

DOI: <https://doi.org/10.58871/conbrasca24.c12.ed05>

**DETERMINANTES DOS HÁBITOS ALIMENTARES INFANTIS: UM OLHAR  
SOBRE OS PRIMEIROS MIL DIAS DE VIDA**

**DETERMINANTS OF CHILD EATING HABITS: A LOOK AT THE FIRST  
THOUSAND DAYS OF LIFE**

**DALMACIA DA SILVA OLIVEIRA**

Graduanda em Nutrição, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA) da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN<sup>1</sup>.

**JAQUELINE DO NASCIMENTO ASSUNÇÃO**

Graduanda em Nutrição, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA) da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN<sup>1</sup>.

**JOÃO ALFREDO SOARES PIRES**

Graduando em Nutrição, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA) da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN<sup>1</sup>.

**KAILANY MELISSA MEDEIROS JERÔNIMO**

Graduanda em Nutrição, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA) da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN<sup>1</sup>.

**MARIA IARA DE LIMA DA SILVA**

Graduanda em Nutrição, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA) da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN<sup>1</sup>.

**ISAIANE MEDEIROS**

Nutricionista, Mestra em Nutrição, Docente do curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA) da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN<sup>2</sup>.

**RESUMO**

**Objetivo:** Compreender as condições determinantes para promoção de práticas alimentares saudáveis em crianças, desde a amamentação à introdução alimentar. **Metodologia:** Esta pesquisa trata-se de uma revisão do tipo narrativa, foi realizada no período de novembro de 2024, nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (Scielo) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizou-se dos descritores em ciências da saúde em língua portuguesa: Alimentação complementar, hábitos alimentares, alimentação infantil e aleitamento materno. Foram incluídos artigos em língua portuguesa e inglesa e excluídos os artigos indisponíveis para download, artigos de revisão, teses, dissertações e trabalho de conclusão de curso (TCC). **Resultados e discussão:** O aleitamento materno exclusivo (AME) até os 6 meses de vida e alimentação complementar saudável estão diretamente associadas ao adequado desenvolvimento infantil. A fim de garantir o AME, políticas públicas de assistência materno infantil como a Rede Cegonha são de suma importância para o favorecimento dessa vivência. Ademais, crianças expostas ao consumo alimentar saudável, durante o período de introdução

alimentar, reduzem o risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis quando comparadas às crianças com introdução precoce ao consumo de alimentos ultraprocessados. Esses hábitos estão relacionados às escolhas familiares, seja por renda ou hábitos alimentares, visto que os lactentes ainda não conseguem discernir sobre suas preferências e aversões obtendo contato com o que é ofertado por seus responsáveis. **Considerações Finais:** Diante disso, observa-se a importância da alimentação saudável desde os primeiros anos de vida para criar hábitos alimentares que perdurem ao longo da vida, e isso requer esforços conjuntos das famílias, educadores e da criação de políticas públicas de saúde.

**Palavras-chave:** aleitamento materno; nutrição do lactente; comportamento alimentar.

## ABSTRACT

**Objective:** Understand the determining conditions for promoting healthy eating practices in children, from breastfeeding to complementary feeding. **Methodology:** This research is a narrative review, carried out in November 2024, in the databases Scientific Electronic Library Online (SciELO) and Virtual Health Library (BVS). The following health science descriptors in Portuguese were used: complementary feeding, eating habits, infant feeding, and breastfeeding. The inclusion criteria were articles in Portuguese and English, and the exclusion criteria were articles not available for download, review articles, theses, dissertations and course completion work (TCC). **Results and Discussion:** Exclusive breastfeeding (EBF) until six months of age and healthy complementary feeding are directly associated with proper child development. To ensure EBF, public policies for maternal and child assistance, such as the "Rede Cegonha" program, are of utmost importance in promoting this practice. Furthermore, children exposed to healthy eating habits during the complementary feeding period have a reduced risk of developing non-communicable chronic diseases compared to those introduced early to ultraprocessed foods. These habits are influenced by family choices, whether related to income or eating habits, as infants are unable to discern preferences and aversions and are exposed to what their caregivers provide. **Final Considerations:** Considering these factors, the importance of healthy eating from the early years of life is observed in fostering long-lasting eating habits, requiring collective efforts from families, educators, and the development of public health policies.

