

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Faculdade de Medicina

Curso de Nutrição

Renata Wadenphul de Moraes

Trabalho de conclusão de curso

Determinantes e construção do comportamento alimentar: uma revisão  
narrativa da literatura

Porto alegre, 2014

Renata Wadenphul de Moraes

Determinantes e construção do comportamento alimentar: uma revisão  
narrativa da literatura

*Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado como requisito parcial  
para obtenção do grau de bacharel  
em Nutrição, à Universidade  
Federal do Rio Grande do Sul -  
UFRGS*

Orientadora Profa. Maurem Ramos

Porto alegre, 2014

Renata Wadenphul de Moraes

Trabalho de conclusão de curso

Determinantes e construção do comportamento alimentar: uma revisão narrativa da literatura

*Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado como requisito parcial para  
obtenção do grau de bacharel em Nutrição,  
à Universidade Federal do Rio Grande do  
Sul - UFRGS*

Orientadora Profa. Maurem Ramos

Porto alegre, 2014

A comissão organizadora, abaixo assinada, aprova o trabalho de conclusão de curso “Determinantes e construção do comportamento alimentar: uma revisão narrativa da literatura”, elaborado por Renata Wadenphul de Moraes, como requisito parcial para a obtenção do Grau de Bacharel em Nutrição.

Comissão examinadora:

---

Profa. Vivian Luft (UFRGS)

---

Profa. Maria Eunice Maciel (UFRGS)

---

Profa. Maurem Ramos (orientadora)

## **Agradecimentos**

Aos meus pais pelo ensinamento dos saberes da vida, tais como honestidade, respeito, persistência e humildade. Sobretudo, pelo apoio e paciência ao longo destes últimos cinco anos, cruciais para concluir esta etapa. E ao meu irmão Pedro pelo apoio nos momentos oportunos, bem como pelo carinho que nos acompanha.

A minha avó, Gladys de Moraes, pois sem seu incentivo não teria obtido a perseverança necessária para concluir este sonho, o qual também era seu.

Aos meus amigos queridos, principalmente aqueles que conquistei nesse período de graduação, pois muito se mostraram presentes quando foi preciso.

A minha orientadora, Maurem, por ter aceitado trabalhar comigo. Também pela confiança depositada na construção desse trabalho, acreditando no meu potencial sem me deixar desistir ou desistir de mim.

Aos professores pelo conhecimento e aprendizado proporcionado, e a muitos deles pela amizade.

## RESUMO

A alimentação é uma necessidade biológica para a sobrevivência do seres vivos. No entanto, valores culturais e simbólicos são incorporados à alimentação dos humanos determinando seu comportamento alimentar, o qual é originado por aspectos demográficos, econômicos, sociais, culturais, ambientais, psicológicos e nutricionais de um indivíduo ou sociedade. O estilo de vida e alimentar se alterou em função de fatores agregados à vida moderna, tais como o tempo, trabalho e praticidade, custo e diversidade, resultando numa estruturação alimentar influenciada por componentes como a mídia, ambiente escolar e familiar, aculturação e tendências tecnológicas, e por isso o comportamento alimentar não se explica somente pelas práticas alimentares com relação direta ao alimento, tais como escolha, quantidade ou preparo. O primeiro componente na formação dessa conduta é a amamentação, a qual reflete um processo de socialização e vínculo da mãe com a criança, instalando o início do aprendizado. A boca será neste momento seu veículo de experiência de mundo, enquanto aprende. Alguns pesquisadores da área de conhecimento e evolução humana explicam, através de teorias, a formação do comportamento, as quais também embasam a respeito da conduta alimentar, podendo afirmar que o ambiente influencia nessa formação, assim como outros fatores mencionados e de modo geral, o estilo de vida. A socialização proporcionada pela família e escola, será o próximo componente e embasa acreditar que a modelação é uma das formas de construir o comportamento humano e alimentar. O indivíduo utiliza do processo cognitivo, que envolve percepção, linguagem, memória, atenção, sensações, e pensamento, para aprender e moldar sua conduta, e com as experiências vai agregando ao seu comportamento fatores observados. Por isso, fala-se tanto que o comportamento alimentar dos pais pode modelar o estilo alimentar dos filhos, assim como para outros âmbitos. Outra teoria que fundamenta a formação do comportamento se refere ao reforço que damos às atitudes. Sinteticamente, quando estimulamos uma conduta permitimos que ela aconteça e a probabilidade dela ocorrer novamente também aumenta, por exemplo na situação da criança exigindo dos pais um doce não permitido, até que ele é concedido. Novos campos de avanço em pesquisa têm procurado associar as teorias que melhor respaldam a respeito do comportamento humano, e consequentemente alimentar, e já alcançam achados que confirmam teorias quanto à

influência do ambiente, através de mecanismos neuroquímicos. A ação dos órgãos de sentido agindo principalmente por intermédio do hipotálamo pode afetar o equilíbrio corporal e o comportamento, utilizando-se de estímulos e reflexos, atuação de hormônios, apontando o sistema sensorial como forte determinante.

**Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com busca de artigos publicados em periódicos da área da saúde que abordam o tema em questão, disponíveis nas bases de dados eletrônicas Scielo, Bireme, Biblioteca Virtual em Saúde – Psicologia e Periódicos eletrônicos em Psicologia, PubMed e Lilacs, no período de 2000 a 2014 essencialmente, além de livros publicados na área de conhecimento das Ciências Sociais. A revisão narrativa permite olhar para os fenômenos do ponto de vista histórico-conceitual, para entendê-los a partir das realidades vivenciadas e do conhecimento científico acumulado.

**Palavras-chave:** comportamento alimentar, determinantes do comportamento alimentar, mídia e consumo de alimentos, cultura e antropologia na alimentação, processo ensino e aprendizagem, no comportamento humano e alimentar, neurociência, controle neural e atuação do ambiente sobre o comportamento humano e alimentar.

#### **ABSTRACT**

Feeding is a biological need in order to living beings to survive. However, cultural and symbolic values are incorporated into human feeding, determining our feeding behavior, which is originated by demographic, economic, social, cultural, environmental, psychological and nutritional values of an individual or society. Feeding and life styles have been altered because of modern life factors, such as time, work and practicality, cost and diversity, resulting in a feeding structure influenced by components such as media, educational and family environment, culture and technological trends, and because of that, feeding behavior is not explained by eating practices with a direct relation to food, such as choice, quantity or preparation. The first component in the structure of this practice is breastfeeding, which reflects a process of socialization and bonding of mother with the child, marking the start of learning. The mouth will be, in this moment, the child's way to experiment the worlds, while

they child learn. Some researchers in the area of human knowledge and evolution explain, through theories, the construction of behavior, which is also connected to the idea of feeding behavior, making it possible to declare that the environment influences that construction, as also do the other mentioned factor and, in a general way, the life style. The socialization promoted by family and school will be the next component and leads to believe that modeling is one of the ways to structure human feeding behavior. The individual uses the cognitive process, which involves perception, language, memory, attention, sensation, and thought, to learn and model their behavior, and with additional experience contributes to said behavior. That's why it is said that the parents eating habits can influence and model the children's eating habits, as it does in other circumstances. Another theory that forms the base of the study of behavior refers to the reinforcement we give to certain acts. Briefly explaining, when we encourage a behavior, we allow it to happen. For instance, when a child demands sweets to their parents until the child receives them. New developments in research have been seeking to relate the theories that better explain human behavior, and by consequence, feeding behavior. There are findings which confirm the influence of the environment, through neurochemical mechanisms. The action of meaning centers acting primarily through the hypothalamus can affect body balance and behavior, using stimuli and reflexes, the use of hormones, leading to the belief that the sensorial system is an important and determining source.

**Methodology:** the present work is a narrative bibliographical revision, with search for articles published in journals in the field of Health that deal with the subject in question, available through databases such as Scielo, Bireme, Biblioteca Virtual em Saúde - Psychology and electronic journals in Psychology, PubMed and Lilacs, during the period between 2000 and 2014 essentially, as well as published books in the Social Sciences area. The narrative revision allows us to look at a phenomenon through a historical and conceptual point of view, and to understand it through the lived realities and the accumulated scientific knowledge.

**Keywords:** feeding behavior, eating habits, feeding behavior determining factors, media and food consumption, culture and feeding anthropology, teaching and learning process in human and feeding behavior, neuroscience, neural control, the influence of the environment on human and feeding behavior.

## SUMÁRIO

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| 1. INTRODUÇÃO .....                 | 8  |
| 2. METODOLOGIA .....                | 12 |
| 3. REVISÃO DA LITERATURA .....      | 13 |
| 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....        | 42 |
| 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS ..... | 43 |

## 1. INTRODUÇÃO

O ato de alimentar-se advém de uma necessidade biológica para a sobrevivência. No entanto, com o tempo, o mesmo adquiriu valores e necessidades, sofreu mudanças e, atualmente apresenta novas tendências enquanto práticas alimentares, no que tange aos campos social, econômico, cultural, psicológico e nutricional.

Do ponto de vista nutricional, uma alimentação equilibrada deve suprir as necessidades biológicas, energéticas, de macronutrientes (proteínas, gordura e carboidratos), além de vitaminas e minerais, os micronutrientes. Enquanto uma alimentação saudável integra também o bem-estar do indivíduo, e é proposta como estilo de vida para promoção da saúde associado a exercícios físicos regulares. Entretanto, o fator nutricional, ou o conhecimento científico sobre alimentos/alimentação, constituem o determinante de menor peso para a formação ou mudanças no comportamento alimentar, uma vez que o mesmo não é suficiente para promover tais construções.

Nesse sentido, Toral e Slater (2007) definem o comportamento alimentar, como sendo uma conduta determinada por diversas influências, dentre elas aspectos de ordem nutricional, demográfica, econômica, social, cultural, ambiental e psicológico de um indivíduo ou sociedade.

Em outras palavras, este comportamento não se restringe a prática diretamente envolvida com o alimento (qual, quanto, como, onde e com quem comemos), mas envolve aspectos subjetivos em torno da alimentação, sejam socioculturais e econômicos, tais como as condições de vida do indivíduo, poder aquisitivo, acesso à informação e a alimentos, pessoais, como família, amigos e valores adquiridos, ou psicológicos (escolhas, desejos, apreciação, preferências, adequação de alimentos e preparações para diferentes ocasiões, etc). Enquanto este difere de hábito alimentar, o qual se trata de uma ação repetida de forma automática aprendida e incorporada, não representando o comportamento como um todo. Entretanto, o

comportamento alimentar e os hábitos são entendidos de maneira igualitária, sob o mesmo significado na linguagem coloquial (GARCIA, 2003; GAYBRIEL, 2008).

Dentre os determinantes que repercutem na alimentação dos indivíduos, os quais devem se destacar estão aqueles de ordem ambiental e sócio-econômica, sobre os quais é possível fazermos uma associação com a atual geração de doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT's), tais como a obesidade e hipertensão, aos hábitos e comportamentos de vida adotados. Entre as principais causas de DCNT's estão as questões alimentação e sedentarismo, além do tabagismo. Dessa forma, segundo Popkin, o atual empenho da população para comportamentos saudáveis marca um novo período para superar a era das doenças crônicas. Essa era de mudanças de comportamento através da alimentação e intensificação de exercícios físicos, tem a intenção de reduzir doenças degenerativas e prolongar a saúde.

