A influência da mídia na alimentação infantil

The media's influence on children's food

Autores:

Fernanda Medeiros de Carvalho

Graduada em Nutrição pelas Faculdades Integradas do Vale do Ribeira – São Paulo

Rua Capitão Augusto Rollo, n°355

Jardim Sinho Rollo – Iguape – São Paulo – Brasil

Fone: (13) 3841-5635

Email: fe_mcarvalho@hotmail.com

Fone: 55 (13) 997342078

Gislene dos Anjos Tamasia

Mestre em Ciências (Nutrição em Saúde Púbica) Faculdade de Saúde Pública – Universidade de São Paulo - USP

Professora do curso de Nutrição da Faculdades Integradas do Vale do Ribeira - FVR

Rua Oscar Yoshiaki Magário, nº 185

Jardim das Palmeiras – Registro – São Paulo – Brasil

Fone: (13) 3828-2840

Email: gisleneanjos@gmail.com

Fone: 55 (13) 99626 9761

Autor responsável:

Fernanda Medeiros de Carvalho

Carvalho FM; Tamasia GA. **A influência da mídia na alimentação infantil** [artigo] Registro: Faculdades Integradas do Vale do Ribeira, 2016.

Resumo

A infância é o período em que a criança desenvolve toda a sua formação incluindo os hábitos alimentares. Os meios de comunicação tem uma influência muito forte no consumo dos alimentos onde acabam influenciando seus hábitos. Os alimentos são os produtos mais anunciados pela mídia, estes, na maioria das vezes são ricos em gorduras, açúcares ou sal, e, não contém os nutrientes necessários para uma alimentação saudável. As crianças não possuem maturidade suficiente para discernir entre o bom e ruim e acabam optando por guloseimas ao invés de frutas ou verduras. Esse trabalho visa mostrar os danos de uma má alimentação na infância, a influência da mídia no comportamento alimentar e a relação entre mídia e a formação dos hábitos alimentares. A metodologia utilizada é a revisão de literatura. A literatura pesquisada mostra diversas facetas do posicionamento da criança diante da mídia. Alguns afirmam que quando uma criança fica exposta a algum tipo de meio de comunicação, especialmente da televisão, ela não é receptora passiva e demonstra a sua interatividade com o veículo. Outros garantem que a mídia poderia ser uma má influência para o público infantil. É preciso que os pais e educadores contribuam na formação alimentar das crianças para que estas não caiam na força do marketing e passem a ter uma alimentação sadia.

Palavras-chave: Mídia. Nutrição Infantil. Hábitos alimentares.

Abstract

Childhood is the period in which the child develops his training including eating habits. The media has a very strong influence on food consumption which ultimately influence their habits. Foods are the most advertised product in the media, these, for the most part are high in fat, sugar or salt, and does not contain the necessary nutrients for healthy eating. Children do not have enough to discern between good and maturity bad and end up opting for treats instead of fruits or vegetables. This work aims to show the damage of a poor diet in childhood, the media's influence on eating behavior and the relationship between media and the formation of eating habits. The methodology used is a literature review. The literature shows many facets placing the child in front of the media. Some say that when a child is exposed to some form of media, especially television, she is not a passive recipient and demonstrates its interactivity with the vehicle. Others ensure that the media could be a bad influence for children. It is necessary that parents and educators contribute to the formation of feeding children so they will not fall into the power of marketing and to have a healthy diet.

Keywords: Media. Child Nutrition. Eating habits.

Introdução

Segundo RAMOS (2004), na infância a criança desenvolve toda a sua formação psicomotora e seu desempenho em atividades lúdicas e escolares são mais constantes. Para o melhor funcionamento do seu organismo é essencial um cardápio balanceado composto por verduras, legumes, frutas, vitaminas, carboidratos e fibras alimentares.

Porém, os meios de comunicação influenciam o consumo dos alimentos, pois a alimentação envolve tanto o desejo quanto a necessidade da criança. A quantidade de produtos destinados à criança tem seu apelo infantil exagerado, sendo uma estratégia utilizada pela mídia para lucrar mais com o público infantil (VARGAS, 2006).

A televisão é um dos meios de comunicação mais utilizados para o entretenimento e educação, pois tem papel importante no processo de socialização, tornando-se espaço de influências para a compra de produtos, preenchendo o universo das crianças com imagens irreais (BELLONI, 2001).

