebida como um direito social, assegurando refeições adequadas durante o período escolar, sobretudo para crianças em situação de vulnerabilidade (SILVA; SANTOS, 2019).

O marco regulatório mais relevante para essa política ocorreu com a promulgação da Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009, que definiu as diretrizes da alimentação escolar em todo o território nacional. A legislação garante que alunos da educação básica pública incluindo creches, pré-escolas, ensino fundamental, ensino médio e Educação de Jovens e Adultos (EJA) tenham acesso a refeições que atendam suas necessidades nutricionais no período em que permanecem na escola (BRASIL, 2009). Outro aspecto fundamental estabelecido pela lei foi a obrigatoriedade de destinar, no mínimo, 45% dos recursos repassados pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação conforme publicação da lei 15226/2025 à aquisição de gêneros alimentícios provenientes da agricultura familiar, fortalecendo economias locais e promovendo práticas sustentáveis.

Atualmente, o PNAE é reconhecido como uma das maiores iniciativas de alimentação escolar do mundo, atendendo milhões de estudantes diariamente. Suas diretrizes incluem o respeito à cultura alimentar local, a oferta de refeições nutricionalmente equilibradas e a atuação do nutricionista como responsável técnico pelos cardápios (FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO, 2023). Nesse sentido, o programa contribui tanto para a prevenção da desnutrição e do sobrepeso infantil quanto para o apoio ao desenvolvimento infantil, favorecendo o desempenho cognitivo e reduzindo a evasão escolar (SILVA; SANTOS, 2019).

De forma intersetorial, o PNAE ultrapassa a dimensão da alimentação escolar, configurando-se como instrumento de promoção da saúde, fortalecimento da educação e redução das desigualdades sociais. Ao articular aspectos nutricionais, pedagógicos e culturais, o programa amplia seu impacto para além do ambiente escolar, promovendo o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes. Pesquisas indicam que, ao assegurar refeições de qualidade, o PNAE contribui para a formação de hábitos saudáveis, reduz índices de insegurança alimentar e reforça o direito humano à alimentação adequada (MARTINS; MATTOS, 2020; SOUSA et al., 2021). Assim, consolida-se como uma das políticas públicas mais relevantes do país, sendo essencial sua manutenção e aprimoramento contínuo.

3.5 Aceitação e desperdício alimentar no ambiente escolar

A aceitação dos alimentos oferecidos no ambiente escolar é um fator determinante para a efetividade da alimentação escolar, uma vez que a simples oferta de refeições nutricionalmente adequadas não garante o consumo integral pelos estudantes. Diversos elementos influenciam a aceitação, como características sensoriais (sabor, aroma, textura e aparência), fatores culturais, hábitos alimentares formados no ambiente familiar e preferências individuais (PINTO E SILVA et al., 2020).

Quando os cardápios apresentam baixa aceitação, ocorre o aumento do desperdício alimentar, comprometendo tanto os objetivos nutricionais quanto os impactos sociais e econômicos do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Para avaliar a aceitabilidade, o teste de aceitabilidade é um instrumento essencial, pois sua aplicação é simples e permite verificar a preferência média pelos alimentos ofertados (BASAGLIA et al., 2015). O desperdício compromete a sustentabilidade, uma vez que parcela significativa dos alimentos descartados poderia atender às necessidades de pessoas em situação de insegurança alimentar. Além disso, a decomposição de resíduos orgânicos gera impactos ambientais

negativos, como a emissão de gases de efeito estufa e a sobrecarga dos aterros sanitários (ARAÚJO; ROCHA, 2017).

Nesse sentido, a aceitação e o desperdício alimentar estão diretamente relacionados à efetividade do PNAE. Estratégias de educação alimentar e nutricional, quando articuladas à participação ativa dos alunos no planejamento e avaliação das refeições, contribuem para maior engajamento, fortalecem hábitos saudáveis e ampliam a compreensão da importância de escolhas equilibradas (NUNES et al., 2023). Portanto, a integração entre planejamento técnico, sensibilização educacional e envolvimento da comunidade escolar fortalece a sustentabilidade e a eficácia do PNAE, assegurando que seus objetivos de promoção da saúde e de segurança alimentar sejam efetivamente alcançados.

3.6 Relação entre hábitos alimentares infantis e efetividade dos cardápios escolares

Os hábitos alimentares formados na infância exercem forte influência sobre a aceitação e a efetividade dos cardápios escolares. Quando a criança está habituada ao consumo de ultraprocessados, ricos em açúcar, sal e gorduras, a aceitação de alimentos in natura, como frutas, verduras e legumes, tende a ser reduzida. Nesse contexto, MONTEIRO et al. (2019) afirmam que a elevada exposição a ultraprocessados desde a infância compromete a aceitação de alimentos naturais, dificultando a adesão a padrões alimentares saudáveis propostos em programas institucionais.

A escola, por meio do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), busca promover cardápios equilibrados e nutricionalmente adequados. Entretanto, a efetividade do programa depende não apenas da oferta, mas também da receptividade dos estudantes. GABRIEL et al. (2021) destacam que a aceitação das preparações escolares está diretamente associada à familiaridade prévia da criança com os alimentos, evidenciando que o ambiente doméstico exerce influência significativa na adesão às refeições oferecidas.

Outro aspecto relevante é o desperdício alimentar, frequentemente associado à rejeição de itens mais saudáveis. Para SOUZA; CAMPOS (2019), o desperdício nas escolas não está apenas relacionado à qualidade do cardápio, mas também à ausência de hábitos alimentares compatíveis com as propostas nutricionais do PNAE. Assim, a articulação entre família, escola e políticas públicas é essencial para consolidar práticas alimentares que assegurem a efetividade do programa.

Constata-se, portanto, que os hábitos alimentares infantis não apenas influenciam a aceitação dos cardápios, mas também determinam o sucesso das ações de promoção da saúde escolar. A formação de práticas alimentares saudáveis desde cedo, tanto no ambiente familiar

quanto no escolar, constitui fator central para o fortalecimento e a continuidade das iniciativas do PNAE.