Como primeiro determinante do comportamento alimentar, temos a amamentação uma vez que garante o primeiro processo de socialização entre indivíduos e traz agregada uma composição cultural, de aprendizagens, de mudanças e valores enraizados na sociedade, um complexo simbólico que terá influência sobre a construção psicológico-social, na formação da criança, e futuro adulto.

Uma vez que práticas alimentares são aprendidas na infância, tem-se que o comportamento alimentar começa a ser formado já nesse período. Por isso, podemos dizer que o comportamento alimentar de crianças em idade pré-escolar é determinado em primeira instância pela família, já que o mesmo é dependente dela, e de forma secundária pelas outras interações psicossociais e culturais (RAMOS & STEIN, 2000). A família será quem transmitirá ensinamentos, ou seja, as atitudes e práticas alimentares dos pais serão repassadas aos filhos, ao passo que os mesmos terão mais autonomia sobre sua própria alimentação enquanto crescem, tornando-se capazes de tomar decisões e selecionar os alimentos que desejam. Dessa forma, segundo Lucas (2002), os pais são responsáveis por oferecer uma refeição variada para que a criança conheça sobre os diversos sabores, além de garantir uma dieta apropriada e nutritiva para seu desenvolvimento. Com isso, fica claro que a família pode ser considerada um forte influente, ou talvez o primeiro e principal preditor do futuro comportamento alimentar

do indivíduo, já que além de ensinamentos, que exigem informação dos pais, serão possivelmente, apesar de controvérsias, repetidas também aversões e preferências alimentares (RAMOS, 2001).

Sendo o ambiente sobre o qual o indivíduo está inserido um poderoso determinante do comportamento humano e alimentar, o ambiente escolar também se apresenta como um decisivo fator da construção inicial deste comportamento. Na escola, assim como ocorre na família, são ensinadas ações e questões sobre alimentação saudável, seja através da oferta na alimentação escolar, ou tendo como exemplo colegas e professores. Salientando que, segundo Lucas (2002), as crianças em grupo se alimentam melhor, por incentivo dos colegas, e que uns servem como modelo aos outros. Nesse sentido, os pais devem estar atentos a esta formação de condutas alimentares reforçando comportamentos positivos.

Ainda, a sociedade se apresenta em meio a um processo de globalização, o qual fortaleceu o consumo de industrializados, interferindo no padrão alimentar inclusive devido ao forte apelo da publicidade. A mídia, ao englobar todos os veículos de informação, interfere na adoção de condutas, seja em relação aos quesitos estéticos, tais como os ideais de beleza, o que intervém diretamente na percepção corporal do indivíduo, materiais ou alimentares. No entanto existem vantagens e desvantagens sobre a propagação de facilidades, informações, novidades (FERNANDES, 2007).

De acordo com Heede e Pelican (1995), o marketing não tem por objetivo desenvolver a capacidade intelectual das pessoas, mas sim, mudar ou reforçar comportamentos utilizando-se da satisfação dos desejos e vontades do consumidor. E por isso vale ressaltar que a publicidade de alimentos permite a incorporação de valores, que serão considerados na escolha alimentar. A busca por tempo na rotina diária fortalece o consumo de alimentos pré-prontos, e a indústria procura de maneira contínua garantir esta satisfação através de novas tecnologias e serviços de alimentação. De forma mais concisa, Garcia (2003) diz que trabalho, tempo, praticidade, diversidade, entre outras características foram agregadas ao alimento industrializado por meio de avanços tecnológicos, a custos sempre mais baixos, de maneira que facilitasse o manejo da alimentação no ambiente urbano.

Valendo-se dessas alterações, é possível compreender algumas das dificuldades da população em geral na adoção de um comportamento saudável. Isso acontece porque a ideia do comer não mais trata somente da necessidade para a sustentação do corpo, como na era primitiva. Atualmente, comer engloba também atributos como o prazer proporcionado, a sociabilidade, a necessidade de facilidade de preparo e aquisição do alimento, em meio aos fatores cognitivos tais como a construção das condutas sob, essencialmente, o processo de aprendizagem.

Sendo assim, em virtude da crescente demanda de alterações e incorporações moderno-urbanas nos aspectos da cultura e comportamento alimentar, atrelados ao comportamento humano, faz-se relevante a construção de um trabalho que sintetize de forma contextualizada e fundamentada os fatores que determinam e compreendem o comportamento alimentar. Portanto, o presente trabalho descreverá através de uma revisão que se apresenta de forma narrativa, sob os aspectos individuais e coletivos, o comportamento alimentar e sua construção enquanto conduta, amparando-o na antropologia e modelos psico-sociais, evidenciando as mudanças e seus reflexos sofridos no espaço brasileiro, procurando amplificar a área de conhecimento do nutricionista e profissionais de saúde, ao demonstrar a complexidade deste tema o qual dita os diversos comportamentos, não somente no campo da alimentação e nutrição.

## 2. METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão da literatura que se apresenta de forma narrativa. As bases de dados utilizadas para pesquisa são os veículos eletrônicos Scielo, Bireme, Biblioteca Virtual em Saúde – Psicologia e Periódicos eletrônicos em Psicologia, PubMed e Lilacs, além de livros publicados na área de conhecimento das Ciências Sociais, além de auxílio de plataformas de artigos acadêmicos de forma geral. O período de abrangência dos artigos se estende dos anos 2000 a 2014 essencialmente, ainda que tenha incluído artigos relevantes de anos anteriores. A pesquisa se deu através de descritores por assunto, tais como: *comportamento alimentar e seus determinantes, comportamento alimentar infantil, mídia e consumo alimentar, cultura e antropologia na alimentação, identidades e valores sócio-culturais da comida e aspectos do processo ensino-aprendizagem no comportamento humano e alimentar*. Os trabalhos incluídos atendem as línguas inglesa, portuguesa e espanhola.

### 3. REVISÃO DA LITERATURA

#### **ALIMENTO E ALIMENTAÇÃO**

A alimentação não é ato solitário, mas é atividade social, sempre envolve outras pessoas na produção de alimentos, em seu preparo e, sobretudo, na própria comensalidade, ocasião para se criar e manter formas ricas de sociabilidade. Ressalta-se ainda o aspecto estético da alimentação, presente na exposição da comida à mesa, na riqueza de formas, cores, odores, bem como a dimensão erótica de alimentos classificados como afrodisíacos, supostos estimulantes do desejo e do aprimoramento da performance sexual. Assim, a alimentação só pode ser entendida como processo social complexo que envolve diferentes esferas da vida social, inclusive a dimensão do sagrado (ROMANELLI, 2006, p.335).

O alimentar-se não mais se traduz somente como uma necessidade biológica, segundo Romanelli (2006), a relação com a comida não é regida conforme a qualidade do alimento ou pelo grau de retorno a saúde, de forma maior, é mediada por um emaranhado sistema simbólico que organiza as escolhas alimentares. Em outras palavras, Santana (2012, p. 1) complementa ao dizer que “comer constitui em um ato impregnado de significados que são incorporados aos alimentos desde o preparo até o consumo”.

Sob a perspectiva antropológica, a alimentação se define em duas esferas: o campo do conhecimento, que informa como ela se apresenta entre o caráter simbólico dos costumes, e o campo do natural e cultural. Ao mesmo tempo em que a alimentação está associada a costumes e simbologias construídas por valores culturais e familiares, e transmissão dessa herança e identidade por gerações, também remete à naturalidade, ou seja, ao alimento fornecido pela natureza, às condições fisiológicas humana, como a fome (ROMANELLI, 2006).

O ato da alimentação, além de suprir a demanda nutricional, hoje está agregado de valores e necessidades, sofreu mudanças em níveis culturais, familiares, econômicos. Assim, a escolha alimentar está direcionada conforme o sistema social-cultural, condicionada pelo ambiente ao qual o indivíduo está inserido (ROSSI, 2008).

Nesse sentido, a comida adquiriu uma identidade, traduz e representa a sociedade em questão. Dessa forma, é possível caracterizar as sociedades conforme seus hábitos e escolhas alimentares (ROMANELLI, 2006; SANTANA, 2012).

## **COMPORTAMENTO ALIMENTAR**

Na concepção de Piaget, um estudioso da área do conhecimento e evolução humana, o comportamento humano define-se por um conjunto de ações que os indivíduos exercem sobre o meio com o objetivo de modificá-lo ou se transformar. Trata-se de uma construção de conduta, porém adaptativa e flexível, que vai se moldando com o passar do tempo, tendo em vista as peculiaridades do ambiente. E o mesmo vale para o comportamento alimentar, que também é passível de alterações.

Trata-se de uma conduta complexa, que inclui determinantes internos e externos ao indivíduo, sendo formado, portanto, por inúmeros fatores, nos quais se incluem os de ordem biológica, psicológica e ambiental (Garcia, 2011; GARCIA, 2003.)

### **Determinantes ambientais:**

#### **Família**

O aspecto social da alimentação, segundo Romanelli (2006) está presente desde o nascimento. O leite materno oferecido ao mesmo tempo em que é o primeiro alimento, também é o primeiro contato com a mãe. As interações mãe-bebê configuram as primeiras interações sociais de um indivíduo, e podem ser caracterizadas por trocas: de afeto, conforto, proteção, sendo a figura materna o principal adulto a interagir com a criança após o seu nascimento, da qual depende sua alimentação e interfere na sua construção psicológico-social. A prática culinária, fortemente ligada ao universo feminino, deverá nesse sentido atender além das necessidades biológicas do ato de comer, também obedecer a regras para direcionar

um adequado comportamento alimentar da criança (ROMANELLI, 2006; MOURA, 2000).

A mulher, portanto, pode ser considerada peça chave na alimentação da família, já que não se limita a atividades envolvidas diretamente com o preparo dos alimentos. A mesma também é responsável, geralmente, por controlar indiretamente o orçamento doméstico devido às compras dos insumos. As mulheres, comumente, distribuem a refeição entre os membros da família, e ainda têm maior acesso que os homens, basicamente por interesse, a informações acerca da alimentação provenientes de várias fontes e de programas informativos. Assim atuando na formação do comportamento alimentar e também exercendo o papel de transformadora de hábitos (ROMANELLI, 2006).

Após o desmame, a criança está exposta a um leque maior de determinantes que irão influenciar na formação de seu comportamento alimentar. O ato de comer configura uma ocasião social, e na condição de criança isto está estabelecido, sobretudo porque elas precisam de auxílio e ainda não são capazes de preparar seu próprio alimento. Ao receberem a alimentação dos pais, os mesmos são responsáveis por oferecer uma refeição variada que garanta aprendizado sobre os diferentes sabores, de forma a exercitar e desenvolver o paladar, ainda agregada a um equilíbrio nutricional em favor do desenvolvimento infantil (LUCAS, 2002).

Entretanto, o padrão alimentar infantil é determinado por suas preferências, nesse sentido, são necessárias inúmeras tentativas de experimentação com os alimentos, conhecendo seus sabores, textura e as sensações que proporcionam para que esteja familiarizado, possibilitando ainda a percepção da variedade alimentar. Assim, no intuito de atingir a aceitação de novos alimentos, e para alcançar modificações alimentares, são necessárias repetidas exposições, sendo de 8 a 10 para crianças de até dois anos de idade, e chegam a 8 a 15 exposições para aqueles entre quatro e cinco anos. A experiência alcançada deve ser positiva para induzir a preferência da criança, do contrário, pode interferir de forma negativa sobre as escolhas futuras. Mas não cabe utilizarem o efeito recompensa para conquistar a

criança, pois ainda que se mostre efetiva em curto prazo, corre o risco de reforçar a preferência, pelo doce por exemplo (RAMOS & STEIN, 2000; ROSSI, 2008).

