

PRÁTICAS NA ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR SAUDÁVEL DOS FILHOS DE MÃES ADOLESCENTES DA REGIÃO AMAZÔNICA

Matheus Lopes dos Santos¹;

Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Macapá, Amapá.

<http://lattes.cnpq.br/8072778690641034>

Mayra Loreanne Nascimento Corrêa²;

Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Macapá, Amapá.

<http://lattes.cnpq.br/6488285347997367>

Maria Eduarda dos Santos Alves³;

Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Macapá, Amapá.

<https://lattes.cnpq.br/0067495216160177>

Hevelly Camila da Costa Pereira⁴;

Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Macapá, Amapá.

<http://lattes.cnpq.br/5750685499995551>

Vinícius dos Santos Maciel⁵;

Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Macapá, Amapá.

<http://lattes.cnpq.br/8183861082992335>

Luzilena de Sousa Prudêncio⁶;

Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Macapá, Amapá.

<http://lattes.cnpq.br/9530554407871026>

Tatiana do Socorro dos Santos Calandrini⁷;

Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Macapá, Amapá.

<http://lattes.cnpq.br/9646872750954617>

Nely Dayse Santos da Mata⁸;

Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Macapá, Amapá.

<http://lattes.cnpq.br/0529429570261510>

Darcineyde Alves Dias⁹;

Instituto Macapaense de Ensino Superior (IMMES), Macapá, Amapá.

<http://lattes.cnpq.br/2608551404548167>

Camila Rodrigues Barbosa Nemer¹⁰.

Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Macapá, Amapá.

<http://lattes.cnpq.br/9193622763928241>

RESUMO: Diante da relevância dos aspectos maternos no processo de alimentação complementar das crianças, destaca-se a importância de avaliar as práticas de alimentação complementar dos filhos de mães adolescentes, mediante as particularidades em meio a experiência materna na adolescência. Tem como objetivo relatar a vivência de enfermeiros na assistência a filhos de mães adolescentes da região amazônica durante o período de

alimentação complementar saudável. Trata-se de um estudo descritivo e observacional de abordagem qualitativa, pontuado como relato de experiência, no período do mês de julho de 2021 a julho de 2025. Para descrição da experiência, foram elaboradas 2 categorias: a) Alimentação saudável no primeiro ano de vida; b) Processo de alimentação complementar saudável das crianças de 1 (um) a 2 (dois) anos ou mais. A atuação dos enfermeiros na oferta de informação de forma simples e acessível a esse público, levando em consideração sua vulnerabilidade, desempenha um papel importante para o incentivo a práticas alimentares saudáveis e adaptadas à realidade do público atendido. Esta pesquisa traz um aspecto diferenciado, o empoderamento das mães adolescentes em alguns aspectos da alimentação infantil, somado às especificidades regionais e culturais da alimentação amazônica que influenciam na construção dos hábitos alimentares das crianças.

PALAVRAS-CHAVE: Nutrição infantil. Mães adolescentes. Amazônia.

PRACTICES IN HEALTHY SUPPLEMENTARY FEEDING OF CHILDREN OF ADOLESCENT MOTHERS FROM THE AMAZON REGION

ABSTRACT: Given the relevance of maternal aspects in the complementary feeding process for children, the importance of evaluating the complementary feeding practices of children of adolescent mothers is highlighted, considering the particularities of maternal experience during adolescence. The objective is to report the experiences of nurses caring for children of adolescent mothers in the Amazon region during the period of healthy complementary feeding. This is a descriptive, observational study with a qualitative approach, classified as an experience report, conducted from July 2021 to July 2025. Two categories were developed to describe the experience: a) Healthy feeding in the first year of life; b) Healthy complementary feeding process for children aged 1 (one) to 2 (two) years or older. The role of nurses in providing information in a simple and accessible way to this population, taking into account their vulnerability, plays an important role in encouraging healthy eating practices adapted to the reality of the population served. This research brings a different aspect, the empowerment of adolescent mothers in some aspects of children's nutrition, added to the regional and cultural specificities of the Amazonian diet that influence the construction of children's eating habits.

KEYWORDS: Child nutrition. Teenage mothers. Amazon.