4 MATERIAL E MÉTODOS

4.1 TIPO DE ESTUDO

O presente trabalho foi desenvolvido por meio de uma revisão integrativa da literatura com objetivo de identificar e analisar a influência dos hábitos alimentares infantis na efetividade dos cardápios escolares.

A revisão integrativa é uma abordagem metodológica que visa sintetizar e analisar criteriosamente a produção científica existente sobre um determinado tema, permitindo a identificação de lacunas no conhecimento e a proposição de novas direções para pesquisas futuras (Souza *et al.,* 2010).

4.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Como critérios de inclusão, foram considerados artigos científicos disponíveis na íntegra e com acesso gratuito, publicados nacionalmente e internacionalmente, publicados no período de 2020 a 2025. Também foram incluídos estudos que abordassem diretamente a temática dos hábitos alimentares infantis, alimentação escolar, aceitação das refeições e efetividade dos cardápios escolares.

Como critérios de exclusão, foram descartados artigos duplicados nas bases de dados, estudos que não apresentavam relação direta com o tema da pesquisa, bem como resumos simples, capítulos de livros, outros tipos de publicações que não se enquadram como artigos científicos completos.

4.3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A presente revisão foi conduzida de forma sistematizada, com o objetivo de garantir rigor metodológico na seleção e análise dos estudos. Inicialmente, foi definida a temática da pesquisa e elaborada a questão norteadora, que orientou todo o processo de busca e seleção dos artigos. Em seguida, procedeu-se à busca nas bases de dados selecionadas: PubMed, SciELO e Google Scholar.

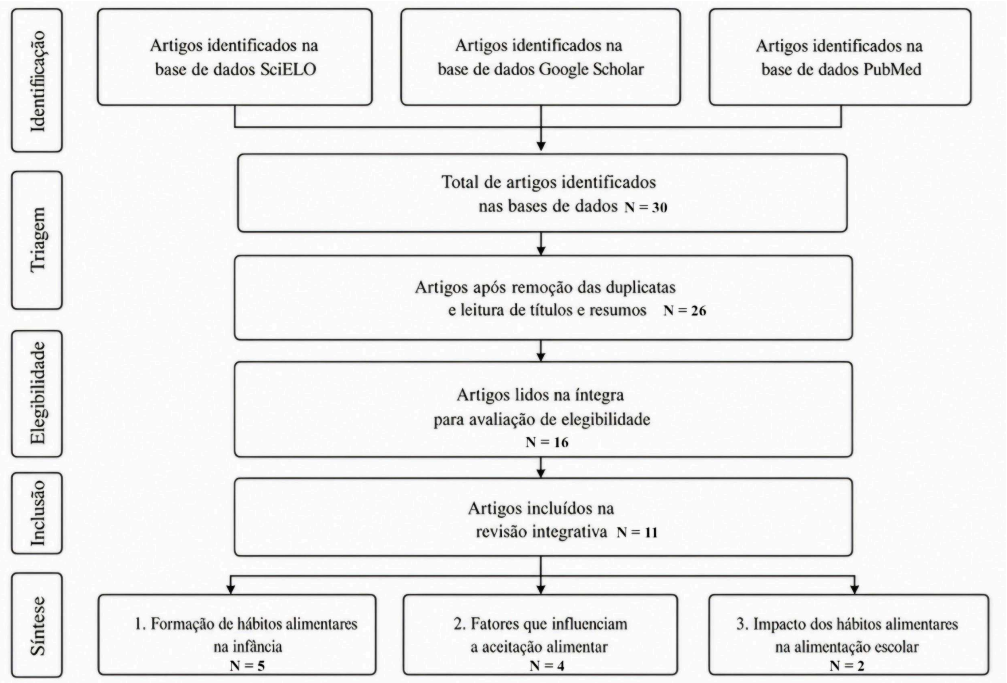
A busca dos estudos foi realizada a partir de descritores relacionados à temática da pesquisa, sendo utilizados os termos: hábitos alimentares, alimentação escolar, PNAE, aceitação alimentar, ambiente familiar, consumo alimentar e desperdício alimentar. Os artigos selecionados foram organizados conforme a aproximação temática dos achados, permitindo a construção de três categorias de análise: formação de hábitos alimentares na infância, fatores que influenciam a aceitação alimentar e impacto dos hábitos alimentares na alimentação escolar. Essa categorização possibilitou compreender, de maneira integrada, como os hábitos

alimentares desenvolvidos no contexto familiar e social influenciam a aceitação das refeições escolares e a efetividade das ações promovidas pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

Após a busca, realizou-se a identificação dos estudos disponíveis, seguida da leitura dos títulos e resumos, com o intuito de selecionar aqueles que apresentavam relação com o tema proposto. Posteriormente, os artigos pré-selecionados foram submetidos à leitura na íntegra, permitindo uma avaliação mais criteriosa quanto à sua relevância e adequação aos critérios de inclusão estabelecidos.

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Figura 1: Fluxograma de levantamento e seleção das publicações.



Fonte: Autoria própria (2026)

Quadro 1: Síntese dos artigos incluídos na revisão integrativa sobre hábitos alimentares infantis e alimentação escolar.