O sabor fica como uma marca da experiência com o alimento, e afetará não somente a escolha, como também a quantidade consumida. Nessa fase, a sensação de fome e saciedade estão em construção, sendo importante o estímulo e a disponibilidade de novos alimentos que possibilite a construção do padrão de consumo da criança e a percepção das sensações, bem como para o enfrentamento de situações, a exemplo da neofobia alimentar, ainda que faça parte do processo de experiência (ROSSI, 2008; RAMOS & STEIN, 2000; LEANDRO, 2010).

Assim, a criança está aberta, na maior parte do tempo, à oferta da diversidade de alimentos, dos quais vai adquirir preferências e o seu consumo será influenciado em primeira instância pela família, seus pais (LUCAS, 2002). Em segundo plano, será determinado por interações psicossociais e culturais (RAMOS & STEIN, 2000). Nesse sentido, cabe aos pais manipularem uma conduta de bons hábitos, e permitir o aprendizado do reconhecimento da sensação de fome e saciedade, que está se formando, não forçando o consumo de alimentos, do contrário, há chance de formarem-se práticas de risco para a saúde no futuro (LAUS, 2011).

É durante a idade pré-escolar que as preferências alimentares direcionam a escolha alimentar. Trata-se de outro momento importante na formação das crianças, para as que não passam o dia inteiro na escola. Sendo fundamental aos pais e família, que ainda se mostram influentes sobre os menores, de estabelecer uma dieta balanceada e satisfatória ao crescimento e desenvolvimento, bem como supervisionar o aprendizado de autocontrole do apetite e da saciedade. Ainda, devem considerar que as crianças tenderão a preferir os alimentos encontrados com facilidade em casa e àqueles aos quais estão frequentemente expostos, sendo a sua familiaridade sobre o alimento um resultado das experiências com o mesmo (LAUS, 2011; RAMOS & STEIN, 2000).

Conforme a criança vai crescendo, passam a adquirir maior controle sobre sua alimentação, decidindo e escolhendo, enquanto os pais, por sua vez, vão perdendo o

controle sobre seus atos perante as refeições, desse modo exercendo poder sobre seus pais na hora das refeições e compras dos insumos (ROSSI, 2008).

Datas especiais são uma oportunidade para pedidos sobre as compras da família. Além disso, essa influência sobre as decisões econômicas, também passaram a ser valorizadas em função de algumas mudanças ocorridas na sociedade, tais como prioridade e valores simbólicos. Um estudo realizado na França mostrou que 80% das mães, quando acompanhadas pela criança no supermercado, acabam por levar pelo menos um produto a mais, excedente à lista de compras. Apresentou ainda que cerca de 40% do consumo das famílias é proveniente da influência das crianças, e que são as próprias crianças que descobrem 50% dos novos produtos ao seu redor (ROLDÃO, 2007).

Nesse sentido, o consumo e alterações de compras atingem todo âmbito familiar, mesmo as crianças participam das decisões econômicas através dos pedidos e preferências, inclusive considerando a absorção de informações por recursos aos quais hoje facilmente tem acesso (BEULKE, 2005).

Segundo essa lógica, os pais necessitam estabelecer critérios de compras de alimentos adequados e uma educação voltada para a mesma, além de estarem atentos ao comportamento que demonstram durante a refeição e reações à comida, já que servirão como modelo para seus filhos (LAUS, 2011; LUCAS, 2002).

Além disso, a influência parental sobre as escolhas alimentares também pode se apresentar sob o aspecto religioso (ROSSI, 2008). A religião também impõe estruturas alimentares, normas e, portanto, pode ser entendida como parte do sistema simbólico alimentar que direciona o comportamento. A exemplo das normas judaicas, em que são proibidos alguns alimentos em especial e, estão estabelecidas algumas particularidades de preparo.

Ademais, as escolhas alimentares não dependem somente dos aspectos mencionados, mas também dos fatores cognitivos, dentre eles o conhecimento sobre os benefícios e o custo associado ao alimento (ROSSI, 2008).

Importante colocar a respeito da forte demanda de alimentação fora de casa. Um estudo realizado com mulheres identificou que classes mais baixas justificam o comer fora como algo emergencial, sem planejamento. Entretanto, pode ser um momento de refeição realizado na casa de amigos ou familiares, não sendo vinculado somente ao ambiente comercial, restaurante. Enquanto que para as classes mais altas, este é visto como um evento, com simbolismo comercial, que acompanha celebração, prazer, e cada vez mais integra as necessidades da vida urbana: tempo, trabalho, praticidade. Esses momentos fora do lar podem interferir na percepção dos filhos, podendo ser visto como algo especial, e refletir nas escolhas ou rotinas alimentares (CASOTTI, 2002).

Dessa forma, o ambiente familiar deve criar um espaço propício à alimentação adequada e direcionado a melhoria das escolhas, especialmente sobre as crianças, que podem se instalar por outras esferas sociais. E os pais podem ser considerados instrumento de intervenção no objetivo de melhorar e estabelecer essa configuração de alimentação, utilizando inclusive de estratégias para vencer obstáculos de ordem cognitiva (ROSSI, 2008).

## **Escola**

O ambiente sobre o qual o indivíduo está inserido é um poderoso determinante do comportamento humano e alimentar, logo a escola também se apresenta como um decisivo fator da construção inicial do comportamento alimentar, considerando que os escolares, em função das necessidades geradas pela vida urbana repercutidas na família, passam cada vez mais prolongados períodos na escola (Lucas, 2002), a qual também atua como ambiente socializador da alimentação da criança, uma vez que permite contato, novas experiências e informações, que serão alocadas na memória-aprendizado (RAMOS & STEIN, 2000).

A necessidade de satisfazer as carências dos escolares em virtude da nova demanda familiar, originou nos anos 1950, o primeiro programa de alimentação escolar, atualmente chamado de PNAE. De caráter nacional, este programa funciona

de forma descentralizada da instância federal para a estadual e municipal. O mesmo estabeleceu que a merenda, hoje usado o termo alimentação escolar, devesse ser servida no período entre as aulas (Silva e cols. 2000), e de acordo com a Resolução FNDE n. 26 de junho de 2013, a qual dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE, os cardápios devem suprir no mínimo 70% das necessidades nutricionais, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para os alunos participantes do Programa Mais Educação e para os matriculados em escolas de tempo integral, ou no mínimo 30%, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial, havendo outras divisões conforme o número de refeições no período, ou se tratando de alunos de escolas localizadas em comunidades indígenas ou áreas remanescentes de quilombos. Conforme Amodio-Fisberg (2002, apud Laus, 2011, p.119), a alimentação escolar deve ser composta por um alimento energético e protéico, uma sobremesa e uma bebida, ponderando os aspectos da proporcionalidade, moderação e variedade. Assim, a mesma desempenha um relevante papel sobre a formação alimentar, uma vez que tem o poder de estimular e incorporar hábitos mais saudáveis.

Na escola, assim como ocorre na família, são ensinadas ações e questões sobre alimentação, seja através da oferta na alimentação escolar, ou ao garantir uma visão espelhada sobre colegas, amigos e professores (COSTA, RIBEIRO, RIBEIRO, 2001; LUCAS, 2002; VITOLLO, 2003). De acordo com Lucas (2002), ao alimentarem-se de forma coletiva, os colegas comem melhor e experimentam maior diversidade de alimentos do que sem companhia. Nesse sentido, os pais têm o dever de estar atentos a esta formação de condutas alimentares reforçando comportamentos positivos.

## **Mídia**

A mídia tem seu poder na indução do comportamento definido através do modo como se dirige ao público, ao impor padrões ideais e expectativas. Sendo capaz de influenciar no comportamento alimentar através do fortalecimento do consumo de industrializados, bem como através dos ideais de beleza propagados vs. a percepção

corporal do indivíduo (LAUS, 2011). E o Institute of Medicine (2006) complementa ao informar que “entre as diversas formas de influência sobre as práticas alimentares provenientes do meio, a mídia, nas suas múltiplas formas, está entre as que mais rapidamente estão assumindo papel central na socialização de crianças e jovens”.

A definição de mídia é ampla, englobando todos os veículos dos setores da comunicação utilizados para divulgar conteúdos de publicidade e propaganda (FERNANDES, 2007). Os meios mais utilizados pela indústria da informação são os jornais, as revistas, emissoras de rádio, mas principalmente a televisão.

Os termos publicidade e propaganda aplicados à área de alimentação, segundo Beiler (2012, p. 483)

*“[...] possuem o mesmo significado, abrangendo um conjunto de técnicas e atividade de informação persuasão, com fins ideológicos ou comerciais, utilizadas com objetivo de divulgar conhecimento e/ou visando exercer influência sobre o público, por meio de ações que visem promover e/ou induzir a prescrição, a aquisição, a utilização e o consumo de alimentos”.*

No entanto, existem vantagens e desvantagens sobre essa facilidade de disseminar matérias. Segundo Heede e Pelican (1995), o marketing não tem a intenção de incentivar e desenvolver a capacidade intelectual das pessoas, mas sim modificar comportamentos utilizando-se da satisfação dos desejos e vontades do consumidor. Vontades estas também impostas pela mídia, através da imposição dos ideais propagados, quais sejam na área estética, material ou alimentar. Por isso vale ressaltar que, a publicidade de alimentos permite a incorporação de valores, que serão considerados na escolha alimentar.

Dentre os meios de comunicação citados, a televisão apresenta maior peso, já que facilmente atinge o público infantil e adulto (LAUS, 2011). O hábito de assistir televisão pode contribuir no desenvolvimento infantil enquanto conduz informações positivas e diversão, e também se apresenta como meio socializador. Entretanto, também permite a propagação de conhecimentos com impacto negativo, enquanto distrai a criança de outras atividades, tais como estudar, brincar ou fazer atividade física. Assim, por si só, o hábito de assistir televisão é considerado uma atividade sedentária, tanto no meio adulto como para as crianças, uma vez que ocupa horas da

sua rotina, deixando de lado outras atividades da mesma, e contribui para a diminuição do gasto calórico diário, podendo resultar em aumento excessivo de peso (GUPTA, 1994; LEVY 2009).

Segundo os autores Dietz-Strasburger (1991) e Craveiro (2007), o comportamento alimentar infantil está diretamente relacionado ao tempo despendido assistindo aos produtos anunciados pela mídia televisiva. De certo modo, isso acontece em função da frequente referência a alimentos durante os comerciais e programação utilizando-se de estratégias conforme o público alvo, provocando ingestão de alimentos de elevada densidade calórica e contribuição a obesidade infantil.

As crianças apresentam grande facilidade de aceitar novas ideias, e tendem a desejá-las até alcançá-las (Pérez, 1991), desse modo, o hábito de assistir televisão está diretamente ligado aos pedidos, às compras e ao consumo dos produtos alimentícios divulgados. Inclusive especialistas da área de marketing alegam que as preferências por certas marcas se instalam antes do início do comportamento de compra se iniciar. E estudos internacionais complementam: o primeiro episódio no qual a criança pede aos pais para adquirirem um produto em especial, ocorre em torno dos 24 meses de idade, sendo voltados em primeiro lugar para cereais, seguido de snacks e bebidas, e por último, brinquedos (CRAVEIRO, 2007).