**Keywords:** breast feeding; infant nutrition; feeding behavior.

## 1. INTRODUÇÃO

Nas últimas duas décadas, o aumento na incidência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) como sobrepeso, obesidade, diabetes *mellitus*, dislipidemia, hipertensão arterial, entre outros, ocorreu de forma significativa, ultrapassando as doenças infecciosas que se mantiveram, praticamente, inalteradas. Embora a transição nutricional tenha sido originalmente identificada como um problema em áreas urbanas de países desenvolvidos, observa-se seu impacto abrangendo todos os setores da sociedade e países subdesenvolvidos (Golden *et al.*, 2021).

No Brasil não foi diferente, o país passou por diversas mudanças tanto demográficas como epidemiológicas e nutricionais, marcadas, especialmente, pela substituição de

alimentos *in natura* por alimentos processados e ultraprocessados, introduzidos na alimentação infantil em idades cada vez mais precoces (Brasil, 2014).

Os primeiros mil dias de vida são essenciais para o desenvolvimento físico e cognitivo, estando associados a um indivíduo adulto saudável (Wu *et al.*, 2017). Durante o desenvolvimento do lactente ocorrem seis marcos motores fundamentais para a sua autonomia, como sentar sem apoio, engatinhar, ficar em pé com apoio, ficar em pé sozinho e andar sozinho, para que esses marcos aconteçam de maneira adequada deve ser proporcionado a este bebê a nutrição e a ambientação adequada (Cavagnari *et al.*, 2023).

Piassetzki e Boff (2018) apresentam que o padrão alimentar dos pais é um fator de extrema relevância, pois estabelecem as condições no ambiente doméstico para a adoção de práticas alimentares saudáveis ou não. Com isso, as crianças são totalmente dependentes de seus responsáveis para a sua alimentação, especialmente das mães, que atuam como principais cuidadoras e são formadoras dos hábitos alimentares infantis. Portanto, é fundamental que os pais e/ou responsáveis implementem mudanças saudáveis na alimentação familiar, influenciando assim, de maneira positiva, as escolhas alimentares das crianças (Oliveira; Oliveira, 2020).

Além disso, segundo Brasil *et al.* (2017), o aleitamento materno deve ser indispensável até o sexto mês de vida da criança por conter todos os nutrientes necessários para essa fase e quando o desmame é realizado de maneira precoce pode ocorrer o aumento do risco de desenvolvimento de DCNTs.

Após esse período e a presença de todos os sinais de prontidão (seis meses completos, sentar com o mínimo de apoio, levar objetos à boca, tentativas de autoalimentação, capacidade de segurar alimentos e habilidades motoras orais e de alimentação) deve-se ocorrer a alimentação complementar de forma correta (Somaraki *et al.*, 2024). Nessa etapa ocorre a apresentação dos alimentos separados por grupos alimentares (cereais e tubérculos, leguminosas, carnes em geral, leites e derivados, ovos, vegetais e frutas) e as refeições são realizadas, isoladamente ou juntamente, com a oferta de leite materno (Weffort *et al.*, 2021).

Com isso, a nutrição adequada e os hábitos alimentares das crianças nos primeiros mil dias de vida são de suma importância, por serem eles que influenciam diversos comportamentos e características considerados fundamentais para o desenvolvimento adequado da criança (Brasil, 2019). Além disso, quando realizada de forma inadequada, com introdução precoce de alimentos ultraprocessados, pode trazer danos à saúde como os supracitados e doenças associadas à carências nutricionais, como anemia e deficiência de

vitaminas essenciais para o crescimento e desenvolvimento cognitivo, entre elas estão: a vitamina A, zinco e ferro (Santos; Coelho; Silva, 2023).