Título, autor (a) e ano	Metodologia	Resultados
Hábitos alimentares de crianças: análise da influência parental. (Nascimento *et al*., 2023)	Estudo observacional transversal, quantitativo e exploratório, realizado online por meio do Google Forms com pais/responsáveis de crianças de 2 a 10 anos. Utilizaram-se os questionários CFPQ e PMAS para avaliar práticas alimentares familiares. Os dados foram analisados no Excel e SPSS 20.0, com testes estatísticos e nível de significância de 5%.	Participaram 53 crianças, com predominância de respostas fornecidas pelas mães (91,8%). Em relação ao estado nutricional, observou-se eutrofia em 59,2% dos pais e em 53% das crianças. No questionário CFPQ, o maior escore médio foi no domínio "orientação para alimentação saudável" (4,17), indicando incentivo dos pais a hábitos saudáveis, enquanto o menor foi em "regulação de emoções/alimento como recompensa" (1,58). No PMAS, o maior valor médio ocorreu em "limite para guloseimas" (2,77), demonstrando imposição de restrições ao consumo de doces, e o menor em "modelo de consumo de guloseimas" (1,60). Não houve associação significativa entre as práticas alimentares parentais e o estado

		nutricional infantil (p>0,05). De forma geral, os resultados mostram práticas positivas de incentivo à alimentação saudável, embora também tenham sido identificadas condutas negativas, como pressão para a criança comer determinados alimentos.
Refeições familiares regulares associadas ao estado nutricional, consumo alimentar e comportamentos sedentários e alimentares de escolares brasileiros e seus cuidadores. (Oliveira *et al.*, 2024)	Estudo transversal, de abrangência nacional, realizado no Brasil com 1.885 crianças de 6 a 11 anos (1º ao 5º ano do ensino fundamental) e seus cuidadores. A coleta ocorreu por questionário online, entre fevereiro e novembro de 2022, com amostragem proporcional às regiões do país e tipo de escola (pública/privada). Foram avaliados dados sociodemográficos, peso e altura autorreferidos, frequência de refeições em família, consumo de alimentos ultraprocessados, diversidade alimentar e comportamentos alimentares/sedentários. Refeições familiares regulares foram definidas como almoço ou jantar com os cuidadores ≥5 vezes por semana. O estado nutricional foi avaliado pelo IMC. As análises utilizaram estatística descritiva, regressão logística multivariada e teste qui-quadrado, com IC95%.	Participaram 1.887 crianças-cuidador, distribuídas entre regiões do Brasil e tipos de escola. A maioria dos cuidadores (86,6%) relatou realizar almoço ou jantar com os filhos cinco ou mais vezes por semana. As crianças consumiram, em média, 3 alimentos ultraprocessados e 5 alimentos naturais no dia anterior; os cuidadores consumiram 4 ultraprocessados e 6 naturais. Observou-se sobrepeso/obesidade em 42,9% das crianças e 62,0% dos cuidadores. Refeições familiares regulares associaram-se a maior diversidade alimentar em crianças e cuidadores, menor chance de IMC inadequado nos cuidadores e maior presença de fatores protetores nas crianças, como IMC saudável combinado à alta diversidade alimentar e menor consumo de ultraprocessados. Também estavam relacionadas a hábitos alimentares mais saudáveis, como comer sem distrações, manter horários regulares, consumir comida caseira e participar do preparo das refeições. Entre cuidadores, associaram-se ainda a menor tempo de tela diário.
Desenvolvimento infantil como elemento intermediário nas políticas públicas de alimentação e nutrição. (Lima *et al*., 2022)	Levantamento bibliográfico das políticas públicas de alimentação e nutrição brasileiras, seguido da análise descritiva-reflexiva acerca de suas nuances frente ao desenvolvimento infantil.	Programas como SISVAN, PNAE, incentivo ao aleitamento materno e suplementação de micronutrientes contribuíram para redução da desnutrição e mortalidade infantil, melhora do crescimento, desenvolvimento cognitivo e formação de hábitos saudáveis. Entretanto, crises econômicas e a pandemia agravaram a insegurança alimentar, reforçando a necessidade de fortalecimento contínuo dessas políticas para promoção do desenvolvimento infantil e redução das desigualdades

		sociais.
Fatores que se interpõem na formação de hábitos alimentares saudáveis na infância e na adolescência. (Saraiva, 2022)	Estudo de caso com abordagem qualitativa, realizado com 25 mães, pais ou responsáveis por crianças e adolescentes de 8 a 13 anos, selecionados entre 50 convidados. A coleta de dados ocorreu por meio de entrevista estruturada com perguntas abertas e fechadas, além de roteiro de observação sobre o consumo alimentar familiar. A análise foi fundamentada nas representações sociais, considerando percepções, valores, crenças e contexto social dos participantes.	A formação de hábitos alimentares saudáveis na infância e adolescência é influenciada principalmente pelo ambiente familiar e pelas condições socioeconômicas. A maioria dos responsáveis reconheceu que os filhos tendem a consumir os mesmos alimentos presentes no lar, evidenciando forte influência parental nas escolhas alimentares. Entre os fatores que dificultam hábitos saudáveis, destacam-se a baixa renda, o alto custo dos alimentos saudáveis, a falta de conhecimento nutricional e a preferência familiar por alimentos industrializados e ultraprocessados. Também foi observada a influência de colegas e da praticidade no consumo de alimentos pouco saudáveis. O estudo concluiu que a educação alimentar e nutricional voltada às famílias é essencial para promover melhores escolhas alimentares e prevenir obesidade e doenças crônicas desde a infância.
Atual cenário brasileiro do consumo e hábitos alimentares e estado nutricional de crianças escolares: um estudo epidemiológico. (Soares e*t al*., 2023)	Trata-se de um estudo epidemiológico retrospectivo, de tipo transversal e abordagem quantitativa, este utilizou dados secundários do Sistema de Informação de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) do Ministério da Saúde do Brasil, coletados entre maio e junho de 2024. A análise incluiu variáveis de consumo alimentar e estado nutricional de crianças de 5 a 10 anos em todos os Estados do Brasil, utilizando dados referentes a 2023. Os dados foram exportados para o Microsoft Excel 2021 e a estatística descritiva apresentada em gráficos. Os dados revelam que o consumo alimentar, hábitos alimentares e estado nutricional de crianças	Os resultados do SISVAN (2023) mostraram que, entre crianças de 5 a 10 anos, os alimentos saudáveis mais consumidos foram feijão e frutas, com frequência acima de 65%, enquanto verduras e legumes apresentaram menor consumo. O Acre registrou os menores indicadores de consumo saudável entre os estados avaliados. Em relação aos alimentos não saudáveis, os ultraprocessados apresentaram maior consumo em todos os estados, superando 90% entre crianças do Amapá, Roraima e Rio de Janeiro. O consumo de hambúrgueres e embutidos foi o menor entre os alimentos não saudáveis. Quanto aos hábitos alimentares, a maioria das crianças realizava ao menos três refeições principais por dia, com destaque para o Maranhão (93%), porém parte significativa ainda fazia refeições assistindo televisão. No estado nutricional, predominou a eutrofia em