Porém, a estratégia não está somente na divulgação dos produtos através da mídia, outras táticas estão presentes após a fixação da intenção de consumo: no momento da compra. Neste momento, as crianças são fortes influentes a ponto de induzir a compra, nesse sentido, grandes redes de supermercado se preocupam em colocar os alimentos de apelo infantil ao alcance das crianças, para que possam alcançar os produtos ao reconhecerem as marcas mais veiculadas (QUAIOTI, 2006).

Por isso, é preciso uma adequada regulamentação sobre a propaganda de alimentos, uma vez que o consumidor tem direito à informação, à saúde e à escolha consciente, apesar dos apelos publicitários e seus produtos, na maioria das vezes, não agregarem tais atributos. Assim, se percebe a necessidade de atualização e fiscalização da informação, bem como do seu veículo, e aplicada aos grupos alimentares e público-

alvo, pois a liberdade e escolha consciente são permitidas através desses mecanismos (MARINS, 2011; CHAUD, 2004).

Com essa demanda instalada, a Agência de Vigilância Sanitária no Brasil regulamentou providências através da RDC 24 de junho 2010, a respeito da oferta, propaganda, publicidade e informação, enquanto na divulgação e a promoção comercial de alimentos considerados com quantidades elevadas de açúcar, gordura saturada, gordura trans, sódio, bebidas com baixo teor nutricional. Sobre a mesma, é preciso salientar que exige que tais alimentos sejam facilmente distinguíveis dos demais e contenham informam sobre seu consumo em excesso.

Em 2006, tendo em vista o panorama da época, o qual vinha se intensificando, Hawkes, através de seu relatório em conjunto a Organização Mundial da Saúde e Organização Pan-Americana da Saúde, descreve na forma de revisão, as regulamentações mundiais e práticas de marketing de alimentos, especialmente para crianças. Dos 73 países analisados, 62 deles possuem regulamentações sobre publicidade televisiva que fazem referência às crianças, porém, são 32 os que possuem restrições específicas voltadas ao público infantil. O documento também reforça a afirmação de que a publicidade afeta as escolhas alimentares e influencia os hábitos alimentares.

Faz-se necessário entrar no mérito que a busca por tempo na rotina diária fortalece o consumo de alimentos pré-prontos, que garantem tempo e praticidade. Assim, a indústria procura de maneira contínua garantir esta satisfação através de novas tecnologias e serviços de alimentação, e utiliza-se desses atributos incorporados ao alimento, para no meio comunicativo divulgá-los e induzir ao consumo (GARCIA, 2011). Com isso, alimentos modernos transmitem a ideia de suprir as demandas da vida urbana atual.

As mensagens transmitidas por tais veículos apresentam caráter significativamente persuasivo, assim, o impacto do que está sendo propagado pode ser positivo ou negativo, conforme o consumidor entende, aceita e integra a mensagem transmitida a sua atitude e estrutura de valores (KRUGMAN, 1965 & VAUGHN, 1980).

Além disso, os governos através das regulamentações devem estar dispostos a se aproximar da realidade e, reforçar estratégias para os direitos de alimentação adequada, para que o indivíduo possa gozar da sua liberdade de escolha alimentar de forma saudável (VASCONCELLOS, 2014).

Outro aspecto da mídia, marcante, segundo Rossi (2010), é que a televisão pode ser vista como um marcador para identificação de reduzidos níveis de atividade física e também de práticas alimentares pouco saudáveis. O que complementa a percepção de Beiler e cols. ao afirmar que já dispomos de evidências suficientes para dizer que a mídia televisiva influencia as preferências alimentares da sociedade. Com isso, e outros aspectos determinantes, as propagandas vêm contribuindo para um ambiente promotor de obesidade, também chamado de “ambiente obesogênico”, o qual apresenta acesso amplo e facilitado a alimentos de alta densidade energética, pobres em micronutrientes, a exemplo dos modernos alimentos processados os quais apresentam altos teores de gorduras, açúcar e sódio, geralmente consumidos fora do ambiente familiar, mas também presentes no domicílio uma vez que emprega tempo e facilidade no preparo. (VASCONCELLOS, 2014; TORAL, 2007; BEILER, 2012).

Tamanha repercussão da mídia impulsionou interesse e necessidade de averiguar o comportamento alimentar de adolescentes. Assim, Levy (2009) traz resultados sólidos em seu estudo, baseado no Censo Escolar de 2007 do Ministério de Educação, com alunos do 9º ano do ensino fundamental de escolas públicas e privadas das 26 capitais dos estados brasileiros e Distrito Federal no período letivo de 2009. Através da análise de frequência de consumo de alimentos considerados marcadores saudáveis, feijão, hortaliças, frutas in natura e leite, e não saudáveis, refrigerantes, guloseimas, biscoitos doces e embutidos, bem como da avaliação de comportamento, considerando como saudável a realização de almoço ou jantar com a mãe ou responsável, e como marcador não saudável comer enquanto estuda ou assiste televisão, constatou-se que mais da metade dos estudantes tinha o hábito de comer enquanto assistia TV ou estudava, e também encontrou que a proporção de alunos que consumia alimentos saudáveis regularmente variou de 31,3% a 57,4%, e também que sobre a semana anterior mais de 20% dos alunos não havia consumido leite frutas

ou hortaliças, o que pode implicar em conseqüências negativas na escala saúde e educação.

### **CULTURA: seus aspectos na alimentação e os reflexos da vida moderna**

De acordo com Braga (2004), a partir de uma linha antropológica, a cultura pode ser percebida como uma organização simbólica, através de um conjunto entrelaçado de planos, receitas, regras e normas que regem o comportamento humano, em que os símbolos e significados são compartilhados entre os envolvidos do sistema cultural, sendo assim coletivo e público, não restringindo ao individual ou privado.

A alimentação, segundo Braga (2004), se divide em linhas de abordagens, podendo cada uma se apresentar de forma independente, bem como complementar; são elas: abordagem econômica, nutricional, social, e cultural. Esta última, segunda a autora, está dedicada aos fatores simbólicos da alimentação, quais sejam: gostos, hábitos, tradições culinárias e identidade, preferências, tabus, entre outros.

A identidade social é um dos aspectos da cultura alimentar que dá sentido às escolhas e hábitos alimentares. Sejam elas escolhas modernas ou tradicionais, a conduta perante a comida está definida, dentre outros aspectos, pelo sentido que damos a elas (BRAGA, 2004). Trata-se de um processo individual ou coletivo de identificação (MACIEL, 2004).

Uma das mudanças culturais alcançadas na alimentação, segundo Romanelli (2006), foi a dessexualização no ato de cozinhar, ao menos na teoria. Esta prática sempre se viu voltada para a mulher, entretanto, atualmente esta tarefa antes sexuada, já não se aplica a realidade. Os homens conquistaram um lugar social notável ultrapassando algumas barreiras de tradição cultural e regras da sociedade, e atualmente, atendem cargos de chefes de cozinha, gerentes de restaurante e mesmo responsáveis do lar. Porém, na esfera familiar esta prática culinária mais associada ao prazer para o homem, permanece principalmente como uma atividade agradável para

relaxar, como um divertimento para exibir aos amigos ao utilizar-se de ocasiões especiais. Vale destacar o seguinte pensamento do antropólogo Lévi-Strauss<sup>1</sup> “o alimento preparado em situações especiais serve para “honrar”, é suporte para criação e manutenção de relações sociais e não é destinado apenas a “alimentar”, como é a comida do dia-a-dia” (apud. Romanelli, 2006, p. 334).

Garcia (2003, p. 490) distingue “tradição” em

[...] dois sentidos distintos: a “tradição enquanto permanência do passado distante”, com uma forma de organização social contrária à modernização, que representa o mundo anterior à Revolução Industrial, expressada pelas culturas populares da América Latina e por algumas práticas da cultura oriental, entre outras; e a “tradição da modernidade”, como uma tradição reinventada, a qual recicla elementos da memória internacional popular, recriando e atualizando elementos do passado que se misturam com o presente.

Nesse sentido, é importante salientar as raízes de tradição, pois essa valorização pode ser considerada um apelo de marketing, enquanto transmite ideias de herança cultural. O valor da tradição pode tanto representar um aspecto social presente no âmbito em que estamos inseridos, como um argumento de venda quando se referir ao alimento diretamente (GARCIA, 2003).

Assim, o apelo da publicidade pode estar voltado às características da região, tais como os pratos tradicionais ou típicos ou utilizar valores considerados, como o apego a origem, na intenção de garantir um atributo ao produto divulgado (GARCIA, 2003). O intuito da publicidade é divulgar informações que atendam os interesses e necessidades do consumidor, tais como valores vinculados à natureza, à terra, à origem rural, direcionando a uma idéia de “puro”, bem como valores atrelados a vida moderna, entre eles, a praticidade. Características essas utilizadas pela publicidade para sensibilizar e atingir o público, levando-o à compra. Ou seja, o indivíduo é pressionado pelo poder aquisitivo, publicidade e praticidade, e assim, as práticas alimentares, representadas pela inclusão de novos alimentos, formas de preparo, compra e consumo, vão se moldando e adquirindo novos padrões de industrialização (LAUS, 2011; GARCIA, 2003; ROMANELLI, 2006).

---

<sup>1</sup> Lévi-Strauss C. **Les structures élémentaires de la parente**. 2. ed. Paris: Mouton, 1973.

Entretanto, a incorporação de novas condutas alimentares vai além, ao se mencionar a “aculturação”. O termo designa a adoção de novas culturas, o que se percebe claramente, a exemplo da incorporação da cultura americana e européia. A vulnerabilidade na nossa cultura se molda também conforme os modos de vida considerados “superiores”, segundo uma visão de desenvolvimento e avanços da modernidade em seus níveis econômico, político e cultural. Porém, adotar a globalização na sua extensão, pode trazer conseqüências de identidade, tais como a desterritorialização generalizada (GARCIA, 2003). Ortiz (1994), a respeito desse aspecto afirma que “a sociedade é um conjunto desterritorializado de relações sociais articuladas entre si”, por isso, esses processos devem ser acompanhados de equilíbrio, a fim de evitar outras conseqüências.

A implicação dessas questões está tanto nas alterações do padrão alimentar, como mencionado pensando na industrialização, bem como na retradução de pratos típicos. A nova versão de um prato pode trazer diversidade e modernidade, no entanto é capaz de abalar as origens da culinária do local (GARCIA, 2003).

Se por um lado tal processo de globalização amplia a diversidade alimentar, por outro também a reduz, uma vez que circula o mesmo leque de opções alimentares próprias da globalização (GARCIA, 2003, pag. 491).

### **O processo de aprendizagem na formação do comportamento alimentar**

Todos os determinantes descritos acima, que contribuem na formação do comportamento alimentar, é resultado da aprendizagem do processo do real vivenciado e experienciado pelos indivíduos. Diferentes teorias e processos contribuíram ao longo de muitos anos para descrever o processo de aprendizagem. Cada qual procurou descrever a aquisição, retenção, extinção e transferência de aspectos da aprendizagem ou do processo como um todo.