INTRODUÇÃO

A alimentação desempenha um papel fundamental no crescimento e desenvolvimento em todas as etapas da vida, principalmente nos primeiros anos, onde ocorre a construção de hábitos e a manutenção da saúde. O monitoramento do consumo alimentar infantil deve ser feito com rigor, pois a exposição precoce a alimentos ultraprocessados e a baixa variedade de alimentos saudáveis ingeridos podem prejudicar a saúde. As consequências se apresentam através do desmame precoce e da alimentação pouco nutritiva, deixando

as crianças em estado de insegurança alimentar, prejudicando o desenvolvimento infantil (Brasil, 2019).

Nesse sentido, a alimentação complementar é definida como um momento de transição, onde ocorre a introdução de forma lenta e gradual dos alimentos sólidos, e por consequência, há uma redução do aleitamento materno, mas não deve ser interrompido, pelo contrário, recomenda-se continuar até os 2 (dois) anos de vida da criança. A Organização Mundial de Saúde em sua diretriz mais atualizada sobre alimentação complementar, ressalta a importância de iniciar a inserção dos alimentos após 6 (seis) meses de vida, visto que o leite materno ou a fórmula de leite isoladas não são suficientes para suprir as necessidades nutricionais (D'auria *et al.*, 2020; WHO, 2023).

Segundo a última Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher, o padrão alimentar das crianças menores de 2 (dois) anos era caracterizado pela introdução de alimentos não adequados e em idades muito precoces. Como reflexo disso, detectou-se o aumento na prevalência de sobrepeso e obesidade da população infantil, duplicando quando comparado o período de 1989 e 2009, o que levanta um questionamento sobre a condição do atual cenário nutricional infantil brasileiro, mediante o aumento progressivo no surgimento e consumo de alimentos industrializados (Brasil, 2009; Mescoloto, Pongiluppi, Domene, 2023).

Sabe-se que o aleitamento materno está associado à alimentação complementar das crianças, os quais são influenciados por diversos fatores, relacionados às características da mãe, educação, instrução escolar, família, condição econômica, entre outros. Contudo, a mãe desempenha o fator de maior influência na alimentação do filho, pois a formação dos hábitos alimentares surge a partir da interação entre o binômio, tratando-se da principal mediadora no ato de nutrir. Diante da relevância dos aspectos maternos no processo de alimentação complementar das crianças, destaca-se a importância de avaliar as práticas de alimentação complementar dos filhos de mães adolescentes, mediante as particularidades em meio a experiência materna na adolescência (Dhami *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2016).

OBJETIVO

Relatar a vivência de enfermeiros na assistência a filhos de mães adolescentes da região amazônica durante o período de alimentação complementar saudável.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo e observacional de abordagem qualitativa, pontuado como relato de experiência acerca da vivência de enfermeiros na prestação de assistência pelo Grupo de Estudos e Pesquisas Materno Infantil (Gepmi), na capital de um estado da região amazônica.

O Gepmi atua com a tríade ensino, pesquisa e extensão na linha de cuidado em saúde da população materno-infantil, tendo em sua composição de integrantes uma equipe multiprofissional, composta por profissionais e acadêmicos das áreas de enfermagem,

medicina e odontologia. As atividades de extensão são feitas através de atendimento ambulatorial e oficinas de educação em saúde, tendo como público-alvo a população infantojuvenil.

Os atendimentos prestados consistem em consultas de pré-natal, puerpério e saúde sexual e reprodutiva para adolescentes de 12 (doze) a 19 (dezenove) anos, além do acompanhamento de crescimento e desenvolvimento de crianças de 0 (zero) a 5 (cinco) anos. O local de assistência é um ambulatório de saúde, localizado no espaço de uma universidade federal. A experiência decorreu durante o período do mês de julho de 2021 a julho de 2025. A elaboração do relato foi realizada a partir de observações durante as consultas e informações extraídas de relatórios de campo.

As pesquisas científicas do grupo seguem a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde que estabelece diretrizes e normas regulamentadoras quanto aos aspectos éticos da pesquisa envolvendo seres humanos. O Gepmi possui projeto de pesquisa aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Amapá, com CAAE79958624.4.0000.0003, sob número de parecer 6.894.915.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a descrição da experiência, foram elaboradas 2 (duas) categorias, sendo as seguintes: a) Alimentação saudável no primeiro ano de vida; b) Processo de alimentação complementar saudável das crianças de 1 (um) a 2 (dois) anos ou mais.

a) Alimentação saudável no primeiro ano de vida

A alimentação complementar saudável, inicia a partir dos seis meses, posteriormente ao aleitamento materno exclusivo, sendo este um período de altos e baixos para as mães adolescentes, visto que, frequentemente, lidam com dificuldades no manejo da técnica correta de amamentação, inseguranças e intercorrências (mais frequentes: mastite e fissura mamilar). Após o período de aprendizado e hábito desenvolvido de amamentar, chega o momento de começar o processo de introdução alimentar, despertando dúvidas sobre os alimentos, a quantidade, como e quando fazer.