	entre 5 e 10 anos no Brasil, refletem a complexidade da transição nutricional que o país atravessa.	todos os estados, mas os maiores índices de sobrepeso, obesidade e obesidade grave foram observados principalmente na região Sul, além de Ceará e Rio Grande do Norte.
Análise quali-quantitativa da alimentação escolar na rede de ensino em um município baiano. (Guimarães, 2020)	Um estudo transversal foi realizado em escolas municipais de Catolândia - BA, com 445 alunos do ensino fundamental. Avaliou-se a aceitação dos alunos com relação aos cardápios da alimentação escolar por meio da aplicação de escala hedônica facial e verbal. A análise quali-quantitativa dos cardápios foi realizada segundo a TACO (2011), Guilherme Franco (2001) e Pinheiro (2008). O Programa Nacional de Alimentação Escolar recomenda o percentual mínimo de 20% das recomendações diárias para alunos devidamente matriculados em escolas públicas em período parcial.	Os resultados encontrados nesta pesquisa revelam que em conteúdo energético as escolas atingiram média de 425,85 kcal±14,23, sendo os carboidratos, os macronutrientes, majoritariamente, responsáveis pelo aporte calórico destas preparações. Quanto aos micronutrientes, os cardápios mostraram-se deficientes em Ca, Mg e Zn. A avaliação da aceitação evidenciou a boa aceitação da alimentação entre os escolares da rede municipal de ensino, a qual contribui para consecução dos objetivos do Programa e, consequentemente, para a melhoria do estado nutricional e rendimento escolar dos discentes.
Frequência, aceitação e consumo da alimentação escolar por escolares do 2º ao 5º ano de Florianópolis: uma avaliação de tendência entre 2013 e 2017. (Santos *et al*., 2024)	Trata-se de um estudo do tipo painel, com dados coletados de estudantes do 2º ao 5º ano, matriculados em rede municipal de ensino nos anos de 2013, 2014, 2015 e 2017. Os tamanhos amostrais foram estimados em 1934 no ano de 2013, 2007 em 2014, 2412 em 2015 e 1050 no ano de 2017. O consumo alimentar, referente ao dia anterior, foi relatado pelos estudantes por meio do Sistema de Monitoramento de Consumo Alimentar e Atividade Física (Web-CAAFE). Esses dados foram utilizados para avaliar a frequência, aceitação da alimentação escolar e analisar a tendência de consumo dos itens que compõem essa alimentação. Para avaliar a tendência da frequência, aceitação e consumo	A frequência semanal do consumo alimentar escolar em cinco dias na semana e a classificação da alimentação escolar como sendo “muito boa”. Foi mais prevalente em todos os anos, porém, observou-se redução destas prevalências ao longo dos anos. Dos itens alimentares, em geral, observou-se redução nas prevalências de consumo de arroz, feijão, carnes e iogurte e aumento das frutas, lanches, sucos e queijos na alimentação escolar. Observou-se um aumento significativo no lanche da manhã de 181% no consumo de frutas, 814,3% de queijos e 169,2% de sucos e redução de 71,2% no consumo de iogurtes. Para o lanche da tarde, observou-se aumento de 116,6% no consumo de frutas, 381,4% no consumo de sucos e redução de 88,4% de iogurtes e 78,3% no consumo de carnes. Conclusão: Alimentos marcadores de alimentação saudável, como arroz, feijão e carnes tiveram seu consumo reduzido

	dos itens alimentares na alimentação escolar foram observados a sobreposição ou não dos intervalos de confiança de 95% (IC 95%) nos anos.	durante os anos e itens como frutas, lanches e sucos tiveram seu consumo aumentado. Sugere-se que os resultados do presente estudo corroboram para o monitoramento da frequência, aceitação e alimentos mais consumidos na alimentação escolar, além de auxiliar na avaliação da Política Nacional de Alimentação Escolar. É necessária a realização de estudos com maior tempo de seguimento para observar se estas tendências permanecem semelhantes para futura atualização das políticas e estratégias de ação que auxiliem na melhora dos hábitos alimentares dos estudantes.
A influência da família e meio social na formação de hábitos alimentares do pré-escolar e escolar. (Teixeira, Araújo e Garcia, 2023)	O estudo consiste em uma revisão narrativa sobre a influência do ambiente familiar e social na formação dos hábitos alimentares de crianças em idade pré-escolar e escolar. Foi realizada uma busca nas bases de dados PubMed e SciELO, bem como em livros e periódicos com os descritores “hábito alimentar”, “padrão alimentar”, “qualidade da alimentação infantil” e “comportamento alimentar”, entre os anos de 2013 e 2023, em português e inglês.	Os principais resultados encontrados foram que a família desempenha um papel central na formação dos padrões alimentares infantis, uma vez que é a principal referência e provedora de alimentos no ambiente doméstico. Além disso, o ambiente social, incluindo cultura, mídia e publicidade, também exerce influência significativa na escolha alimentar. Essas influências podem moldar as preferências alimentares de um indivíduo. Através da pesquisa, concluiu-se que é importante adotar medidas que incentivem a adoção de hábitos alimentares saudáveis desde a infância até a idade escolar, a fim de estabelecer padrões alimentares positivos que perdurem ao longo da vida.
Critérios adotados para a elaboração de cardápios no Programa Nacional de Alimentação Escolar. (Bianchini *et al*., 2020)	Estudo transversal com abordagem qualitativa e quantitativa, realizado em 21 municípios da região Sul do Brasil, selecionados por amostragem probabilística por conglomerados. Participaram nutricionistas responsáveis pelo planejamento da alimentação escolar na rede pública. A coleta de dados ocorreu entre março e novembro de 2015, por meio de entrevistas abertas realizadas nos locais de trabalho. O roteiro	Os resultados mostraram que os nutricionistas utilizavam principalmente as normas do PNAE como base para o planejamento dos cardápios escolares, embora algumas exigências fossem de difícil execução, como cálculo nutricional, testes de aceitabilidade e compra da agricultura familiar. Hábitos alimentares, cultura local e preferências dos estudantes também foram considerados fatores importantes. Para melhorar a aceitação das refeições, destacou-se a participação de professores, cozinheiros e familiares. Os cardápios