A aplicação de tal processo pode explicar situações da vida cotidiana, como a socialização do indivíduo na amplitude de seu significado, permitindo a transmissão da cultura entre gerações (BORSA, 2007; DESSEN, 2007; ROLDÃO, 2007; SETTON, 2002).

A socialização, ou aprendizagem, é um processo que inicia no nascimento e permanece ao longo de todo ciclo vital, o qual está sujeito a mudanças, é flexível. Pode ser entendido como um processo de interrelações sociais dos indivíduos mediado pelo meio no qual estão situados. Consequentemente, diferentes ambientes podem funcionar como construtores durante o processo de socialização, tais como a família, escola, amigos (BORSA, 2007; SETTON, 2002; ROLDÃO, 2007).

Palacios (1995), acredita que a socialização ocorre através de três linhas de processo: mentais, afetivos e condutuais. Em que os processos mentais da socialização equivalem ao conhecimento de valores, normas, costumes, pessoas como a transmissão cultural pela família e instituições, tal como a escola responsável pela transmissão do conhecimento científico acumulado. Afirma que o processo afetivo se coloca como uma das bases mais sólidas do desenvolvimento social, sendo mais intenso na fase infantil, pois é quando iniciam suas relações com o ambiente. Neste sentido, trazem a empatia, o apego e a amizade, não só como uma união ao grupo, mas também mediadores do desenvolvimento social como um todo. E no que se refere ao processo de conduta, a socialização implica aquisição de comportamentos considerados socialmente desejáveis. Os incentivos que contribuem à conduta social têm por base a moral, a lógica sobre a necessidade de certos comportamentos, o medo, e o próprio vínculo das relações. Com isso, o desenvolvimento social se permite construir enquanto ocorre a aquisição de habilidades sociais. Termo este geralmente utilizado para nomear um conjunto de capacidades comportamentais apreendidas que envolvem interações sociais (BORSA, 2007).

O maior intuito e resultado da socialização estão no aprendizado, no julgamento, na análise, na tomada de decisão o que implicará na aquisição e internalização dos valores que a sociedade se constitui. (BORSA, 2007).

Berger & Luckmann, em seu livro a respeito da construção social da atualidade (1983), distinguem a socialização em primária e secundária, colocando o período da

infância como início do processo. Segundo estes autores, a primeira se define pela imersão da criança num universo social próprio no qual ocorre a incorporação de conhecimentos através da linguagem oral ou escrita que permitem a formação e diferenciação subjetiva da sua individualidade e do mundo externo. No entanto, as crianças não dependem somente das relações familiares e do universo escolar, mas de sua própria relação com os adultos responsáveis pela socialização. Dessa forma, definem a socialização secundária como “interiorização de submundos institucionais especializados”, os quais transmitem conceitos simbólicos e saberes formalizados, adquirido, sobretudo no universo escolar (SETTON, 2005).

A criança se insere em um grupo social assim que nasce, pois é neste momento que iniciam suas interrelações, uma vez que a mesma tem suas necessidades básicas satisfeitas através de outros indivíduos. Da mesma forma, o grupo social onde a criança está inserida também depende da mesma para manter-se e sobreviver por gerações. Nesse sentido, é oportuno citar:

[...] além de satisfazer suas necessidades, transmite-lhe a cultura acumulada ao longo de todo o curso do desenvolvimento da espécie. Esta transmissão cultural envolve valores, normas, costumes, atribuições de papéis, ensino da linguagem, habilidades e conteúdos escolares, bem como tudo aquilo que cada grupo social foi acumulando ao longo da história e que é realizado através de determinados agentes sociais, que são encarregados de satisfazer as necessidades da criança e incorporá-la ao grupo social (BORSA, 2007, p. 2; cf. Palacios 1995, Coll 1999).

Entre os agentes sociais aos quais a autora se refere, estão os pais, os meios de comunicação e o ambiente escolar através do professor (BORSA, 2007).

Em outras palavras, e de forma complementar, Dessen (2007), afirma que a família se apresenta como a primeira mediadora entre o homem e a cultura, constituindo o meio das relações afetivas, sociais e cognitivas, as quais estão imersas nas condições materiais, históricas e culturais de um dado grupo social. Funcionando como fonte da aprendizagem humana, com significados e práticas culturais peculiares que geram modelos de relação interpessoal e de construção individual e coletiva.

Dessa forma, podemos esclarecer que a família e a escola são pilares essenciais no processo de socialização dos indivíduos e consolidação da aprendizagem, traduzindo um primeiro meio de formação do comportamento humano (BORSA, 2007; SETTON, 2002).

É no ambiente escolar que o processo interativo, a socialização, permite e determina o desenvolvimento cognitivo e social da criança. Tamanha a importância desta etapa e espaço sobre a formação do adulto, já que é na escola que se constrói parte de ser e pertencer ao mundo, também dispõe de modelos de aprendizagem, e propicia a aquisição dos princípios éticos e morais que permeiam a sociedade (BORSA, 2007).

O processo de ensino-aprendizagem está enquadrado, no sentido de “pertencer”, ao processo cognitivo. Ambos se projetam como resultado de relações entre indivíduos, entre ambientes, entre o “interno” e “externo”, e assim assumem o desenvolvimento humano (DESSEN & JUNIOR, 2008).

A partir do entendimento de Dessen & Junior (2008), sob uma concepção do conhecimento, descreve que Piaget define o desenvolvimento cognitivo como sendo uma conquista que abrange ao mesmo tempo o espaço mental interno e a realidade externa, colocados de forma que vão se adaptando para assimilar vivências e pensamentos. Em outras palavras, conforme a compreensão de Neves, o desenvolvimento cognitivo está vinculado aos processos de assimilação e acomodação que ocasionam o equilíbrio que se modifica conforme a idade.

De forma semelhante, a teoria de Vygotsky destaca o contexto social no desenvolvimento das funções mentais através da interiorização de ações do meio externo. Por conseguinte, pode-se afirmar que a atuação da cultura conduz e molda o desenvolvimento cognitivo (DESSEN & JUNIOR, 2008). Ele também crê que o conhecimento se constrói durante as interações entre as pessoas na sociedade, e o fruto dessas inter-relações será o aprendizado (NEVES, 2006).

Como se percebe nas diferentes concepções, vários são os pensadores que procuraram definir o processo ensino-aprendizagem. Entretanto, cada qual está marcado por sua teoria, que em alguns casos se assemelham as outras.

Por isso, é essencial embasar sobre Jean Piaget (1886 – 1986), uma vez que foi citado anteriormente, trazendo apropriadas contribuições. Tinha no foco de suas pesquisas o conhecimento, a relação entre o pensamento e a lógica e evolução da inteligência humana, ficando muito conhecido pela Teoria da Epistemologia Genética apresentada.

Segundo ele, “conhecimento”, ou

[...] “conhecer” tem sentido claro: organizar, estruturar e explicar, porém, a partir do vivido (do experienciado). Aí está um dos pontos fundamentais da teoria piagetiana. Conhecer não é somente explicar; e não é somente viver: conhecer é algo que se dá a partir da vivência (ou seja, da ação sobre o objeto do conhecimento) para que este objeto seja imerso em um sistema de relações (RAMOZZI-CHIAROTTINO, 1988, p. 3).

Porém, no seu entendimento (Piaget), vivência não é sinônimo de conhecimento (PRÄSS, 2008; BIAGGIO, 2011; RAMOZZI-CHIAROTTINO, 1988).

Classicamente epistemologia significa o estudo crítico do estudo científico, no entanto, Piaget utilizou-se do termo porque percebia uma analogia entre a forma pela qual a criança constrói sua realidade, estruturando sua experiência vivida, e a maneira pela qual o cientista constrói seu mundo. E do termo “genético” porque sua explicação teórica se estende da criança a fase adulta (RAMOZZI-CHIAROTTINO, 1988).

Sobre o desenvolvimento intelectual da criança, Piaget dividiu-o em períodos e definiu as melhores capacidades para cada etapa, nomeada de estágio, pois acredita que remete ao estado em que o indivíduo se encontra. No estágio sensório-motor, aproximadamente até os dois anos de idade, a criança tem sua capacidade intelectual de natureza essencialmente sensorial e motora, com isso o ambiente será o estímulo para a mudança de estágio. Aqui, Piaget percebeu que o desenvolvimento cognitivo começa antes da linguagem, contrariando outros pensamentos epistemológicos os

quais acreditavam que o desenvolvimento da inteligência só inicia com a linguagem. Ele explicou da seguinte forma, a linguagem oral só é possível após uma construção pré-formada, sugerindo, portanto, uma inteligência pré-verbal. Ou seja, nesta fase o desenvolvimento apenas não é expresso verbalmente. Embora não seja capaz da linguagem oral, nesta fase a criança se vê entre ações e percepções, o que promoverá seu desenvolvimento. Ensinar a alimentar-se, portanto, nesta fase, é primordial oferecer à criança a percepção de formas, texturas e tamanhos e o sentir do gosto, os cheiros e a apresentação dos alimentos/comidas. Como todos os outros objetos o alimento/comida precisa ser levada a boca pela criança e não ser recebido na colher, para que ela experiencie este momento de descoberta do mundo da alimentação (PRÄSS, 2008; PÁDUA, 2009).

No estágio dos dois aos seis anos de idade, chamado pré-operacional, também conhecido como estágio da representação, a criança desenvolve a capacidade simbólica, associa pensamento com linguagem, remetendo significado aos objetos, ou descaracterizando-os. A principal característica é a de expressar as representações das figuras organizadas no espaço e no tempo segundo a percepção da criança. Aqui, há a capacidade de interiorização das ações e consequente conceitualização, é possibilitada pelo avanço da inteligência pré-verbal, vida social e interiorização da imitação. Nesta fase também, a criança se insere no universo moral, dos valores e virtudes, das regras e das noções de certo e errado, sendo capaz de diferenciar regras de natureza morais ou sociais, embora não compreenda o sentido das mesmas. Neste período, o indivíduo é egocêntrico, ao perceber o seu ponto de vista a partir do outro; e o pensamento é formado por estados momentâneos. Essencial neste estágio para a alimentação o abordado anteriormente, na questão da família como modelo. Cabe, portanto, do ponto de vista alimentar apresentar e estimular os alimentos, reforçar a diversidade, as cores, os sabores, instigar sua curiosidade ao paladar, olfato e tato. Pois é nesta fase que a criança pode expressar e aprender suas preferências. Assim, pensando a partir das colocações de Piaget, ao afirmar que nesta fase a criança não domina as assimilações, predominando as acomodações, e é incapaz de compreender situações reversíveis, expor consequências tais como obesidade e diabetes, bem como sua

prevenção ou reversibilidade, ou conceitos abstratos como saúde, provavelmente não alcançariam entendimento (PRÄSS, 2008; PÁDUA, 2009).

O próximo estágio já garante uma organização mental integrada em que os sistemas de ação estão interligados; se estende dos sete aos onze anos, chamado de estágio de operações concretas. Aqui, a criança já alcança uma organização assimilativa do pensamento, em meio a um espaço de acomodação. Segundo ele, a assimilação é o mecanismo formador do processo cognitivo, em que a definição de cognição inclui as atividades relacionadas ao pensar, conhecer, solucionar problemas, lembrar e comunicar. A capacidade de distinguir está presente, uma vez que percebe as novidades, porém não é capaz de deduzir conseqüências, resultados. Por exemplo, distingue e classifica alimentos em vegetais ou frutas, porém, ao receber a informação de que são bons pra saúde trata-se de algo muito subjetivo, também não seria capaz de prever que o contrário é verdadeiro, o não consumo como maléfico a saúde (PRÄSS, 2008; PÁDUA, 2009).