Entretanto, proporcionar práticas alimentares adequadas, atualmente, é um grande desafio, pois dependem de vários fatores socioeconômicos e ambientais (Ricardo *et al.*, 2024). Ademais, existem outros aspectos que estão associados com a transição nutricional como o fácil acesso, baixo custo e praticidade dos alimentos ultraprocessados, que são ricos em sódio, gorduras saturadas e com alto teor de açúcar, os quais contribuem para o aumento das DCNTs (Souza; Molero; Gonçalves, 2021).

Outrossim, a predominância da obesidade em crianças pode estar relacionada ao estilo de vida proposto para esse indivíduo ocasionado pelo modo de vida acelerado dos pais e avanço das tecnologias. Assim, a permissividade em excesso do uso de aparelhos de mídia acaba gerando a troca das atividades físicas como brincar e interagir com o ambiente em que se encontram para ficarem deitados assistindo desenhos ou jogando, desencadeando um estilo de vida sedentário de maneira precoce (Dornelles; Anton; Pizzinato, 2014).

Dito isso, a prevalência de sobrepeso e obesidade entre crianças brasileiras continua crescente, decorrente da substituição de alimentos *in natura* por ultraprocessados, além de outros fatores já citados, faz-se necessário uma análise aprofundada dos fatores determinantes dos hábitos alimentares infantis. Para tanto, intervenções focadas em educação nutricional e mudanças no ambiente familiar podem promover hábitos alimentares saudáveis e reduzir a prevalência de sobrepeso e obesidade futuras em crianças.

Desse modo, o presente trabalho objetivou compreender as condições determinantes para a promoção das práticas alimentares saudáveis desde a amamentação à introdução alimentar.

## 2. METODOLOGIA

A presente pesquisa se caracteriza como uma revisão de literatura do tipo narrativa com base na análise de artigos que abordam a alimentação complementar e o desenvolvimento de hábitos alimentares. Para esse fim, as seguintes bases de dados foram utilizadas: Scientific Electronic Library Online (Scielo) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) em língua portuguesa e inglesa: Alimentação complementar, hábitos alimentares, alimentação infantil, aleitamento materno, cruzados ou não com o operador booleano “AND”.

A busca dos artigos nas bases de dados foi realizada em novembro de 2024 e seus critérios de inclusão foram: artigos em língua portuguesa e inglesa, originais e disponíveis na íntegra entre os anos de 2014 e 2024. Os critérios de exclusão foram: artigos indisponíveis para download, artigos de revisão, teses, dissertações e TCC.

Foram encontrados 162 artigos dos quais 11 atendiam aos critérios de elegibilidade descritos anteriormente, e foram utilizados para a elaboração do presente manuscrito.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a análise dos artigos selecionados para o presente estudo, foi possível identificar a importância do aleitamento materno e suas vertentes. O aleitamento materno exclusivo (AME), as características da introdução alimentar, a qualidade da alimentação complementar entre outros fatores são determinantes para o crescimento e desenvolvimento saudável de lactentes.

Os primeiros mil dias de vida da criança, que vai desde a concepção até os dois anos de idade, são cruciais para o estabelecimento da saúde neurológica, crescimento e desenvolvimento. Em associação ao ciclo da vida é necessário um ambiente favorável, um cuidador responsável e uma alimentação saudável. Com isso, seu desenvolvimento, também, está ligado a diversas características maternas, como o tabagismo, nutrição inadequada, tempo de AME e alimentação complementar. O tempo de AME determina alguns aspectos do desenvolvimento infantil, por isso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) orienta que o aleitamento materno exclusivo deve acontecer até os seis meses de vida e complementar até os 2 anos (Camilo *et al.*, 2024).

