

## ALIMENTAÇÃO AFETIVA

Gisela Sonni Draeger Blahobrazoff Grimaldi, Nicole Draeger Blahobrazoff Grimaldi, Beatriz Campos Bernardes, Wyrislaine Rayne De Castro Herenio

Palavras-Chave: Nutrição. Sentimento. Benefícios.

**DOI: 10.47094/IICOLUBRAIS2022/1**

**INTRODUÇÃO:** A alimentação fornece nutrientes necessário para que as condições de funcionamento do organismo – através de fatores físicos e biológicos – sejam plenas, de modo que seu papel é tão importante quanto respirar. **OBJETIVOS:** Através do conceito afetivo da alimentação seria possível atingir benefícios psíquicos, físicos e emocionais, de modo a garantir a saúde não só orgânica, mas também mental. **METODOLOGIA:** Para atingir tal objetivo foi realizada uma revisão da literatura através de pesquisa com base de artigos científicos, com as palavras-chaves “alimentação” e “afetividade”. **RESULTADOS:** O conceito de afetividade está ligado à experimentação psíquica, física e emocional desde a mais tenra idade, sendo a relação mãe-filho durante a amamentação um dos momentos cruciais nessa construção e também ser a primeira relação do ser humano com a alimentação, de modo que seus primeiros momentos afeto-alimento definem sua relação emocional com a comida e também constrói a base orgânica-funcional em qual será desenvolvido seus sistemas. **CONCLUSÃO:** Assim, o crescimento e desenvolvimento orgânico está intimamente ligado às primeiras alimentações e ao relacioná-las diretamente com a afetividade, pela memória de acolhimento e segurança destes momentos serem registradas, permite que a nutrição tenha um reforço mental-emocional positivo, podendo atuar como fator essencial para estabelecer uma alimentação saudável e variada de modo mais fácil e prático, através das sensações experimentadas.