	investigou características dos municípios e critérios utilizados na elaboração dos cardápios escolares. Os dados foram analisados por análise de conteúdo com auxílio do software NVivo®, complementada por análise quantitativa da frequência de citações dos critérios mencionados.	priorizavam alimentos naturais, frutas e verduras, com redução de produtos processados, açúcar, gordura e sódio. A sazonalidade e a disponibilidade dos alimentos influenciavam as escolhas, assim como preço, infraestrutura escolar, número de alunos, tempo de permanência na escola e qualificação da equipe de cozinha. Limitações de recursos humanos, logística de entrega e resistência operacional também impactam o planejamento dos cardápios.
Participação de alimentos ultraprocessados na dieta de crianças brasileiras em idade escolar e fatores associados. (Lacerda *et al,.* 2020).	Estudo transversal realizado com crianças entre oito e 12 anos de idade em escolas públicas de uma capital brasileira. Foram investigados dados antropométricos e hábitos alimentares e de estilo de vida. O consumo de AUP foi avaliado por meio de dois recordatórios alimentares de 24 h (R24h) de dias não consecutivos, e o método NOVA foi adotado para classificação dos alimentos. A amostra foi estimada considerando o percentual de valor calórico total proveniente de AUP em estudo semelhante (n=260). Avaliou-se a associação entre as variáveis por meio de modelos de regressão logística simples e múltipla.	O consumo médio de energia foi de 1.992 kcal/dia, sendo 25,2% provenientes dos AUP. Os escolares apresentavam média de 9,8±0,5 anos de idade, 53,4% eram do sexo feminino e 32,6% apresentavam excesso de peso. Os AUP mais consumidos foram massas industrializadas, biscoitos doces, embutidos, achocolatado em pó e refrigerantes. Escolares com hábito de comer em frente à televisão e com excesso de peso tiveram 1,87 (intervalo de confiança de 95% [IC95%] 1,03–3,39) e 2,05 (IC95% 1,01–4,20) vezes mais chances de apresentar maior participação de AUP na dieta, respectivamente.
A percepção dos pais sobre a qualidade nutricional das refeições escolares reflete o ambiente alimentar nas escolas públicas? (Martinelli *et al.,* 2021).	O estudo analisou dados do *New Jersey Child Health Study*, realizado em quatro cidades de baixa renda de Nova Jersey, nos Estados Unidos. Participaram famílias com crianças entre 3 e 18 anos matriculadas em escolas públicas. Os pais responderam entrevistas sobre características socioeconômicas, participação dos filhos na alimentação escolar e percepção da qualidade nutricional das refeições oferecidas pela escola. Paralelamente, foram coletadas	A maioria dos pais considerou a alimentação escolar saudável, porém não foi encontrada associação significativa entre a percepção parental e a qualidade nutricional real dos alimentos oferecidos pelas escolas. A presença de alimentos saudáveis, alimentos não saudáveis, máquinas automáticas e itens *a la carte* não influenciou significativamente a avaliação dos responsáveis. Pais de crianças que participavam da alimentação escolar e pais de crianças negras não hispânicas apresentaram percepções mais positivas, mas essas percepções também não refletiram adequadamente o

	informações sobre o ambiente alimentar escolar, incluindo presença de alimentos saudáveis, alimentos não saudáveis, itens *a la carte* e máquinas automáticas. A amostra final contou com 890 estudantes. Os dados foram analisados por regressão logística ordinal para verificar a relação entre a percepção dos pais e a qualidade real da alimentação escolar.	ambiente alimentar escolar. Os resultados indicam um desalinhamento entre a percepção dos pais e a qualidade nutricional efetiva das refeições escolares.

Fonte: Autoria própria (2026)

Foram incluídos onze estudos que abordaram a influência dos hábitos alimentares infantis e sua relação com a aceitação e efetividade da alimentação escolar. De modo geral, os trabalhos evidenciaram que o comportamento alimentar das crianças é fortemente influenciado pelo ambiente familiar, social e pelas práticas alimentares estabelecidas precocemente.

Observa-se que o ambiente familiar exerce papel central na construção desses hábitos. Estudos como os de Nascimento et al. (2023), Saraiva (2022) e Teixeira, Araújo e Garcia (2023) convergem ao apontar que práticas alimentares parentais, bem como a exposição precoce a determinados alimentos, condicionam preferências e padrões de consumo. Tal aspecto repercute diretamente no ambiente escolar, uma vez que crianças habituadas a alimentos ultraprocessados tendem a apresentar menor aceitação das preparações oferecidas pelo programa de alimentação escolar.

Reforçando essa discussão, Oliveira et al. (2024) demonstraram que a realização de refeições familiares regulares está associada a melhores padrões alimentares e estado nutricional, o que favorece a aceitação da alimentação escolar. Esse achado reforça a hipótese de que a familiaridade com alimentos saudáveis no ambiente doméstico potencializa a adesão aos cardápios escolares, contribuindo para a efetividade das ações do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Lima et al. (2022) ampliam essa compreensão ao destacar a alimentação como elemento essencial no desenvolvimento infantil, evidenciando que hábitos alimentares saudáveis influenciam não apenas o estado nutricional, mas também aspectos comportamentais. Tal relação sugere que a aceitação alimentar no contexto escolar está vinculada a um processo previamente construído, e não apenas às características do alimento ofertado.