Enquanto alguns defendem o veículo televisivo como meio de comunicação fundamental para a intensificação do aprendizado, das capacidades perceptomotoras, da competência social e da tolerância, outros o criticam, pois acreditam que as crianças que veem muita televisão leem menos, brincam menos e sofrem mais frequentemente de obesidade do que as outras, além de diminuir a interação social, de estar vinculado ao consumismo infantil e de poder causar dependência (LEVY, 2010).

Tendo em vista o que foi exposto acima, verifica-se a importância de estudar a influência da mídia na infância por ser essa fase, a época de formação de hábitos que perduram para a vida adulta. Desta forma o objetivo desse artigo é analisar o papel da mídia na alimentação infantil visando o comportamento alimentar na infância, teorizar sobre os fatores que influenciam os hábitos alimentares na infância e compreender a relação entre mídia e a formação dos hábitos alimentares infantis.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo do tipo bibliográfico, exploratório e retrospectivo. Após a definição do tema foi feita busca em bases de dados virtuais, tais como LILACS, SCIELO, GOOGLE ACADÊMICO e LIVROS. Foram utilizados os descritores: Mídia, nutrição infantil e hábitos alimentares. Encontraram-se artigos publicados entre 2000 e 2014. Após a leitura

exploratória do material, foi possível identificar a visão de diversos autores a respeito da influência da mídia na alimentação infantil.

O comportamento alimentar na infância e suas modificações

A infância é a fase da vida em que os hábitos alimentares se formam. Uma boa alimentação no período de 02 a 06 anos, pode-se levar para a vida toda, prevenindo doenças relacionadas (RAMOS, 2004).

O comportamento alimentar da criança primeiramente é determinado pelos familiares e só depois por outras interações psicossociais e culturais. Dessa forma, a alimentação infantil é determinada por suas preferências alimentares, cabendo aos pais oferecer novos alimentos, aumentando suas preferências e ajudando na mudança dos hábitos (RAMOS, 2004).

A preferência alimentar nessa fase (02 a 06 anos) tende a ser maior para alimentos industrializados elevando o consumo de carboidratos, açúcares simples, gorduras e diminuindo o consumo de alimentos ricos em fibras, como vegetais e frutas acarretando sérios problemas na vida adulta (RAMOS, 2004).

As modificações ocorridas no padrão de alimentação das crianças são os principais responsáveis pelo perfil nutricional apresentado no Brasil e no mundo. As alterações relacionadas aos fatores dietéticos demonstram um aumento da ingestão energética, associadas tanto a alterações quantitativas quanto qualitativas da alimentação (MENDONÇA e ANJOS, 2004).

Evidencia-se a ocorrência de mudanças nos hábitos alimentares das crianças, sendo observada uma redução no consumo de cereais e carboidratos complexos, concomitante a um incremento no consumo de alimentos de origem animal, açúcar e alimentos refinados, o que caracteriza um padrão dietético denominado. Esse padrão reflete uma redução na ingestão de fibras e uma ingestão superior a 30% de energia proveniente de gordura (MONTEIRO, 1995).

Entre os alimentos que tiveram sua participação reduzida encontram-se o arroz, os feijões, farinha de trigo e de mandioca, leite e açúcar, embora a participação do açúcar continue acima de 10% do total de calorias (BRASIL, 2010).

Dados do Inquérito Nacional de Alimentação (INA), em uma subamostra da POF no qual foram realizados registros alimentares de 2 dias não consecutivos da população acima de 10 anos, revelaram que os indivíduos que consumiam alimentos fora de casa apresentavam

consumo energético total superior aos que não consumiam (2072 kcal vs. 1802 kcal, p<0,0001) e que 43% da população consome pelo menos um alimento fora de casa (BRASIL, 2010).

Para ambos os sexos e todas as idades, observou-se uma relação direta entre renda e consumo alimentar fora de casa. Entre os adolescentes, as meninas tiveram maior consumo fora de casa em todos os estratos de renda, exceto o último, quando comparadas aos meninos (BEZERRA, 2013).

A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PNSE), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), buscou caracterizar o consumo alimentar das crianças e adolescentes e constatou que cerca de 70% consumia feijão, 31% consumia hortaliças e frutas em cinco ou mais dias da semana, sendo considerados marcadores de alimentação saudável (IBGE 2009).