Autores indicam que nessa fase, no que se refere à educação nutricional, é necessário apresentar esta realidade, aproximada ao universo deles. Alguns exemplos seriam utilizar quebra-cabeças temáticos, com grupos alimentares, colorir figuras, desenhar, outros jogos ou brincadeiras, o que também instiga maior interesse e motivação das crianças, e ainda garante um esquema de aprendizagem que não requer recompensas com resultados positivos na construção de estruturas e entendimentos positivos sobre os aspectos trabalhados (BASKALE, 2009).

Além de pensar na alimentação envolta de cultura, necessidades, normas e valores, cores e entretenimento, é imprescindível ressaltar que para alimentar-se é necessário gostar do alimento ou comida. Então qualquer estratégia utilizada para o escolar conhecer o alimento é necessário sempre incluir a experimentação do mesmo por diversas vezes. Não basta que ele aprenda a forma, textura, cor, classificação ou denominação. O real objetivo deste processo é a criança aprender a consumir os alimentos ou comidas (PRÄSS, 2008; PÁDUA, 2009).

A partir dos doze anos de idade, a criança estaria no período chamado das operações formais. O sujeito é capaz de raciocinar sobre o que é real ou hipótese e

deduzir consequências (PRÄSS, 2008; PÁDUA, 2009). Ou seja, é possível compreender que a criança está apta a resolver problemas no que se refere a todas as relações possíveis entre eventos, e raciocina em termos de possibilidades. Também já é capaz de se envolver com preocupações abstratas de valores, ideologias e do futuro.

Nesse sentido, entende-se que o treinamento de outros aspectos, que não aqueles convenientes à maturidade das estruturas cognitivas para o entendimento da causalidade ou solução de problemas, não tem grande efeito. Situação proposta por Piaget, mas também confirmada por experimentos semelhantes empregados por outros pesquisadores, os quais utilizaram de objetos e pesos, raciocínio e lógica. Este entendimento se estende ao universo da alimentação: além do exposto quanto à diferenciação, são capazes aqui, de discernir e comparar, podendo adquirir e assimilar informações mais benéficas do que já sabem (BIAGGIO, 2011; PÁDUA, 2009; RAMOZZI-CHIAROTTINO, 1988).

O raciocínio está presente permitindo o entendimento do saudável, o que pode ser proporcionado com atividades lúdicas condizentes com idade, tais como gincana de conhecimentos, discussões, sendo possível explanar sobre a relação entre nutrientes e alimentos e alcançar deduções de peso e doenças, ou seja, neste estágio o adolescente consegue perceber a questão: se comer alimentos saudáveis, então, posso me manter no peso. No entanto, devido a outras características psicossociais desta fase de vida, ele não consegue fazer relação com um futuro distante. Assim não deixará de comer fritura, porque poderá desenvolver um problema de saúde quando for adulto (BIAGGIO, 2011; BASKALE, 2009).

Oportuno também mencionar Burrhus Frederic Skinner (1904-1990), um psicólogo americano, um condutivista que procurava explicar o comportamento humano. A essência da sua teoria fundamentava-se no condicionamento “operante” do indivíduo, o qual acreditava sofrer influência do ambiente, respondendo ao que chamava de estímulo reforçador, por isso também chamado de condicionamento por reforço. Fortalecido, o reforço tende a modificar, acreditava ele, o comportamento futuro. Afirmava que através do reforço contínuo, era possível alcançar o objetivo.

Diferenciava em reforço positivo, o qual quando estimulado aumenta a probabilidade de ocorrência da resposta, do negativo, que quando um estímulo é retirado, também aumenta a probabilidade de uma resposta (PRÄSS, 2008).

Entendendo que a aprendizagem é um processo de conhecimento, de compreensão de relações, em que as condições externas atuam mediadas pelas condições internas, entende-se o mecanismo de reforço como possibilitador de aprendizado e direcionamento de conduta. Em outras palavras, sobre as suas teorias de aprendizagem, Skinner diz que o homem é resultado das contingências reforçantes do meio, e complementa ao dizer que o comportamento humano é determinado por contingências sociais que orientam, especificam e cercam as influências dos reforçadores, isso porque acredita que as situações e conhecimento, pessoas e instituições tem um valor reforçante, o que permite reforçar uma ou outra conduta. (PRÄSS, 2008).

Na alimentação podemos pensar que esta talvez seja a teoria que melhor explica o papel do hábito e ao mesmo tempo do que comemos no dia a dia, já que nossas escolhas estão constantemente sendo estimuladas pelo meio e reforçadas pelo prazer e bem estar proporcionado pela comida consumida resultante deste processo de estimulação.

Pertinente também fundamentar a respeito de Bandura, uma vez que sua linha de princípios complementa e avança nos achados de Skinner. Falando-se em aprendizagem de comportamentos sociais, deu ênfase ao princípio chamado imitação, ou aprendizagem por observação, hoje denominado de modelação. Por ele está definida imitação/identificação como “tendência de uma pessoa para emitir comportamentos ou atitudes similares àqueles exibidos por modelos reais ou simbólicos” e por modelação, em outras palavras, compreende-se como “o processo de aquisição de comportamentos a partir de modelos, seja este programado ou incidental. Também se nomeia como modelação a técnica de modificação de comportamento com o uso de modelos. (BANDURA, 2008).

Conforme afirma o autor já dispomos de várias explicações de acordo com a ciência do comportamento esclarecendo porque imitamos: além do instinto natural,

também pela identificação com objeto da nossa imitação ou porque somos recompensados de alguma maneira por nossa atitude. O que se percebe é que ao imitarmos, aprendemos novos comportamentos e costumes, um novo modo de ser.

A imitação desempenha importante papel no processo de aprendizagem e desenvolvimento. Bandura percebeu que está presente em todas as culturas e é capaz de influenciar comportamentos e no processo de socialização. Sugere que a exposição a um modelo pode ter três efeitos: a) através da observação do modelo é possível aprender novas respostas; b) inibir ou desinibir respostas antecipadamente aprendidas e que estavam “adormecidas”; c) instigar o desempenho de respostas semelhantes às respostas do modelo.

Seus achados encontraram que a influência do modelo sobre a conduta do imitador depende em parte das consequências da resposta do modelo sobre si mesmo. No entanto, ressaltam que enquanto as consequências imediatas da resposta do modelo têm influência na execução das ações imitativas, parece que a aquisição de respostas depende essencialmente da estimulação sensorial contínua. Entre outros aspectos que também são influentes na constância de imitação, os quais podem ser de caráter recompensatório, positivo ou punitivo, destacando como principais fatores na determinação de respostas imitativas: suscetibilidade à influência social, a excitação emocional, o aumento da dependência do modelo (considerando a recompensa) e o papel do reforço recebido.

A teoria da aprendizagem social sugere que o poder do processo de modelagem gera o aprendizado através de suas funções informativas. Deste modo, os imitadores adquirem principalmente representações simbólicas das atividades observadas. O processo envolvido na aprendizagem, segundo a modelação, está centrado em quatro subprocessos interligados: atenção, retenção ou lembrança do comportamento, reprodução motora e, reforço e motivação (BANDURA, 2008).

A atenção é necessária para adquirir aprendizado uma vez que ocorre através de observação. Bem como é preciso lembrança, do contrário não se recordará do comportamento do modelo e provavelmente muito pouco o indivíduo será influenciado por tal (BANDURA, 2008).

Quando a pessoa reproduz o comportamento do modelo sem a presença deste é porque o padrão de resposta do modelo está representado na memória de forma simbólica. Reafirma-se que há dois sistemas de representação: um de imagens e outro verbal. A influência e a importância das imagens e símbolos verbais decorrem de que tais códigos nos trazem informações que podem ser armazenadas e prontamente utilizáveis como pistas para reproduções posteriores de respostas imitativas (BANDURA, 2008, p. 137).

Convém, portanto, expor mais claramente a respeito da memória. Pode ser diferenciada em dois tipos, a memória-hábito, a qual é adquirida através da repetição das ações, por vezes automatizadas, e a memória no formato de imagem-lembrança, composta por rememorações isoladas, ocorrendo de forma independente dos hábitos (BERGSON, 1999). Segundo o autor, a percepção do objeto está carregada de lembranças, mesmo que muitas delas inconscientes, classificando-as como memória pura. Enquanto Halbwachs (2004) discorda deste pensamento ao afirmar que a “memória-pura” é um fenômeno social, fruto da sociedade em que vivemos.

Ainda segundo Halbwachs (2004), a memória não é construída enquanto reproduz as experiências passadas, mas sim, se vale da denominação de representações sociais. Essas, por ele, são entendidas como a experiência atual ancorada em conhecimentos preexistentes, considerando o meio atual e a cultura.

No que se refere à retenção do aprendizado, Bandura (2008), afirmou que o indivíduo aprende e retém melhor o comportamento através do que chamou de codificação, fosse usando palavras ou imagens. Trata-se de uma forma de ancorar a memória, denominada por ele de “ajuda-memória”, pois acreditava que ao repetir ou desempenhar a resposta do modelo utilizando-se de códigos simbólicos as esqueceriam menos em razão da prática.

A reprodução motora pode ser entendida como uma tradução das representações simbólicas da modelagem, em ação. Entretanto, o aprendizado observado pelo sujeito não necessariamente depende da aquisição ou habilidade necessária para a execução do mesmo. Sendo oportuno colocar

Uma pessoa pode adquirir, reter e possuir as capacidades para execuções habilidosas do comportamento exibido pelo modelo, mas a aprendizagem raramente será ativada e desempenhada abertamente se for sancionada negativamente ou recebida de maneira desfavorável. Quando incentivos positivos são fornecidos, a aprendizagem social coberta é prontamente traduzida em ação. O reforço afeta o nível de aprendizagem observacional ao controlar a que as pessoas se tornam atentas e quão ativamente elas codificam e praticam o que viram (BANDURA, 2008, p. 138).

Segundo a teoria social cognitiva associada à modelação, acredita-se que os observadores podem criar novas condutas a partir da mescla seletiva de características distintas de diferentes modelos, de forma a não adotar todos os atributos do exemplar, apenas as características preferidas. E nesse sentido, Bandura (2008) esclareceu o sentido de modelação: não se trata de uma simples imitação, mas sim da percepção de um princípio de conduta, o que vai além do restrito de ouvir e/ou ver, possibilita a adaptação do comportamento conforme adequado for a circunstância, ou seja, moldar, modelar.

Ao contrário de outros pensadores, Bandura (2008) acreditava que a imitação generalizada não se dá em virtude de reforçamento, ela é comandada por crenças sociais e expectativas de resultados. E quanto a isso, é importante salientar o componente da auto-eficácia na alimentação das pessoas, bem como no comportamento. Dando ainda mais sentido a teoria social cognitiva, a auto-eficácia vem reforçar que o pensamento afeta o funcionamento humano visto que exprimi o julgamento do sujeito sobre sua capacidade de organizar e executar meios necessários para atingir meta e desempenho (BANDURA, 2008; AMARAL, 1993; NUNES, 2008).