Entretanto, o cenário atual descrito por Lacerda et al. (2020) revela elevada participação de alimentos ultraprocessados na dieta de escolares brasileiros, associada ao excesso de peso e a hábitos alimentares inadequados, como o consumo de refeições em frente à televisão. Esses achados demonstram que padrões alimentares estabelecidos no ambiente familiar podem comprometer a aceitação de refeições saudáveis ofertadas no contexto escolar. De maneira semelhante, Soares et al. (2023) identificaram um padrão alimentar marcado pelo elevado consumo de ultraprocessados entre escolares brasileiros, o que contribui para a resistência à aceitação de refeições mais saudáveis.

No âmbito da alimentação escolar, Guimarães (2020) evidencia que, embora os cardápios atendam aos critérios nutricionais estabelecidos, a aceitabilidade permanece como desafio, sendo influenciada por fatores sensoriais, culturais e, sobretudo, pelos hábitos alimentares previamente estabelecidos. De forma complementar, Santos et al. (2024) identificam variações na frequência e aceitação das refeições ao longo do tempo, indicando que mudanças no comportamento alimentar da população escolar impactam diretamente o consumo. Bianchini et al. (2020) ressaltam que a elaboração de cardápios no contexto do PNAE deve transcender os aspectos nutricionais, incorporando dimensões culturais e regionais, a fim de promover maior adesão. Essa perspectiva reforça que a efetividade da alimentação escolar está intrinsecamente ligada à compatibilidade entre o cardápio ofertado e o repertório alimentar dos estudantes.

Além disso, Martinelli et al. (2021) observaram que a percepção dos pais sobre a qualidade nutricional das refeições escolares não refletiu adequadamente a qualidade real dos alimentos ofertados nas escolas. Os autores destacam que, mesmo após melhorias nutricionais implementadas nos programas de alimentação escolar, muitos responsáveis mantinham percepções desalinhadas da realidade alimentar escolar. Tal resultado evidencia a importância da participação familiar e das ações de Educação Alimentar e Nutricional no fortalecimento da confiança e adesão à alimentação escolar, uma vez que a percepção dos responsáveis também pode influenciar a aceitação das refeições pelas crianças.

Diante disso, evidencia-se que a baixa aceitabilidade dos cardápios escolares não pode ser atribuída exclusivamente à qualidade das preparações, mas sim à interação entre fatores comportamentais, sociais e culturais previamente estabelecidos. Assim, a formação dos hábitos alimentares na infância emerge como elemento-chave para o sucesso das políticas públicas de alimentação. Nesse contexto, destaca-se a necessidade de estratégias integradas entre família, escola e ações de Educação Alimentar e Nutricional, visando não apenas a oferta de alimentos saudáveis, mas a construção de hábitos que favoreçam sua aceitação. Tal

articulação mostra-se fundamental para ampliar a efetividade do PNAE e promover a consolidação de práticas alimentares saudáveis desde a infância.

A análise dos estudos incluídos nesta revisão integrativa evidenciou importantes lacunas na literatura acerca da influência dos hábitos alimentares infantis sobre a efetividade da alimentação escolar. Embora os resultados demonstrem que o ambiente familiar exerce papel central na formação dos hábitos alimentares e que esses hábitos repercutem no comportamento alimentar das crianças, ainda permanecem limitadas as evidências que estabeleçam de forma direta a associação entre os hábitos alimentares previamente construídos e a aceitabilidade da alimentação escolar.

Observou-se que grande parte dos estudos analisa separadamente fatores relacionados ao consumo alimentar, qualidade nutricional dos cardápios ou comportamento alimentar infantil, porém poucos investigam como os hábitos alimentares consolidados ao longo da infância influenciam objetivamente a aceitação das refeições ofertadas no ambiente escolar. Essa limitação dificulta compreender em que medida padrões alimentares já estabelecidos, especialmente aqueles marcados pelo consumo frequente de alimentos ultraprocessados, impactam a adesão aos cardápios do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

Outra lacuna identificada refere-se à limitada investigação sobre a participação efetiva da família nas estratégias de promoção da alimentação escolar. Apesar das evidências apontarem forte influência parental na construção dos hábitos alimentares, poucos trabalhos avaliaram intervenções que integrem família, escola e ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN). Nesse contexto, pesquisas futuras poderão desenvolver e avaliar modelos integrados de intervenção que fortaleçam o envolvimento familiar na formação alimentar e promovam maior aceitação das refeições escolares.

Dessa forma, recomenda-se que pesquisas futuras ampliem a investigação sobre a relação entre hábitos alimentares infantis, aceitabilidade alimentar e efetividade da alimentação escolar, utilizando desenhos metodológicos que permitam compreender essas associações de maneira integrada e considerando fatores familiares, comportamentais e socioculturais envolvidos nesse processo.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão integrativa permitiu compreender que os hábitos alimentares adquiridos e desenvolvidos durante a infância exercem influência significativa sobre a aceitação e a efetividade da alimentação escolar. Os resultados analisados mostraram que o comportamento alimentar infantil não é determinado exclusivamente dos alimentos ofertados no ambiente escolar, mas resulta de um processo construído a partir das experiências alimentares vivenciadas no contexto familiar, social e cultural.