Em contrapartida, com relação aos marcadores de alimentação não saudável, isto é, guloseimas, refrigerantes, biscoitos, doces e frituras demonstrou-se um consumo de cerca de 50% para as guloseimas e 37% para os refrigerantes em cinco ou mais dias na semana (IBGE, 2009).

Um estudo ecológico utilizando dados da POF (2002-2003) demonstrou uma correlação positiva entre a prevalência de obesidade em mulheres e a disponibilidade domiciliar de refrigerantes e açúcares simples nas capitais brasileiras (LOBATO, 2009).

Um estudo realizado com crianças e adolescentes dos EUA demonstrou que o consumo de refrigerantes estava relacionado com um elevado consumo de energia, além de ter substituído o leite e o suco de frutas na dieta (MADRUGA, 2012). Outro estudo dos EUA mostrou uma associação positiva entre o consumo de bebidas açucaradas e obesidade em crianças (MADRUGA, 2012).

MADRUGA, (2012) em um estudo longitudinal sobre evolução dos padrões alimentares em adolescentes dos EUA identificou o surgimento do padrão f*ast food* cinco anos após o início do estudo, composto de hambúrguer, frituras e refrigerantes, para ambos os sexos.

VIEIRA (2010) observou que 75% dos estudantes de 5 a 19 anos da rede pública de Niterói consumiam bebidas açucaradas pelo menos uma vez por semana. No mesmo estudo, foi observada uma associação positiva, para os meninos, entre o consumo de bebidas açucaradas e o aumento do índice de massa corporal (IMC) Triglicerídeos e insulina plasmática.

MADRUGA (2012), com dados do estudo *Health Behaviour in School-aged Children* encontrou uma proporção de crianças entre 7 e 15 anos que consumiam refrigerante diariamente variando de 4% na Finlândia a 51% na Bulgária. Observou também uma tendência de aumento com a idade, especialmente nas meninas e nos países mais pobres.

No Brasil, a partir dos dados da PNSE, LEVY (2010) observou, entre os adolescentes que consumiam alimentos marcadores de dieta não saudável, uma maior proporção de consumo de guloseimas e refrigerantes em detrimento ao consumo de biscoitos e embutidos.

O consumo do desjejum é considerado parte de uma alimentação saudável, sendo um bom preditor de estilos de vida saudáveis. A ausência no consumo de tal refeição, implica em aumento no consumo de lanches com elevado teor de gordura ao longo do dia e maior risco de desenvolver obesidade (LEVY, 2010).

Fatores que influenciam os hábitos alimentares

Dados do estudo *Health Behaviour in School-aged Children* mostraram que um fator predominante na formação dos hábitos alimentares de crianças é o desjejum. Segundo o estudo, o consumo diário do desjejum diminui com a idade, variando de 69% aos 11 anos a 55% aos 15 anos, especialmente entre as meninas (MADRUGA, 2012).

Adicionalmente, verificou-se que o consumo do desjejum é menor nos países mais ricos tais como os do Norte e Oeste Europeu. Padrão semelhante foi observado em relação ao consumo de fruta, porém com valores declinantes mais acentuados entre os meninos (MADRUGA, 2012).

Um estudo realizado com estudantes de 2 a 10 anos de escolas públicas de um município do Rio Grande do Sul, Brasil, verificou que a baixa frequência no consumo do desjejum e a baixa ingestão de leite estavam significativamente associadas à obesidade (TRINCHES; GIUGLIANI, 2005).

ESTIMA (2009) avaliou a frequência de consumo das principais refeições (desjejum, almoço e jantar) entre crianças da área metropolitana do Rio de Janeiro através de um score criado pelos autores a partir de um questionário com questões fechadas. Foi observado que 12,5% das crianças nunca realizavam o desjejum ou o faziam em apenas 1 ou 2 dias na semana, cerca de 8% trocavam o almoço (comida) por lanche entre 3 e 7 dias na semana e 17% trocavam o jantar.

Os autores encontraram, entre os meninos, associação positiva entre um padrão de consumo de refeições insatisfatório, bem como a não realização do desjejum, com maiores valores de IMC e das circunferências da cintura e do quadril. Hábitos alimentares, saudáveis ou não, adquiridos e consolidados da infância apresentam-se mantidos na idade adulta (ESTIMA, 2009).