Ações para a promoção do aleitamento materno desde o nascimento vêm sendo cada vez mais implementadas pelas políticas públicas, como a Iniciativa Hospital Amigo da Criança (IHAC), que tem como objetivo o resgate do direito da mulher à amamentação a partir dos Dez Passos para o Sucesso da Amamentação; o Método Canguru o qual consiste em iniciativas de promover a aleitamento materno por meio da Atenção Humanizada ao recém nascido de baixo peso a partir do incentivo e apoio à amamentação em caso de internação e atendimento ambulatorial e a Rede Cegonha (RC) que objetiva uma assistência de qualidade e humanizada e a implementação de uma rede de atenção à saúde materno infantil para a redução da mortalidade materna e neonatal (Brasil, 2017).

A RC é uma das estratégias para a promoção do aleitamento materno, que deve ser iniciado desde o nascimento. A proteção e promoção da amamentação é um direito humano que

deve ser protegido em benefício à mãe e ao bebê, promovendo um crescimento e desenvolvimento saudável (Cunha *et al.*, 2024).

É válido ressaltar que existem diversos fatores maternos que impactam no AME e que apesar do leite materno ser o melhor alimento para o bebê, especialmente, nos primeiros meses de vida, a prática da amamentação inclui diversos desafios, como a dor ao amamentar, que corresponde a grande parte das causas do desmame precoce (Martins *et al.*, 2024).

Adicionalmente, um estudo realizado por Erdem & Arica (2023), demonstrou que alguns fatores como a idade materna e paterna, renda, acesso aos alimentos, estresse dos pais, o índice de massa corporal (IMC) materno, entre outros fatores afetam os comportamentos alimentares das crianças.

Um nível econômico mais baixo está associado a um comportamento alimentar negativo, o IMC materno elevado mostrou-se sugestivo ao risco de desenvolvimento da obesidade no bebê. Além de outros determinantes sociais e comportamentais, como o grau de escolaridade dos pais, preocupação com o peso e saúde da criança ou com as orientações acerca das práticas alimentares influentes na alimentação infantil (Erdem; Arica, 2023).

Para a formação de hábitos alimentares saudáveis, a partir dos seis meses de vida inicia-se a alimentação complementar adequada. Assim, como cuidadores, a família possui um papel fundamental no cuidado da dieta da criança, ela deve ser exposta a variedades de alimentos saudáveis, dando prioridades àqueles encontrados em sua região e de consumo tradicional da família. O consumo de alimentos ultraprocessados como doces, bebidas açucaradas, cereais matinais, está associado ao maior desenvolvimento de DCNT (Giesta *et al.*, 2019).

O crescimento e desenvolvimento saudável da criança, também, está relacionado com aspectos inerentes a ela (genéticos, biológicos), e ao meio no qual está inserida. Portanto, deve-se assegurar um ambiente e alimentação adequada, além do AME até os seis meses de vida. Após isso, inicia-se a alimentação complementar, que deve ser feita com alimentos seguros, variados e adequados do ponto de vista higiênico sanitário, cultural e econômico (Lopes *et al.*, 2018).

As crianças que frequentam creches, habitualmente, fazem suas refeições no local, sendo o ambiente escolar, também, proporcionador de uma dieta saudável (Siqueira *et al.*, 2022). Com isso, esse ambiente é responsável por apenas uma fração do consumo alimentar diário das crianças, contribuindo de forma positiva para a importância da diversidade alimentar. Nesse sentido, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), exerce um papel fundamental na formação de hábitos saudáveis (Brasil, 2024; Kroth *et al.*, 2020).

Ademais, a atenção básica à saúde tem um papel fundamental nessa etapa, que é de fornecer apoio técnico e acolhimento aos anseios e dúvidas que possam vir a surgir nos responsáveis pela alimentação da criança, no que diz respeito à garantia de uma alimentação adequada (Gomes; Garcia; Garcia, 2022). Contudo, a alimentação complementar deve assegurar o aporte energético, de macronutrientes, vitaminas, minerais e água adequados.

Com isso, a introdução alimentar precoce, escolha dos alimentos que compõem a dieta e poder de compra da família são alguns dos fatores que influenciam para a alimentação adequada da criança após o AME. Dessa forma, a alimentação e a qualidade da dieta pode ser entendida como um fenômeno social, cultural e demográfico, tendo em vista que diversos fatores externos contribuem para a maneira de oferta e alimentação da criança (Melo *et al.*, 2021).