Nesse momento, durante a consulta de seis meses da criança, as orientações iniciais são feitas aos genitores pelos enfermeiros, enfatizando a importância de continuar com o aleitamento materno e inserir gradualmente os alimentos recomendados, conforme as instruções da Caderneta da Criança e dos Dez passos para uma alimentação saudável. Também são informados sobre a preparação e horários, sendo posteriormente encaminhados para a nutricionista, para orientação e suplementação dos micronutrientes preconizados para a idade.

Estabelecer uma alimentação saudável no início da vida favorece a criação de hábitos alimentares saudáveis, principalmente quando o aleitamento materno acompanha esse processo. As práticas alimentares exercidas durante o primeiro ano de vida repercutem durante toda a infância, uma vez que nesse momento é estabelecida a base dos hábitos

alimentares. Além disso, evidências demonstram que crianças que receberam aleitamento materno tiveram maior aceitação de alimentos em relação às aquelas que foram nutridas com aleitamento artificial (Menella *et al.*, 2009; Vitolo *et al.*, 2010).

A orientação dietética para as mães permite que façam melhores escolhas acerca dos alimentos que serão oferecidos aos seus filhos (Vitolo *et al.*, 2010). Uma intervenção educativa com mães adolescentes durante os primeiros meses de vida dos filhos, tendo como ênfase o aleitamento materno e alimentação complementar saudável, demonstrou-se eficaz na redução de alimentos ultraprocessados (Lazzeri *et al.*, 2020).

Nota-se que os alimentos inicialmente oferecidos pelas mães adolescentes possuem influência de fatores regionais dos locais onde residem, sendo o açaí o mais comum. O açaí, por tratar-se de um alimento típico da região norte, de consumo diário pela população, possui atributos nutricionais vantajosos quando ingerido sem adicionais, tornando-se um dos primeiros alimentos oferecidos à criança de forma rotineira. Um estudo elaborado com gestantes da região, evidenciou que as práticas alimentares se encontram conectadas às suas crenças, tabus, saberes repassados de geração para geração e devem ser, portanto, respeitados e levados em consideração (Lôbo *et al.*, 2022).

Outros que são comumente ofertados inicialmente, conforme os relatos das mães adolescentes, são as papinhas de alimentos dos grupos dos cereais, frutas e feijões. As genitoras informam que destes grupos, não há receio em ofertá-los aos seus filhos, pois são instruídas pelas figuras maternas da família (mães, avós, irmãs e tias), isso é confirmado uma vez que os alimentos são ofertados até antes de serem orientados pelos profissionais na consulta.

Entretanto, a mesma confiança não é identificada quando se referem ao grupo das carnes e ovos, não sendo ofertado, algumas vezes, devido ao receio de engasgo e asfixia por ser um alimento sólido e também justificam pela ausência de dentição dos filhos como fator para postergar a oferta do alimento. Em um dos casos acompanhados pelo grupo, identificou-se uma criança de 11 (onze) meses com aspecto hipocorado na pele e mucosas, quando questionado a mãe sobre a oferta de carnes e ovos, a mãe adolescente negou, justificando que sentia medo em razão da questão bucal e intercorrências citadas anteriormente.

Com isso exposto, foi explicada a importância do grupo alimentar na alimentação complementar da criança e as necessidades nutricionais supridas quando consumidos, assim como a forma de preparo e quantidade a serem oferecidas. A mãe adolescente se apresentou surpresa com as informações e com a possível relação entre a ausência dos alimentos e o suposto quadro de anemia que seu filho apresentava, salientando que desconhecia sobre tais efeitos poderiam ser resultado da não oferta.