Uma revisão sistemática mais generalizada, que avaliou a manutenção de padrões alimentares ao longo dos primeiros anos de vida, observou uma comparação moderada entre os padrões alimentares durante a infância e adolescência, porém estes padrões apresentaram maior variabilidade na adolescência, sugerindo que os hábitos adquiridos na infância permanecem até a adolescência, porém podem ser descontinuados nesse período em função da sua grande variabilidade (MADRUGA, 2012).

Consequentemente há a necessidade de reforçar o comportamento alimentar adequado na adolescência. Apesar da possível variação nos hábitos alimentares durante a adolescência, ressalta-se a importância na formação de hábitos alimentares e de vida saudáveis desde a infância, uma vez que o aprendizado e o registro de experiências sociais precoces podem permanecer ao longo da vida (ARAÚJO, 2010).

A manutenção desses hábitos alimentares desde a infância até a vida adulta, aliado à prática de atividade física, pode ser considerada um dos pilares para uma vida saudável (ARAÚJO, 2010).

Sabe-se da preferência inata ao sabor doce e a rejeição ao sabor azedo ou amargo **e** também que as preferências pelos sabores são resultados de aprendizados ocorridos ao longo da vida (VALE, 2007).

Estudos têm demonstrado a presença de odores e sabores, em função da dieta materna, no líquido amniótico e no leite materno que estariam relacionados às preferências alimentares do recém-nascido (VALE, 2007).

Segundo ARAÚJO (2010), a orientação de uma alimentação variada e saudável durante a gestação é importante para que a introdução de outros alimentos na dieta infantil seja mais fácil e adequada, uma vez que a criança terá preferências alimentares semelhantes à mãe e estará mais propensa a aceitar novos alimentos, construindo, assim, um hábito alimentar saudável.

Mídia e formação dos hábitos alimentares infantis

A alimentação de um indivíduo é construída com o passar do tempo e com a influência de alguns fatores, como cultura, ambiente familiar e social. Valores que são, inclusive, influenciados pela mídia, uma importante ferramenta que conduz as informações à população. Essa influência pode ser positiva ou negativa (MIOTO e OLIVEIRA,2006).

Para a construção de hábitos alimentares saudáveis, não basta à preocupação com a ingestão de uma dieta equilibrada em termos de nutrientes, quantidade e formas de preparo dos alimentos. Para tanto, o comportamento alimentar do indivíduo deve ser considerado como um ato social inserido em um contexto cultural, como ensinam PHILIPPI e ALVARENGA (2004).

O comportamento alimentar ideal é aquele em que não há restrições alimentares aleatórias, inclui uma correta escolha de alimentos e não utiliza indiscriminadamente produtos dietéticos, sem adequada orientação (PHILIPPI e ALVARENGA, 2004).

PHILIPPI (1999) afirma que o comportamento alimentar é fruto de um processo construído a partir da escolha de um conjunto de ações praticadas em relação ao alimento, dentre as quais estão inseridos os atos de preferência e de aversão a alguns alimentos, e ressalta a importância das questões publicitárias referentes à alimentação.

Outro aspecto é mostrado pelo "Guia Alimentar para a População Brasileira", o qual ressalta que as crianças fisicamente ativas apresentam melhor desempenho escolar, assim como melhor relacionamento com pais e amigos e, provavelmente, terão menor tendência a fumar ou utilizar drogas (BRASIL, 2005).

A prática de atividade física é de suma importância para a promoção de modos de vida saudáveis, assim como auxilia na prevenção e no combate ao sobrepeso e obesidade infantil (LEVY, 2010).

Pesquisadores têm verificado que esse problema está diretamente relacionado com o hábito de assistir televisão e inversamente relacionado com a prática de atividade física. Da mesma forma, o estudo de TAYLOR, EYERS e MCKENNA (LEVY, 2010), realizado no Canadá, aponta que a inatividade física e a má qualidade da dieta durante a infância, influenciada pela mídia, têm implicado o alto índice de sobrepeso infantil.

Assim, sabendo-se que os principais determinantes da obesidade infantil são as modificações no padrão alimentar e na prática de atividade física, e grandes períodos assistindo televisão (inatividade + marketing de alimentos não saudáveis), faz-se necessário à elaboração de estratégias que atuem nos ambientes em que essas crianças e adolescentes se encontram (LEVY, 2010).