A construção das crenças de auto-eficácia provém de quatro fontes principais, sendo a mais influente chamada de experiência de domínio. A mesma configura a interpretação do resultado do comportamento anterior, manipulando a capacidade de aderir a tarefas baseando-se nos resultados, os quais podem ter sido bem-sucedidas ou não. Também sofre influência pela percepção de tarefas alheias, das persuasões sociais e do estado emocional (AMARAL, 1993; BANDURA, 2008).

Ao propor tal definição, é possível explicar atitudes dificultadas sobre mudanças no comportamento alimentar das pessoas, uma vez que a competência pessoal, indicada pela percepção individual, forma base para as motivações e realizações humanas. Mudanças de comportamento, sejam condicionadas pelo estado de saúde ou outro interesse, serão efetivas somente ao crer que podem atingir resultados, muitas vezes vencendo dificuldades na trajetória (BANDURA, 2008).

O ato de alimentar-se, à exceção se realizado sem companhia, retrata um processo de socialização, visto que nos alimentamos num contexto familiar, escolar, entre amigos. Esse aprendizado ocorre por percepção, observação, o qual é interiorizado e pode ser repetido pelo observador quando lhe convier, à sua maneira, conforme a conduta formada por assimilação e retenção do aprendizado (BORSA, 2007; SETTON, 2002; BANDURA, 2008).

Dessa forma, a influência da família, dos pares, escola e mídia pode também ser explicada pela modelação. Entende-se pares como outros colegas de escola ou amigos de mesmo grupo de idade, sendo par por identificação, ou outros adultos responsáveis, de certa forma, pela criança que não os pais, assumindo um novo modelo de socialização. Os pais, familiares e escola constituem dois âmbitos fundamentais para o desenvolvimento humano e alimentar. Ambas contribuem na formação do cidadão, envolvendo aspectos sociais e educacionais, no qual o indivíduo utiliza-se do processo de modelação para interiorizar as atitudes observadas, e moldar sua conduta (DESSEN, 2007; SETTON, 2002; BANDURA, 2008; ROLDÃO, 2007).

Na rede familiar o indivíduo tem amparo sobre os primeiros processos de socialização, pois está rodeado de uma estrutura familiar que proporciona e exige do relacionamento aprendizado subjetivo e objetivo. Ou seja, além do que diz respeito ao ensinamento formal, é responsável pela transmissão de um patrimônio cultural, envolvendo identidade social, valores e vivências. A herança familiar carrega, transmite e proporciona espaço para identificação e aprendizado afetivo e moral, bem como configura um espaço sociocultural mais amplo (BRAGA, 2004; DESSEN, 2007; LEANDRO, 2010; ROMANELLI, 2006; ROSSI, 2008).

Nesse sentido, o que se aplica ao comportamento, é válido para a alimentação, uma vez que esta aproxima os indivíduos através da socialização. A comida pode ter seus mais diversos significados e importância, envolvendo a cultura, características sensoriais e de recompensa como prazer e satisfação proporcionados. O que transparece maior importância para alimentação dos filhos, já que o comportamento alimentar pode modelar o estilo alimentar. Os pais, bem como alguns cuidadores, conforme a estrutura familiar em virtude da demanda urbano-moderna, servem de modelos para a formação do comportamento humano (SETTON, 2002; RAMOS & STEIN, 2000).

No âmbito escolar destacam-se os professores, pares e colegas, uma vez que admitem inter-relações na rotina, estruturando um ambiente de aprendizado, que possibilite troca de saberes e experiências. Considerando que, as crianças passam grande parte do período na escola, esta deve aproveitar este ambiente de educação para promover saúde, estimulando a formação de hábitos saudáveis (DESSEN, 2007; ROLDÃO, 2007).

No contexto da aprendizagem é importante que os professores assumam papel de educadores e promotores de saúde, pois a alimentação faz parte da educação da criança e colabora de forma essencial no seu desenvolvimento e crescimento. Embora saibamos da aplicação de medidas para aproveitarmos desse ambiente com relação à alimentação, tais como inclusão de programas pedagógicos, livros didáticos com o tema, atividades interativas, entre outros, muitas vezes as crianças não encontram respaldo na alimentação oferecida pela escola, seja no refeitório ou cantina, ou pelas atitudes de professores, seus modelos (DESSEN, 2007; ROLDÃO, 2007).

O processo de globalização interferiu sobre as estruturas familiares, escolas, estilo de vida, e com isso o comportamento também assume influências das informações propagadas pelos diversos meios, tais como a televisão. Tanta facilidade de atingir todos os públicos, a publicidade é capaz de atingir as crianças antes mesmo de começarem a frequentar a escola, e a televisão assim assume assim, um papel primordial na socialização proporcionando uma diversidade de estímulos e

padrões de comportamento, atitudes e concepções. A socialização, além de formar-se por contextos tradicionais, também deriva da relação interdependente entre elas com a mídia, uma vez que ocorre por um processo de identificação conforme os moldes da sociedade. A recepção da informação envolve um processo complexo de interpretação e assimilação do conteúdo considerando a essência da sociedade, em termos de valores e significados. O caráter das mensagens divulgadas, entretanto pode ser negativo ou positivo (LAUS, 2011; SETTON, 2002; ROLDÃO, 2007).

Quando o conteúdo assume papel de valorização da cultura, por exemplo, ou entretenimento educativo, vê-se como construtivo. Ainda que, quando se fala de alimentação, seja muito pertinente mencionar a influência instalada sobre alguns exemplos: a publicidade sobre a alimentação infantil, que utiliza de facilitadores para este público como desenhos, brinquedos, personagens e cores, assim como funciona para imitação de modos de vestuário e diversão, ou a mídia ao envolver estereótipos de magreza, que refletem amplamente na sociedade se colocando como modelo (SETTON, 2002; ROLDÃO, 2007).

Baseando-se na Teoria de Piaget, interpretamos que não há maturidade no processo cognitivo no estágio pré-operacional, já que a criança para socializar utiliza de representação, simbolismos e imitação, e aqui somente começa a se inserir num ambiente de regras e valor, sem ainda muito entendê-lo, tornando-se plausível o emprego da imitação e modelação. Indicando assim, que há uma lacuna que pode ser preenchida pela colocação de Skinner, a respeito da teoria comportamentalista. Esta é capaz de embasar sobre o comportamento humano (Präss, 2008), sendo possível utilizarmos dela para respaldar quanto à alimentação.

Crianças ou adultos, somos todos resultado do reforço proporcionado pelos componentes do ambiente (PRÄSS, 2008). Bem como a teoria traz respaldo à alimentação, já que explica o papel do hábito e ao mesmo tempo nossa rotina alimentar, pois nossas escolhas estão incessantemente sendo estimuladas pelo meio e reforçadas pelas sensações proporcionadas pela comida consumida.

Finalmente, é oportuno colocar, ainda que se tratando de um campo novo, a respeito de Neurociência. A qual vem afirmando algumas das teorias citadas,

essencialmente sobre o a interação indivíduo-ambiente. Complementando citações anteriores relativas à época primitiva, em que o homem buscava alimento pra suprir demandas biológicas, com a evolução da espécie, nosso sistema cerebral desenvolveu mecanismos dedicados a escolha dos alimentos, que inclui além da necessidade, também procura atender necessidades sensoriais e psicológicas (PRESCOTT, 2012; LANDEIRO, 2011).

Os sentidos sensoriais agem principalmente por intermédio do hipotálamo e podem comprometer o estado corporal e o comportamento. O cérebro se especializou em dar preferência a características sensoriais, tais como cor, sabor, odor, textura e formato, em detrimento dos componentes metabólicos proteínas, gorduras e carboidratos. Bem como os mecanismos de saciedade dependem dessas características para atender sua totalidade, influenciando na quantidade alimentar ingerida. O mecanismo de saciedade considera também outros fatores agregados ao alimento, como valores e regras do contexto ambiental e cultural, e elementos cognitivos e afetivos, os quais estabelecem uma sensação de prazer, corroborando o sistema de recompensa demonstrado por Skinner (PRESCOTT, 2012; LANDEIRO, 2011).

O sistema de recompensa tem relevância, visto que pode determinar a intenção alimentar e, muitas vezes, se sobrepor a saciedade, interferindo inclusive na regulação fisiológica da fome. As escolhas por preferência garantem um bem-estar e recompensa afetiva e psicológica (ROLLS, 2011; PRESCOTT, 2012).

Assim, o exposto indica a forte relação existente os fatores neurais, fisiológicos, endócrinos e comportamentais relacionados ao sistema de saciedade, fome e, por conseguinte, recompensa, no que tange à alimentação (PRESCOTT, 2012).

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão expôs de forma integrativa diferentes abordagens acerca do comportamento humano procurando ressaltar as mais conhecidas e aplicáveis à realidade atual com foco na alimentação, aprendizagem e comportamento.

Através do exposto, percebe-se a necessidade de conhecimento, interpretação e aplicação de tais abordagens, em suas peculiaridades, conforme couber, nas diversas áreas do conhecimento e ensino, seja na escola, na família ou âmbito dos profissionais da saúde. Nestes setores, a aprendizagem deve estimular a retenção do conhecimento através das percepções e táticas práticas de abordagem, seja utilizando da linguagem oral, propostas que utilizem ferramentas sensoriais ou condutas que sirvam de referência positiva para o processo de modelação.

O profissional, seja ele professor, médico ou nutricionista, deve ter um olhar capaz de integrar o ensino universitário, profissional e avançar em meio às atualidades, amplificando sua conduta enquanto entende a complexidade do indivíduo como um todo. Assim, torna-se possível agir com sabedoria quando lida com crianças, adolescentes e adultos, e suas dificuldades de mudança de comportamento, uma vez que uma gama de fatores pode influenciar a (des)construção da individualidade ou coletividade.

Dessa forma, são necessários mais trabalhos com o intuito de melhor descrever a respeito de outras instâncias socializadoras as quais possam complementar o descrito sobre a formação do comportamento humano e alimentar, além de outros fatores de atuação na construção do sujeito, bem como embasar sobre instâncias fisiológicas e neuroquímicas para fundamentar as novas características de funcionamento deste comportamento integrativo o que permitiria maior entendimento desse desenvolvimento e conseqüentemente utilização pelos educadores e profissionais da saúde, principalmente.