Apartir dos 6 (seis) meses de vida, as crianças com os parâmetros de desenvolvimento adequado possuem um nível de maturidade fisiológica e neurológica, com um reflexo de protrusão de língua diminuído, que permite o consumo de alimentos sólidos (Moreira *et al.*, 2024). O Ministério da Saúde recomenda que os alimentos sejam amassados com um

garfo e oferecidos separadamente em um prato, evitando peneiras ou bater no liquidificador (Brasil, 2023).

As crianças nos primeiros anos de vida possuem uma demanda metabólica alta de ferro, sendo necessário somatizar a alimentação, aleitamento e suplementação do micronutriente ferro durante o período recomendado. Este micronutriente pode ser encontrado em carnes vermelhas, peixes, hortaliças folhosas verde-escuras e leguminosas, como o feijão. Nesse sentido, a oferta dos alimentos ricos em ferro são fundamentais para a prevenção à anemia ferropriva, não podem ser substituídos por outros alimentos, nem reduzidos a porções menores (Cardoso, Ferreira, 2022; Cruz, Almeida, Engstrom, 2010).

b) Processo de alimentação complementar saudável das crianças de 1 (um) a 2 (dois) anos ou mais

Após o ciclo inicial de seis meses, onde se passa pela adaptação dos novos alimentos líquidos e sólidos, chegando o período do primeiro ano até dois anos da criança, as mães adolescentes já apresentam um nível de segurança maior, solidificando um empoderamento com o cuidar da alimentação de seus filhos.

Em alguns casos, revela-se até a discordância das instruções e hábitos aplicados por figuras maternas (avós maternas e paternas) com os netos, os quais podem ser opor aos ensinados ao filho pela mãe adolescente. Relatam as tentativas em estabelecer os hábitos alimentares dos primeiros anos de vida com a baixa ou nula ingestão de alimentos ultraprocessados, como biscoitos, sucos de caixa e doces. Por outro lado, os alimentos são oferecidos pelos avós da criança durante visitas e supervisão prolongadas, sendo um fator de desvio da alimentação complementar saudável.

O comportamento humano e as suas ideias são frutos emergidos de raízes dos grupos sociais, o indivíduo pode absorver as crenças e hábitos alimentares consoante ao contexto e círculo social inserido (Moscovici, 2009). Uma ideia que pode ser aplicada ao público dos adolescentes, seus familiares podem orientar e definir sua prática alimentar, sendo possível considerar que a mãe adolescente possa repassar hábitos alimentares inadequados ou adequados ao seu filho, a depender do contexto onde se encontra presente (Lima *et al.*, 2014).

Apesar da concepção adequada das mães adolescentes sobre a maioria dos alimentos industrializados que não devem ser oferecidos aos filhos, é comum o depoimento sobre a oferta de iogurtes industrializados, visto que é um alimento de preço acessível, facilidade na forma de consumo e adesão da criança. As mães adolescentes não reconhecem o alimento como de natureza industrializada com quantidades significativas de açúcar e apesar do aconselhamento sobre as características, é uma prática que rotineiramente se perpetua, pois o alimento já foi incluído no rol de hábitos alimentares da criança e possui as facilidades citadas.

A realização de práticas alimentares inadequadas com os filhos pelas mães adolescentes é comumente relatada em pesquisas científicas, sendo explicadas pela

própria disciplina alimentar da adolescente, assim como pela ausência de informações sobre nutrição e condições econômicas desfavoráveis. Uma das características dos adolescentes é a busca de prazer momentâneo e imediato, o que contribui para a preferência de alimentos pouco nutritivos e atrativos, sendo a maioria dos industrializados (Lima *et al.*, 2014; Bica *et al.*, 2012; Jesus *et al.*, 2018).

Na oferta do grupo de alimentos nessa idade, há influência dos hábitos alimentares dos familiares com que as mães adolescentes residem. Então, as crianças consomem o que é de rotina na refeição cotidiana, sendo predominante o açaí com frango ou carne, feijão e mingau. Durante as consultas de enfermagem, é enfatizada a importância do preparo dos alimentos de forma separada do restante da família, em razão da diferença na quantidade de temperos utilizados. Segundo as mães adolescentes é uma prática que já é feita, seja no preparo delas ou das avós.

No momento da anamnese sobre a rotina alimentar da criança, busca-se identificar quais alimentos são comumente oferecidos de acordo com os grupos alimentares. **O quadro 1** a seguir representa os alimentos mais comuns conforme as informações fornecidas pelas mães adolescentes:

Quadro 1: Grupo de alimentos e comumente oferecidos às crianças, segundo as mães adolescentes.