Os achados demonstraram que a família ocupa papel central na formação dos hábitos alimentares, influenciando diretamente preferências, padrões de consumo e atitudes diante dos alimentos. Nesse sentido, verificou-se que crianças expostas precocemente a hábitos alimentares mais saudáveis tendem a apresentar maior aceitação das refeições escolares, enquanto padrões alimentares marcados pelo consumo frequente de alimentos ultraprocessados podem dificultar a adesão aos cardápios ofertados pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

Além disso, observou-se que a efetividade da alimentação escolar não depende apenas da adequação nutricional dos cardápios, mas também da aceitabilidade alimentar e da compatibilidade entre os alimentos ofertados e o repertório alimentar previamente construído pelos estudantes. Aspectos sensoriais, culturais e comportamentais mostraram-se determinantes para o consumo alimentar no ambiente escolar, reforçando a necessidade de abordagens que ultrapassem a simples oferta de refeições nutricionalmente adequadas.

A revisão também evidenciou lacunas na literatura, especialmente quanto à investigação direta da associação entre hábitos alimentares infantis e aceitabilidade alimentar, à participação efetiva da família nas estratégias de promoção da alimentação escolar e à relação entre consumo de alimentos ultraprocessados e desperdício alimentar escolar. Tais limitações indicam a necessidade de novas pesquisas que aprofundem essas relações e contribuam para o fortalecimento das políticas públicas voltadas à alimentação infantil.

Dessa forma, conclui-se que promover hábitos alimentares saudáveis desde a infância constitui estratégia essencial para ampliar a aceitação da alimentação escolar e fortalecer a efetividade do PNAE. Nesse contexto, destaca-se a importância da articulação entre família, escola e ações de Educação Alimentar e Nutricional, visando não apenas melhorar o consumo alimentar, mas contribuir para a formação de comportamentos alimentares mais saudáveis e sustentáveis ao longo da vida.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Lilian; ROCHA, Ada. *Avaliação e controlo do desperdício alimentar em refeitórios escolares do município de Barcelos*. *Acta Portuguesa de Nutrição*, Porto, n. 9, p. 6-12, 2017.

BASAGLIA, Poliana; MARQUES, Ariane Stefane; BENATTI, Luana. *Aceitação da merenda escolar entre alunos da rede estadual de ensino da cidade de Amparo-SP*. *Saúde em Foco*, *Amparo*, n. 7, p. 126-138, 2015.

BESERRA, J. B. *et al. Crianças e adolescentes que consomem alimentos ultraprocessados possuem pior perfil lipídico? Uma revisão sistemática*. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 12, p. 4979-4989, 2020.

BIANCHINI, Vitória Uliana; MARTINELLI, Suellen Secchi; SOARES, Panmela; FABRI, Rafaela Karen; CAVALLI, Suzi Barletto. *Critérios adotados para a elaboração de cardápios no Programa Nacional de Alimentação Escolar*. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 33, e190197, 2020.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Conselho Deliberativo. *Resolução CD/FNDE nº 3, de 4 de fevereiro de 2025. Altera a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de maio de 2020, que dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 7 fev. 2025.

BRASIL. *Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009*. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 17 jun. 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014. 156 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos: versão resumida*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021.

CLARO, Maísa de Lima *et al. Desenvolvimento infantil como elemento intermediário nas políticas públicas de alimentação e nutrição*. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, Recife, v. 22, p. 715-720, 2022.

COOKE, Lucy. *The importance of exposure for healthy eating in childhood: a review*. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, Oxford, v. 20, n. 4, p. 294-301, 2007.

COSTA, R. S. *et al. Padrões alimentares de crianças e adolescentes e sua associação com o ambiente doméstico*. *Revista Paulista de Pediatria*, São Paulo, v. 39, e2020098, 2021.

DREHER, Camila; SPINELLI, Roseane; VARGAS, Cleusa; ZEMOLIN, Gabriela. *Consumo alimentar e cardápio fornecido para pré-escolares de uma instituição assistencial no município de Erechim*. *Perspectiva*, Erechim, 2017.

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (FNDE). *Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)*. Brasília, DF: FNDE, 2023.

FREITAS, M. A.; PRADO, D. M. *Refeições em família e comportamento alimentar na infância*. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 35, n. 9, e00074319, 2019.

GABRIEL, C. G. *et al. Fatores associados à aceitação da alimentação escolar no Brasil: uma revisão sistemática*. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 7, p. 2747-2758, 2021.

GOMES, Luziane da Silva; NUNES, Emanoel Márcio; RODRIGUES, Fábio Lúcio; RAMALHO, Samara de Melo. *Impactos do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) sobre as escolas públicas no Nordeste brasileiro*. *Revista Econômica do Nordeste*, Fortaleza, v. 52, n. 2, p. 103-120, 2021.

GUIMARÃES, Andréia Rocha Dias. *Análise quali-quantitativa da alimentação escolar na rede de ensino em um município baiano*. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v. 3, n. 5, p. 15054-15064, 2020.

LACERDA, Arabele Teixeira de; CARMO, Ariene Silva do; SOUSA, Taciana Maia de; SANTOS, Luana Caroline dos. *Participação de alimentos ultraprocessados na dieta de escolares brasileiros e fatores associados*. *Revista Paulista de Pediatria*, São Paulo, v. 38, e2019034, 2020.

LIMA, J. D. *et al. An evaluation and optimization of nutrition, environmental footprint, and food waste in Italian primary school menus: a case study*. *Journal of Translational Medicine*, London, v. 23, n. 110, 2025.

MARTINELLI, Sarah; ACCIAI, Francesco; YEDIDIA, Michael J.; OHRI-VACHASPATI, Punam. *Do parental perceptions of the nutritional quality of school meals reflect the food environment in public schools? International Journal of Environmental Research and Public Health*, Basel, v. 18, n. 20, p. 10764, 2021.

MARTINS, A. P. B.; MATTOS, R. A. *Políticas públicas e alimentação escolar no Brasil: avanços e desafios*. *Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 44, n. 126, p. 177-189, 2020.

MONTEIRO, Carlos Augusto *et al. Ultra-processed foods: what they are and how to identify them*. *Public Health Nutrition*, Cambridge, v. 22, n. 5, p. 936-941, 2019.

