

RELAÇÃO ENTRE CONSUMO DE ULTRAPROCESSADOS E A OBESIDADE INFANTIL

Jéssica de Jesus FELDKIRCHER*

Itamara Aparecida Dias PIRES**

Ana Paula dos Santos PRADO***

RESUMO

Introdução: O aumento do consumo de alimentos ultraprocessados entre crianças tem se tornado uma das principais preocupações de saúde pública nas últimas décadas. Esses produtos, caracterizados por elevado teor de açúcares, gorduras saturadas, sódio e aditivos químicos, substituem refeições caseiras e alimentos naturais, modificando o padrão alimentar infantil. A alimentação, se considerada como uma manifestação cultural, reflete hábitos e valores sociais transmitidos pela família e pela mídia. No entanto, com a influência da globalização e da indústria alimentícia, há um distanciamento das práticas alimentares tradicionais. **Objetivo:** Analisar a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o crescimento dos índices de obesidade infantil. **Metodologia:** O trabalho foi desenvolvido como uma revisão bibliográfica narrativa, selecionando-se as publicações indexadas no mecanismo de buscas Google Scholar e nas bases SciELO e CAPES Periódicos, entre os anos de 2020 e 2025. **Resultados:** O consumo de ultraprocessados está associado à oferta excessiva de calorias e à baixa qualidade nutricional, resultando em desequilíbrios energéticos e ganho de peso. A publicidade voltada ao público infantil exerce forte influência sobre as preferências alimentares, criando hábitos que favorecem a ingestão desses produtos em detrimento de alimentos in natura. Estudos recentes apontam que o aumento da obesidade infantil está diretamente ligado à substituição de refeições tradicionais por lanches rápidos industrializados. **Conclusão:** A obesidade infantil é um fenômeno multifatorial que reflete mudanças culturais e comportamentais na alimentação. A valorização da alimentação tradicional e o incentivo ao consumo de alimentos naturais são fundamentais para promover hábitos saudáveis desde a infância, prevenindo doenças e resgatando a cultura alimentar como parte da identidade social.

Palavras-chave: alimentação; cultura; ultraprocessados; obesidade infantil; saúde pública.

* Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. jessicafeldkircher060@gmail.com

** Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. itamaradiapires11@gmail.com

*** Orientadora, Mestre, Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec. anapaulaeducaon@gmail.com