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dessa forma, foi possível evidenciar a importância dos hábitos alimentares formados nos primeiros mil dias de vida de maneira decisiva para a saúde a longo prazo, influenciando o crescimento, desenvolvimento e prevenção de doenças crônicas. As intervenções no ambiente familiar e escolar, aliadas à promoção de alimentos frescos e nutritivos e a redução do consumo de alimentos ultraprocessados, são essenciais para mudanças positivas, estimulando a alimentação equilibrada desde cedo. Portanto, investir na educação alimentar é uma estratégia fundamental para a criação de bases sólidas para uma vida saudável, exigindo esforços conjuntos de famílias, educadores e políticas públicas.

#### REFERÊNCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira, 2º ed. **Brasília, DF: Ministério da Saúde**, 2014. 5-6 p. ISBN 978-85-334-2176-9.

Brasil. Ministério da Saúde. Bases para a discussão da política nacional de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno. **Brasília, DF: Ministério da Saúde**, 2017. 68 p. ISBN 978-85-334-2531-6.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de dois anos**. Brasília, 2019.

Brasil. Ministério da Saúde. Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). **Secretária de Comunicação Social**, mar. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/secom/pt-br/acao-a-informacao/comunicabr/lista-de-acoes-e-programas/programa-nacional-de-alimentacao-escolar-pnae>. Acesso em: 29 nov. 2024.

Brasil, G. DA C. *et al.* Conhecimento Das Mães Sobre A Alimentação De Lactentes A Partir Dos Seis Meses De Idade. **REME: Rev. Min. Enferm.**, v. 21, 2017. Disponível em: <http://surl.li/pevewm>. Acesso em: 29 nov. 2024.

Camilo, Lara dos Santos *et al.* Breastfeeding and factors associated with the neuropsychomotor development of children living in social vulnerability. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 24, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202400000055-en>. Acesso em: 24 nov. 2024.

Cavagnari, Brian M. *et al.* The double burden of malnutrition and gross motor development in infants: A cross-sectional study. **Clinical Nutrition**, maio 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2023.05.001>. Acesso em: 28 nov. 2024.

Cunha, Joice Ferreira *et al.* Fatores associados ao aleitamento materno ao nascer em maternidades vinculadas à Rede Cegonha, Brasil, 2016-2017. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 29, n. 4, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024294.04332023>. Acesso em: 23 nov. 2024.

Dornelles, Aline Dias; Anton, Márcia Camaratta; Pizzinato, Adolfo. O papel da sociedade e da família na assistência ao sobrepeso e à obesidade infantil: percepção de trabalhadores da saúde em diferentes níveis de atenção. **Saúde e Sociedade**, v. 23, n. 4, p. 1275-1287, dez. 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0104-12902014000400013>. Acesso em: 23 nov. 2024.

Erdem, Feyzanur; Arica, Seçil. Assessment of eating habits of preschool children and parent attitudes. **Revista de Nutrição**, v. 36, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1678-9865202336e230003>. Acesso em: 24 nov. 2024.

Giesta, Juliana Mariante *et al.* Fatores associados à introdução precoce de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças menores de dois anos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 7, p. 2387-2397, jul. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018247.24162017>. Acesso em: 27 nov. 2024.

Golden, Christopher D. *et al.* Social-ecological traps link food systems to nutritional outcomes. **Global Food Security**, v. 30, p. 100561, set. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.gfs.2021.100561>. Acesso em: 27 nov. 2024.

Gomes, Rayssa Araújo; GARCIA, Tulia Fernanda Meira; GARCIA, Lúcia Rejane Siqueira. Conhecimento dos profissionais da atenção primária à saúde sobre introdução alimentar infantil. **Revista Ciência Plural**, v. 8, n. 2, p. 1-21, 16 mar. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.21680/2446-7286.2022v8n2id26588>. Acesso em: 24 nov. 2024.