## 5. Referências Bibliográficas

- AMARAL, Joaquim da Costa. **Auto-eficácia, auto-regulação e desempenho na realização de tarefas cognitivas**. 150 f. Teste (Mestrado) – Psicologia Educacional. Instituto de Psicologia Aplicada, Lisboa, 1993.
- BANDURA, Albert e cols. **Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2008. 176 p.
- BASKALE, Hatice et al. Use of **Piaget's theory in preschool nutrition education**. Rev. Nutr., Campinas, v. 22, n. 6, nov./dez. 2009.
- BERGER P, LUCKMANN T. **A construção social da realidade**. Petrópolis, Ed. Vozes, 1983.
- BERGSON, Henri. **Matéria e memória: ensaio sobre a relação do corpo com o espírito**. Tradução Paulo Neves. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- BEULKE, C. S. **A Influência do Consumidor Infantil Sobre os Pais na Tomada de Decisão de Compra de Produtos Alimentícios**. In: Intercom Júnior – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação, XXVIII Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação – Uerj, 5 a 9 set., 2005. Disponível em: < <http://www.portcom.intercom.org.br/pdfs/153478376362786132115724876822665962680.pdf>>. Acesso em: 16 nov. 2014.
- BIAGGIO, Angela M. Brasil. **Psicologia do desenvolvimento**. 22 ed. Petrópolis: Vozes, 2011. 344p.
- BORSA, Juliane Callegaro. **O papel da escola no processo de socialização infantil**. Pontifícia Universidade Católica – Rio Grande do Sul [artigo científico]. Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0351.pdf>>. Acesso em: 07 nov. 2014.
- BRAGA, Vivian. **Cultura Alimentar: contribuições da antropologia da alimentação**. Saúde em Revista, Piracicaba, v. 6, n. 13, p. 37-44, 2004.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Fundo Nacional do Desenvolvimento da Educação. **Resolução n. 26 de 17 junho 2013**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do PNAE.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. VASCONCELLOS, Ana B. et al. **A Saúde Pública e a Regulamentação da publicidade de alimentos**. Brasília (DF): CGPAN. Disponível em <http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/regulamentaPublicidadeAlimentos.pdf>>. Acesso em: 03 nov. 14.
- CASOTTI, Leticia. **À mesa com a família: um estudo do comportamento do consumidor de alimentos**. Rio de Janeiro: Mauad, 2002. 160p.
- CHAUD, Daniela M. A.; MARCHIONI, Dirce M. L. **Nutrição e mídia: uma combinação às vezes indigesta**. Hig. Alimentar, v. 18, n. 116, p. 18-22, jan./fev. 2004.
- COLL, C. S. **Psicologia da Educação**. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1999. Committee on Food Marketing and the Diets of Children and Youth, J. Michael McGinnis, Jennifer Appleton Gootman, Vivica I. Kraak, Editors. **Food marketing to children and youth: threat or opportunity?** Washington , 2006 p. 536.

COSTA, Ester Q.; RIBEIRO, Victoria M. B.; RIBEIRO, Eliana C. O. **Programa de alimentação escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento**. Revista de Nutrição, Campinas, v. 14, n. 3, p. 225-229, 2001.

CRAVEIRO, Célia; CUNHA, Sílvia. **Publicidade e alimentação: mistura explosiva?** Rev. Nutricias, Associação Portuguesa dos Nutricionistas, n. 7, p. 58-61, 2007.

DESSEN, Maria A.; JUNIOR, Áderson L. C. (orgs) et al. **A ciência do desenvolvimento humano: tendências atuais e perspectivas futuras**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

DESSEN, Maria A.; POLONIA, Ana C. A **Família e a Escola como contextos de desenvolvimento humano**. Paidéia, v. 17, n. 36, p. 21-32, 2007.

DOOD, Judith L.; BAYERL, C. T. **Comportamental-Ambiental: O Indivíduo na Comunidade**. In: MAHAN, LK, ESCOTT-STUMP, S, RAYMOND, JL. Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. (trad. Claudia Coana et al). Rio de Janeiro: Elsevier, 2012.

FERNANDES, Maria E.; REZENDE, Daniela A.; REIS, Junia M. L. **Mídia e classes subalternas**. Revista eletrônica de comunicação. 3 ed., 2007. Disponível em: <[http://legacy.unifacef.com.br/rec/ed03/ed03\\_art05.pdf](http://legacy.unifacef.com.br/rec/ed03/ed03_art05.pdf) > Acesso em: 16 abr 2014.

GARCIA, Rosa Wanda Diez. **Mudanças Alimentares: Implicações Práticas, Teóricas e Metodológicas**. In: DIEZ-GARCIA, Rosa Wanda; CERVATO-MANCUSO, Ana Maria (Coords.). Mudanças Alimentares e Educação Nutricional. Série Nutrição e Metabolismo (Ed. Helio Vannucchi). Ed. Guanabara, 2011. p. 3-17.

GARCIA, Rosa Wanda Diez. **Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana**. Rev. Nutr., Campinas, v. 16, n. 4, p. 483-492, out./dez. 2003.

GAYBRIEL, Ann M. **Habits, Rituals, and the Evaluative Brain**. Annual Review Neuroscience, v. 31, p. 359-387, jul. 2008.

GUPTA, R. K. et al. **Impact of television on children**. The Indian Journal of Pediatric, v. 61, n. 2, p. 153-159, 1994.

HALBWACHS, Maurice. **Los marcos sociales de la memória**. Postfacio de Gérard Namer. Tradução de Manuel A. Baeza e Michel Mujica. Rubí (Barcelona): Anthropos Editorial; Concepción: Universidad de la Concepción; Caracas: Universidad Central de Venezuela, 2004.

HAWKES, Corinna. **Marketing de alimentos para crianças: o cenário global das regulamentações / Organização Mundial da Saúde**. (trad. Gladys Quevedo Camargo). Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde; Agência Nacional de Vigilância Sanitária, 2006. 112 p.

HEED, Van; PELICAN Suzanne; FRED, A. **Reflections on marketing as an inappropriate model of nutrition education**. Journal of Nutrition Education, vol. 27, issue 3, p. 141-145, 1995.

HENRIQUES, Patr e cols. **Regulamentação da propaganda de alimentos infantis como estratégia para a promoção de saúde**. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 481-490, 2012.

INSTITUTE OF MEDICINE OF THE NATIONAL ACADEMIES (IOM). Committee on Food Marketing and KRUGMAN, Herbert E. **The impact of television advertising: learning without involvement**. Public Opinion Quarterly, v. 29, n. 3, p. 349-356, 1965.

LANDEIRO, Fernanda Montero; QUARANTINI, Lucas de Castro. **Obesidade: Controle Neural e Hormonal do Comportamento Alimentar**. Rev. De Ciências Médicas e Biológicas, v. 10, n. 3, p. 236-245, Salvador, set./dez. 2011.

LAUS, MF e cols. **Determinantes ambientais do comportamento alimentar**. In: DIEZ-GARCIA, Rosa Wanda; CERVATO-MANCUSO, Ana Maria (Coords.). Mudanças Alimentares e Educação Nutricional. Série Nutrição e Metabolismo (Ed. Helio Vannucchi). ed. Guanabara, 2011. p. 118-127.

LEANDRO, Maria E.; LEANDRO, Ana S. S.; HENRIQUES, Virgínia B. **Alimentação familiar: os fabulosos odores, (dis)sabores e saúde**. Sociologia, Problemas e Práticas, n. 62, p. 57-80, 2010.

LEVY, Renata B. et al. **Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009**. Cienc. Saúde Coletiva, v. 15, n. 2, p. 3085-3097, 2010.

MACIEL, Maria Eunice. **Uma cozinha à brasileira**. Rev. Estudos históricos. Rio de Janeiro, v. 33, p. 25-39, 2004.

MARINS, Bianca R.; ARAÚJO, Inesita S.; JACOB, Silvana C. **A propaganda de alimentos: orientação, ou apenas estímulo ao consumo**. Cienc. Saúde Coletiva, v. 16, n. 9, p. 3873-3882, 2011.

MOURA, Maria L. S.; PAES, Adriana R. F. **Desenvolvimento e contexto sociocultural: a gênese da atividade mediada nas interações iniciais mãe-bebê**. Psicologia: Reflexão e Crítica - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, v. 13, n. 2, 2000.

NEVES, Dulce Amélia. **Ciência da informação e cognição humana: uma abordagem do processamento da informação**. Ci. Inf., Brasília, v. 35, n. 1, p. 39-44, jan./abr. 2006.

NUNES, Maiana, Farias Oliveira. **Funcionamento e desenvolvimento das crenças de auto-eficácia: Uma revisão**. Rev. de Orientação profissional, v. 9, n. 1, p. 29-42, 2008.

PÁDUA GLD. **A Epistemologia Genética de Jean Piaget**. Rev. FACEVV, n. 2, 2009.

PALACIOS, Jesús; COLL, C.; MARCHESI, A. **Desenvolvimento psicológico e educação: psicologia evolutiva**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

POPKIN, Barry M. **The dynamics of the dietary transition in the developing world**. In: Caballero B., Popkin B. M. (eds). The nutrition transition: diet and disease in the developing world. London: Academic Press, 2002. p. 111-128.

PRÄSS, Alberto Ricardo. **Teorias de aprendizagem**. Monografia apresentada como requisito para aprovação na disciplina Fundamentos Teóricos para a Pesquisa em Ensino de Física – Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Instituto de Física. Mestrado acadêmico em Ensino de Física. Porto Alegre, 2008.

PRESCOTT, John. **Chemosensory learning and favour: Perception, preference and intake**. Physiology & Behavior, v. 107, p. 553-559, 2012.

QUAIOTI, Teresa C. B.; ALMEIDA, Sebastião S. **Determinantes Psicobiológicos do Comportamento Alimentar: uma Ênfase em Fatores Ambientais que Contribuem para a Obesidade**. Psicologia, Universidade de São Paulo, v. 17, n. 4, p. 193-211, 2006.

RAMOS, Maurem. **Influencia das estratégias e preferências maternas no comportamento alimentar infantil**. 87f. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia: Faculdade de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica – RS, Porto Alegre, 2001.

RAMOS, Maurem; STEIN, Lilian M. **Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil**. Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, v. 76, n. 3, p. 229-237, 2000.

RAMOZZI-CHIAROTTINO, Zélia. **Psicologia e epistemologia genética de Jean Piaget**. Temas Básicos de Psicologia, Clara Regina Rappaport (coord.). São Paulo: EPU, v. 19, 1988.

ROLDÃO, Paula Maria Espadinha. **A criança, a publicidade e as práticas alimentares – uma investigação exploratória**. 156f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Educação) Especialização: Educação de Infância: Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade do Algarve, 2007.

ROLLS, Edmund T. **Taste, olfactory and food texture reward processing in the brain and the control of appetite**. Proceedings of the Nutrition Society -Department of Computer Science, Oxford Centre for Computational Neuroscience, Oxford, v. 71, p. 488-501, september 2012.

ROMANELLI G. **O significado da alimentação na família: uma visão antropológica**. Medicina, Ribeirão Preto, v. 39, n. 3, p. 333-339, 2006.

ROSSI, Alessandra; MOREIRA, Emília A. M.; RAUEN, Michelle S. **Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família**. Rev. Nutr., Campinas, v. 21, n. 16, p. 739-748, 2008.

SANTANA, E. R.; SILVA, D. F. **Uma abordagem socioantropológica do alimento como identidade cultural da Bahia**. Anais do I Seminário Alimentação e Cultura na Bahia, Centro de Estudos do Recôncavo – UEFS, jun. 2012.

SETTON, Maria da Graça Jacintho. **Família, escola e mídia: um campo com novas configurações**. Educação e Pesquisa, São Paulo, v. 28, n. 1, p. 107-116, jan./jun. 2002.

SILVA, Marina V. et al. **Estado nutricional de escolares e seu acesso a programas sociais em dez municípios brasileiros**. Nutrire - Rev. Soc. Bras. Aliment. Nutr., v. 23, p. 33-53, 2002.

TORAL, Natacha; SLATER, Betzabeth. **Abordagem do modelo transteórico no comportamento alimentar**. Ciênc. saúde coletiva, v. 12, n. 6, p. 1641-1650, nov./dez. 2007.

VAUGHN, Richard. **How advertising works: A planning model**. Journal of Advertising Research,; v. 20, n. 5, p. 27-33, oct. 1980.

VITOLLO, Márcia Regina. **Nutrição: da gestação à adolescência**. Rio de Janeiro: Reichmann & Afonso Editores, 2003. p. 128-144.