Grupo de alimentos	Comumente oferecidos
Grupos dos feijões (leguminosas)	Feijão preto e rajado
Grupo dos cereais	Arroz, macarrão
Grupo das raízes e tubérculos	Batata inglesa
Grupo de legumes e verduras	Cenoura e tomate
Grupo das frutas	Açaí, banana, laranja, maçã
Grupo das carnes e ovos	Frango, carne de boi, ovos de galinha, pescados
Grupos dos leites e queijos	Leite materno e iogurtes
Grupo de amendoim, castanhas e nozes	Não é oferecido

Fonte: Elaborado pelos próprios autores (2025).

Evidencia-se que não há uma variedade de alimentos, consoante as diversas opções apresentadas por grupo de alimentos presentes na Caderneta da criança, recomendados para uma alimentação adequada e saudável. Salienta-se que algumas opções apresentadas no documento não fazem parte do cotidiano alimentar da população do local de estudo e outras são de valor consideravelmente elevado.

Além disso, a característica socioeconômica das mães adolescentes atendidas é outro fator de relevância nessa alimentação, visto que, em sua maioria, encontram-se em um

estado de vulnerabilidade, são residentes de palafitas e áreas de ressaca, com baixo poder aquisitivo. Tais fatores impedem a diversificação de alimentos no processo de alimentação complementar saudável de seus filhos, até mesmo o não acesso a alguns, como o grupo dos amendoins, castanhas e nozes.

No estudo de Bortolini, Gubert, Santos (2012), foi realizado um estudo acerca do consumo alimentar de crianças de 6 a 59 meses nas 5 regiões do país, evidenciando que as crianças residentes da região Norte são as que menos consomem os alimentos dos grupos preconizados pelo Ministério da Saúde, sendo a única exceção o peixe. Além disso, juntamente com o Nordeste, as duas regiões concentram o maior número de municípios com prevalência alta de insegurança alimentar grave (Gubert, Benício, Santos, 2010).

Diante disso, evidencia-se a importância das orientações e acompanhamento nutricional da criança no início da primeira infância, desde a preparação para a introdução alimentar até o monitoramento do processo da alimentação complementar saudável, uma vez que o suporte nutricional eficaz contribui para minimizar os impactos que as iniquidades sociais da região impõem na alimentação da população.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As experiências relatadas neste estudo evidenciam a importância das orientações nutricionais no aspecto do cuidado da mãe adolescente com seu filho, principalmente durante o processo de introdução alimentar e alimentação complementar, dada a importância que esse período representa para o crescimento e desenvolvimento da criança. A atuação dos enfermeiros na oferta de informação de forma simples e acessível a esse público, levando em consideração sua vulnerabilidade, desempenha um papel importante para o incentivo a práticas alimentares saudáveis e adaptadas à realidade do público atendido.

Além disso, em contraposição a maioria dos estudos científicos sobre o processo de alimentação dos filhos de mães adolescentes, onde são destacados diversos pontos negativos nesse processo em razão das características maternas, esta pesquisa traz um aspecto diferenciado, o empoderamento das adolescentes em alguns aspectos da alimentação infantil, somado às especificidades regionais e culturais da alimentação amazônica que influenciam na construção dos hábitos alimentares das crianças.

Apesar disso, os desafios que propiciam a apresentação precoce de alimentos inadequados e privação daqueles com alta qualidade do ponto de vista nutricional despertam a necessidade de fortalecimento das ações de educação em saúde, visando reduzir as desigualdades nutricionais que o público atendido enfrenta.

REFERÊNCIAS

- BICA, I. *et al.* Hábitos alimentares na adolescência: implicações no estado de saúde. **Journal of Education, Technologies, and Health**, n. 42, p. 85–103, 2012. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/millennium/article/view/8196/0>. Acesso em: 26. jul. 2025.
- BORTOLINI, G. A.; GUBERT, M. B; SANTOS, L. M. P. Consumo alimentar entre crianças

brasileiras com idade de 6 a 59 meses. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, n. 9, p. 1759-1771, set. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2012000900014>. Acesso em: 26. jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderneta da Criança**. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. 108 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. 265 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher – PNDS 2006: dimensões do processo reprodutivo e da saúde da criança**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. 300 p.