MENDONÇA (2010) acredita que o excesso de tempo diante da televisão impede que as crianças desenvolvam noções mais concretas no campo nutricional, pois são facilmente influenciadas por produtos vinculados a personagens.

BELLONI (2001), pelo contrário, enfatiza que à medida que a criança vai incorporando as imagens e modelos que muitas vezes são expostos na mídia televisiva, ela tem a capacidade de utilizar-se deste, aceitar, ou mesmo recusar, assim testando seus limites. A autora acredita que as crianças que assistem à televisão têm a total liberdade para escolher o que é bom ou não para elas.

POPPER e CONDRY (2007) afirmam que a televisão rouba das crianças um tempo precioso do qual têm necessidade para aprenderem a conhecer o mundo em que vivem e o lugar que nele ocupam. Assim também se formariam hábitos alimentares inadequados.

Já BELLONI (2001) acredita que a televisão é um objeto técnico absolutamente integrado ao cotidiano das crianças que com ela interagem "naturalmente" da mesma forma que ela interage com seus brinquedos.

MEIRA (2003) acredita que a criança que assiste à televisão durante várias horas por dia é privada de oportunidades fundamentais para o seu desenvolvimento pleno, inclusive no tocante a sua alimentação. Reduzida à contemplatividade, é sempre ouvinte-vidente, ou seja, não concorda nem discorda, ouve e vê, mas não escuta nem observa, e muito menos duvida ou contesta.

Estudos recentes revelam que a maioria de alimentos vistos na Televisão estão vinculados a brinquedos a utilização de personagem como Mickey ou Princesas por exemplo contribui para a escolha do produto (Santos, 2007).

O projeto Nutrir projeto de extensão que realiza avaliação, monitoramento e educação nutricional de crianças e adolescentes em instituições de ensino do Município de Cascavel (PR), realizou um estudo que identificou preferências alimentares e hábitos de entretenimento de 114 crianças com média de idade de 8,6±1,3 anos e mediana de 8,7 anos, sendo 60 (52,6%) do sexo masculino e 54 (47,4%) do feminino (MIOTO e OLIVEIRA,2006).

As crianças assistiam a mais de um canal de televisão, sendo a programação da SBT, da Rede Globo, da Tarobá e da Cateve assistida por 96 (84,2%), 83 (72,8%) 25 (21,9%) e 29 (25,4%) crianças, respectivamente. As crianças assistiam a mais de um canal de televisão, sendo a programação da SBT, da Rede Globo, da Tarobá e da Cateve assistida por 96 (84,2%), 83 (72,8%) 25 (21,9%) e 29 (25,4%) crianças, respectivamente.(MIOTO e OLIVEIRA,2006)

Para a análise estatística, a população estudada foi classificada em dois grupos: abaixo do p85 (considerado sem excesso de peso) e igual ou acima do p85 (excesso de peso). Para avaliar as preferências alimentares, os alimentos foram divididos em dois grupos: saudáveis e não saudáveis. Os alimentos saudáveis incluíram arroz, pão, leite, iogurte, queijo, frango, carne, peixe, feijão, verduras, legumes e frutas. Os alimentos não saudáveis foram refrigerante, bolacha recheada, chicletes, bala, chocolate, sorvete, mortadela, bolo com recheio e cobertura, salgadinho, batata frita e pirulito (MIOTO e OLIVEIRA, 2006).

REZENDE e REZENDE (1993) afirmam que, enquanto alguns pesquisadores consideram a criança perante os meios de comunicação como "um ser não pronto", ou ainda, como um ser passivo aos apelos das propagandas, outros acreditam que diante da televisão as crianças têm uma relação empática, sendo criativas, reflexivas, interpretativas e críticas. Isso mostra que diante da mesma situação existem diferentes conclusões.

CONCLUSÃO

A mídia tem um poder de influência grande na vida das pessoas, principalmente entre as crianças que estão em formação e são incapazes de processar as imagens fornecidas pela mídia. Elas são receptoras passivas além de terem uma interatividade maior com o veículo do que os adultos, sendo assim a principais vítimas desse veículo.

As crianças usam a mídia como uma das fontes onde retiram material para organizar e interpretar suas experiências vividas, por isso é imprescindível à presença do professor e dos responsáveis, para que possa mostrar o outro lado da televisão, proporcionando uma análise crítica, o que acontece também no campo da alimentação.