Kroth, Darlan Christiano; Geremia, Daniela Savi; Mussio, Bruna Roniza. Programa Nacional de Alimentação Escolar: uma política pública saudável. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 10, p. 4065-4076, out. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.31762018>. Acesso em: 29 nov. 2024.

Lopes, Wanessa Casteluber *et al.* Alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 36, n. 2, p. 164-170, jun. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/;2018;36;2;00004>. Acesso em: 28 nov. 2024.

Martins, Camila Dantas *et al.* Ambulatório de amamentação na atenção básica como uma importante ação de promoção ao aleitamento materno: relato de experiência. **CoDAS**, v. 36, n. 3, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20232022234pt>. Acesso em: 24 nov. 2024.

Melo, Nathalia Kellen Lucas de *et al.* Aspectos influenciadores da introdução alimentar infantil. **Distúrbios da Comunicação**, v. 33, n. 1, p. 14-24, 22 fev. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.23925/2176-2724.2021v33i1p14-24>. Acesso em: 24 nov. 2024.

Oliveira, Albanita Maria de; Oliveira, Daiany Steffany da Silva. Influência Parental Na Formação De Hábitos Alimentares Na Primeira Infância – Revisão Da Literatura. **Revista Eletrônica da Estácio Recife**, [S. l.], v. 5, n. 2, 2020. Disponível em: <https://reer.emnuvens.com.br/reer/article/view/322>. Acesso em: 23 nov. 2024.

Piasetzki, Cláudia Thomé da Rosa; Boff, Eva Teresinha de Oliveira. Educação Alimentar E Nutricional E A Formação De Hábitos Alimentares Na Infância. **Revista Contexto & Educação**, v. 33, n. 106, p. 318, 19 set. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.21527/2179-1309.2018.106.318-338>. Acesso em: 23 nov. 2024.

Ricardo, Beatriz Inês; Carvalho, Aline Martins de; Lourenço, Bárbara Hatzlhooffer. Exposição a desertos alimentares e marcadores do consumo alimentar entre crianças acompanhadas no Sisvan. **Saúde em Debate**, v. 48, spe1, ago. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2358-28982024e18593p>. Acesso em: 27 out. 2024.

Santos, Jucimara Martins dos; Coelho, Tatiane Aparecida Almeida; Silva, Rayane Freitas Gonçalves. Fatores que interferem na formação do hábito alimentar saudável na infância: uma revisão bibliográfica. **Revista Científica do UBM**, p. 80-94, 3 jan. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.52397/rcubm.v0i48.1422>. Acesso em: 23 nov. 2024.

Siqueira, Ilanna Mirela Becker Jorge *et al.* Consumption of food groups and associated factors among children aged 6 to 23 months. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 40, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2021080>. Acesso em: 24 nov. 2024.

Somaraki, Maria *et al.* Timing of food pieces introduction and neurodevelopment: findings from a nationwide birth cohort. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 21, n. 1, 16 out. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12966-024-01669-5>. Acesso em: 29 nov. 2024.

Souza, B. S.; Molero, M. P.; Gonçalves, R. Alimentação Complementar E Obesidade Infantil. **Revista Multidisciplinar da Saúde**, v. 3, n. 2, p. 1–15, 2021.

Weffort, Virginia R. S., *et al.*, Guia prático de alimentação da criança de 0 a 5 anos - 2021. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamentos Científicos de Nutrologia e Pediatria Ambulatorial. São Paulo: SBP, 2021. 74 f. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/23148cf-GPrat\\_Aliment\\_Crc\\_0-5\\_anos\\_SITE.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/23148cf-GPrat_Aliment_Crc_0-5_anos_SITE.pdf). Acesso em: 28 nov. 2024.

Wu, Wenshen *et al.* Bifidobacterium adolescentis protects against necrotizing enterocolitis and upregulates TOLLIP and SIGIRR in premature neonatal rats. **BMC Pediatrics**, v. 17, n. 1, 5 jan. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0759-7>. Acesso em: 27 nov. 2024.