CARDOSO, E. M.; FERREIRA, J. C. S. A importância da alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 7, e24611729822, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i7.29822>. Acesso em: 26. jul. 2025.

CRUZ, M. C. C.; ALMEIDA, J. A. G.; ENGSTROM, E. M. Práticas alimentares no primeiro ano de vida de filhos de adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 23, n. 2, p. 201-210, mar./abr. 2010. Disponível em: <https://periodicos.puc-campinas.edu.br/nutricao/article/view/9351>. Acesso em: 26. jul. 2025.

D'AURIA, E. *et al.* Complementary Feeding: Pitfalls for Health Outcomes. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 21, p. 7931, oct. 2020. DOI: 10.3390/ijerph17217931. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7662522/>. Acesso em: 26. jul. 2025.

DHAMI, M. V. *et al.* Infant and Young Child Feeding Practices among Adolescent Mothers and Associated Factors in India. **Nutrients**, v. 13, n. 7, p. 2376, jul. 2020. DOI: 10.3390/nu13072376. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8308797/>. Acesso em: 26. jul. 2025.

GUBERT, M. B.; BENÍCIO, M. H.; SANTOS, L. M. Estimativas de insegurança alimentar grave nos municípios brasileiros. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 26, p. 1595-605, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2010000800013>. Acesso em: 26. jul. 2025.

LIMA, A. P. E. *et al.* Práticas alimentares no primeiro ano de vida: representações sociais de mães adolescentes. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 67, n. 6, p. 965-971, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167.2014670615>. Acesso em: 26. jul. 2025.

LÔBO, N. R. O. *et al.* Saberes de mulheres sobre a ingestão do açaí durante o período gestacional. In: PIMENTEL, B. N (org.). **Saúde pública e saúde coletiva: núcleo de saberes e práticas**. Ponta Grossa: Atena Editora; 2022. Cap. 18, p. 169-181. DOI: 10.22533/at.ed.55122020518. Disponível em: <https://atenaeditora.com.br/catalogo/ebook/saude-publica-e-saude-coletiva-nucleo-de-saberes-e-praticas>. Acesso em: 28 ago. 2025.

JESUS, N. F. *et al.* **Adolescência e Saúde 4 - construindo saberes, unindo forças, consolidando direitos**. São Paulo: Instituto de Saúde, 2018. 290 p.

LAZERRI, B. *et al.* Effect of a healthy eating intervention in the first months of life on ultraprocessed food consumption at the age of 4–7 years: a randomised clinical trial with adolescent mothers and their infants. **British Journal of Nutrition**, v. 126, n. 7, p. 1048-1055, 2021. DOI: 10.1017/S0007114520004869.

MENELLA, J. A. *et al.* Early milk feeding influences taste acceptance and liking during infancy. **The American Journal of Clinical Nutrition**, v. 30, p. 780-788, sep. 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.3945/ajcn.2009.27462O>. Acesso em: 26. jul. 2025.

MESCOLOTO, S. B.; PONGILUPPI, G.; DOMENE, S. M. A. Ultra-processed food consumption and children and adolescents' health. **Jornal de Pediatria**, v. 100, p. S18-S30, oct. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jped.2023.09.006>. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10960188/>. Acesso em: 26. jul. 2025.

MOREIRA, P. R. *et al.* Estimated energy and nutrient intake in complementary feeding methods in Brazilian infants: randomized clinical trial. **Scientific reports**, v. 14, n. 1, p. 13. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41598-023-50415-7>. Acesso em: 26. jul. 2025.

SILVA, A. S. *et al.* Alimentação complementar em menores de um ano: interpretações de mães adolescentes. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, v. 9, n. 5, p. 93-102, jan./jun. 2016. Disponível em: <https://www.revistasuninter.com/revistasauade/index.php/saudeDesenvolvimento/article/view/485>. Acesso em: 26. jul. 2025.

VITOLO, M. R. *et al.* Maternal Dietary Counseling in the First Year of Life Is Associated with a Higher Healthy Eating Index in Childhood. **The Journal of Nutrition**, v. 140, p. 2002-2007, nov. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.3945/jn.110.125211>. Acesso em: 26. jul. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **WHO Guideline for complementary feeding of infants and young children 6-23 months of age**. Geneva: World Health Organization; 2023.