A televisão, em especial, absorve crianças cada vez mais novas ao seu hábito, que são cada vez mais precocemente motivadas pela programação a experimentos e desejos do consumo. Consequentemente podem ser informadas mais cedo sobre hábitos saudáveis e também viciadas mais cedo em hábitos não saudáveis.

Se alimentar de produtos vistos na mídia em geral pode acarretar sérios problemas na vida adulta como diabetes, hipertensão e colesterol, pois a mídia ensina que comer balas, biscoitos recheados e hambúrgueres são mais interessantes que consumir frutas, verduras e legumes. As crianças acabam não sabendo o valor dos alimentos saudáveis não associam saúde com uma alimentação saudável e acabam fazendo a escolha errada.

REFERÊNCIAS

Araújo C. Estado nutricional dos adolescentes e sua relação com variáveis sociodemográficas: pesquisa nacional de saúde do escolar (PNSE), 2009. Ciência & Saúde Coletiva, 2010; 15(supl. 2):3077-3084.

Belloni ML. O que é mídia-educação. Campinas: Autores Associados, 2001.

Bezerra IN. Contribuição energética dos alimentos consumidos fora de casa - consumo em áreas urbanas brasileiras: inquérito alimentar nacional 2008-2009. British Journal of Nutrition, 2013;109(7):1276-1283.

Brasil. IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009: antropométrica e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro, 2010.

Brasil. IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa nacional de saúde do escolar 2009. Rio de Janeiro: IBGE, 2009.

Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde, 2005.

Estima CC. Padrões de consumo de refeições e medidas antropométricas em adolescentes de um bairro de classe baixa na região metropolitana do Rio de Janeiro, Brasil. Appetite, 2009;52(3):735-739.

Levy RB, et al. Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PNSE), 2009. Ciência & Saúde Coletiva;15(supl. 2): 3085-3097.

Lobato JCP. Ingestão alimentar e prevalência de obesidade no Brasil: uma análise ecológica. Public Health Nutrition, 2009;12(11):2209-2215.

Madruga SM. Manutenção dos padrões alimentares da infância à adolescência. Revista de Saúde Pública,2012 v. 46, n. 2, p. 376-86.

Meira AM. Benjamin, os brinquedos e a infância contemporânea. Psicologia e Sociedade, 2003;15(2):74-87.

Mendonça C, Anjos LA. Aspectos das práticas alimentares e da atividade física como determinantes do crescimento do sobrepeso/obesidade no Brasil. Cadernos de Saúde Pública, 2004;20(3):698-709.

Mendonça C. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes da cidade de Maceió. Revista da Associação Médica Brasileira, 2010;56(2):192-196.

Miotto AC, Oliveira, F. A influência da mídia nos hábitos alimentares de crianças de baixa renda do projeto nutrir. Revista Ciência de Saúde Coletiva, 2006.

Monteiro CA. Da desnutrição para a obesidade: a transição nutricional no Brasil, São Paulo, MONTEIRO CA (Org.) 1995.

Monteiro CA. Velhos e novos males de saúde no Brasil: a evolução do país e de suas doenças. São Paulo, MONTEIRO CA (Org.) 1995.

Philippi ST, Alvarenga M. Transtornos alimentares: uma visão nutricional. Barueri: Editora Manole, 2004.

Phillippi ST. Guia alimentar para o ano 2000. In: ANGELIS, R.C. Fome oculta: impacto para a população do Brasil. São Paulo: Atheneu, 1999.

Popper K, Condry J. Televisão: um perigo para a democracia. Lisboa: Gradiva, 2007.

Ramos M. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. Jornal de pediatria. 2004;76.

Rezende ALM, Rezende NB. A Tevê e a criança que te vê. São Paulo: Cortez, 1993.
Santos AM. Criança e propaganda a tendência de uma infância comprada;2007.

Triches G. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. Revista de Saúde Pública, 2005;39(4):541-547.

Valle A. A formação dos hábitos alimentares na infância, Revista de Ciência e Saúde Cletiva;2007.

Vargas RM. Publicidade televisiva de alimentos e obesidade infantil, LILACS 2009.

Vieira ACR. Consumo de bebidas açucaradas, obesidade e alterações metabólicas em adolescentes. Instituto de medicina social 2010.