NASCIMENTO, E. R. do; PINHEIRO, D. F.; KOSAK, J. M.; ROSA, P. A. da; SCHMITT, V. *Hábitos alimentares de crianças: análise da influência parental*. *RBONE – Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo, v. 17, n. 111, p. 675-686, 2023.

NUNES, Gisele Penteado *et al. Atividades de educação alimentar e nutricional com estudantes do ensino fundamental*. In: ENCONTRO FOREXT – CÂMARA SUL DE EXTENSÃO, 2023. *Anais...* 2023. p. 55.

OLIVEIRA, A. M.; CERQUEIRA, E. M. M.; SOUZA, J. S.; OLIVEIRA, A. C. *Sobrepeso e obesidade infantil: influência de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana, BA*. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia*, São Paulo, v. 47, n. 2, p. 144-150, 2003.

OLIVEIRA, Giovanna Angela Leonel; BUCCINI, Gabriela; GONÇALVES, Vivian S. S.; GUBERT, Muriel Bauermann; TORAL, Natacha. *Refeições familiares regulares associadas ao estado nutricional, consumo alimentar e comportamentos sedentários e alimentares de escolares brasileiros e seus cuidadores*. *Foods*, Basel, v. 13, n. 23, p. 3975, 2024.

ORNELAS, Laura Rabelo; AISSAMI, Sumaya; SILVA, Maria Cláudia da. *A influência dos hábitos alimentares adquiridos na primeira infância no desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis*.

PEREIRA, A. L. *et al. Alimentação em escolas de tempo integral: os estudantes aderem e aceitam? Revista de Nutrição*, Campinas, v. 33, e190172, 2020.

PIASETZKI, Cláudia Thomé da Rosa; BOFF, Eva Terezinha. *Educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância*. *Revista Contexto & Educação*, Ijuí, v. 33, n. 106, p. 318-338, 2018.

PINEZI, Fernanda G.; ABOURIHAN, Claudia L. S. *Formação e desenvolvimento de hábitos alimentares na pré-escola*. Curitiba: UniBrasil, 2011.

PINTO E SILVA, Maria Elisabeth Machado; PINKE, Jéssica Basílio; SIMONI, Natália Koren. *Influência dos aspectos sensoriais na escolha dos alimentos*. *Segurança Alimentar e Nutricional*, Campinas, v. 27, e020021, 2020.

RAYMOND, Janice L.; MORROW, Kelly. *Krause e Mahan: alimentos, nutrição e dietoterapia*. 15. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2021.

RIGO, N. V.; MUSTIFAGA, R.; BOMBANA, V. B.; BERTONI, V. M.; CENI, G. C. *Educação nutricional com crianças residentes em uma associação beneficente de Erechim, RS*. *Revista Eletrônica de Extensão da URI*, Erechim, v. 6, n. 11, p. 112-118, 2010.

SANTOS, Danielle Silva dos. *A educação alimentar e nutricional enquanto política educacional: um estudo de caso em uma escola do município de Japeri/RJ*. 2025. 98 f. Dissertação (Mestrado em Educação Agrícola) – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, 2025.

SANTOS, Sabrina Amaral dos *et al. Frequência, aceitação e consumo da alimentação escolar por escolares do 2º ao 5º ano de Florianópolis: uma avaliação de tendência entre 2013 e 2017*. 2024.

SARAIVA, J. Maria. *Fatores que se interpõem à formação de hábitos alimentares saudáveis na infância e na adolescência*. *Oikos*, Viçosa, v. 33, n. 2, 2022.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Departamento de Nutrologia. *Manual de orientação: alimentação do lactente, alimentação do pré-escolar, alimentação do escolar, alimentação do adolescente e alimentação na escola*. São Paulo: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2006.

SCAGLIUSI, Fabio B.; MACHADO, Fernanda M. *Influência da família no comportamento alimentar infantil: uma revisão*. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, Recife, v. 11, n. 3, p. 245-254, 2011.

SILVA, J. A.; SANTOS, L. R. *A evolução da alimentação escolar no Brasil: do assistencialismo ao direito social*. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 35, n. 2, e00147318, 2019.

SOARES, Amanda; SILVA, Ísis de Siqueira; OLIVEIRA, Jussara Gomes; LUCAS, Ricardo Jorge de Lucena; OLIVEIRA, Ângelo Roncalli da Costa. *Atual cenário brasileiro do consumo e hábitos alimentares e estado nutricional de crianças escolares: um estudo epidemiológico*. *Boletim de Conjuntura (BOCA)*, Boa Vista, v. 15, 2023.

SOUSA, A. A. *et al. O Programa Nacional de Alimentação Escolar no Brasil: estratégias de promoção da saúde e desafios atuais*. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 9, p. 3869-3878, 2021.

SOUZA, A. A.; CAMPOS, R. M. *Aceitação e desperdício de alimentos no Programa Nacional de Alimentação Escolar*. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 32, n. 2, p. 209-217, 2019.

SOUZA, Alcione Aguiar; CADETE, Matilde Meire Miranda. *O papel das famílias e da escola na formação dos hábitos alimentares saudáveis de crianças escolares*. *Revista Pedagógica*, Chapecó, v. 19, n. 40, p. 136-154, 2017.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. *Revisão integrativa: o que é e como fazer*. *Einstein (São Paulo)*, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

TOLONI, Maysa Helena de Aguiar *et al. Preditores da introdução de alimentos industrializados na infância: estudo em creches públicas*. *O Mundo da Saúde*, São Paulo, v. 41, n. 4, p. 644-651, 2017.

VIANA, Victor *et al. Mothers' eating styles' influence on their feeding practices and on their children's appetite traits*. *The Psychologist: Practice & Research Journal*, Lisboa, v. 2, n. 1, p. 1-11, 2019.

VIEIRA, C. S. *et al. Critérios adotados para o planejamento dos cardápios escolares no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar*. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 34, e200231, 2021.

VITOLO, Márcia Regina. *Nutrição: da gestação ao envelhecimento*. Rio de Janeiro: Rubio, 2008.