



UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS FISIOLÓGICAS
CURSO DE NUTRIÇÃO

LARAH VICTORIA SANTOS DOS SANTOS

**HÁBITO DE VER TELEVISÃO DURANTE A REFEIÇÃO E CONSUMO
ALIMENTAR DE CRIANÇAS BRASILEIRAS NOS ANOS 2015, 2020 E 2025.**

São Luís - MA

2026

Larah Victoria Santos dos Santos

**HÁBITO DE VER TELEVISÃO DURANTE A REFEIÇÃO E CONSUMO
ALIMENTAR DE CRIANÇAS BRASILEIRAS NOS ANOS 2015, 2020 E 2025.**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à banca examinadora da
Universidade Federal do Maranhão
como exigência para a obtenção do
título de Bacharel em Nutrição.

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Nayra Anielly
Cabral Cantanhede.

São Luís - MA

2026

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

dos Santos, Larah Victoria.

Hábito de ver televisão durante a refeição e consumo alimentar de crianças brasileiras nos anos 2015, 2020 e 2025 / Larah Victoria dos Santos. - 2026.

30 f.

Orientador(a): Nayra Anyelle Cabral Cantanhede.

Curso de Nutrição, Universidade Federal do Maranhão, São Luís, Ma, 2026.

1. Alimentação Infantil. 2. Ultraprocessados. 3. Tempo de Tela. I. Cabral Cantanhede, Nayra Anyelle. II. Título.

LARAH VICTORIA SANTOS DOS SANTOS

**HÁBITO DE VER TV DURANTE A REFEIÇÃO E CONSUMO ALIMENTAR DE
CRIANÇAS BRASILEIRAS ENTRE 2015 E 2025.**

Trabalho de Conclusão do Curso de Nutrição apresentado à banca de defesa do Curso de
Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Maranhão.

Aprovado em: _____ de _____ de _____ Nota: _____

Banca Examinadora:

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Nayra Anielly Cabral Cantanhede

Doutora em Saúde Coletiva

Universidade Federal do Maranhão

Prof^a. Dr^a. Deysianne Costa das Chagas

Doutora em Saúde Coletiva

Universidade Federal do Maranhão

Prof^a. Dr^a. Maria Tereza Borges Araujo Frota

Doutora em Saúde Coletiva

Universidade Federal do Maranhão

À minha avó, Maria Ribamar Bruzaca dos Santos.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a minha família que sempre torceu por mim e me apoiou durante toda a minha jornada acadêmica. Um obrigada especial:

À minha mãe, Maria Francinete Bruzaca, por ter sido minha base, caminhar comigo, me dado forças e nunca ter deixado eu desistir. Tudo que sou devo a você;

À minha irmã, Sarah Bianca Bruzaca, por ter sido, além de irmã, a melhor amiga que eu poderia ter e por me enxergar muito maior do que realmente sou;

À minha tia (e mãe por tabela), Eurides Bruzaca, por ser uma inspiradora nata e nunca deixar eu me sentir amada de menos;

Aos meus primos, irmãos, melhores amigos e além: Lucas, Caio e Felipe, por sempre partilhar os melhores momentos comigo e fazer eu me sentir especial;

Ao meu avô, José Ribamar Medeiros, meu fã número um mas não tanto quanto eu sou dele;

À minha prima Tájila Moraes, que torce por mim quase tanto quanto eu torço por ela;

E agradeço ao meu pai, Carlos Cesar Batista, pelo carinho imenso e por todo suporte que me deu para que eu estivesse onde estou.

A experiência acadêmica tem sido longa e árdua, mas me trouxe pessoas que deixaram tudo mais leve com risadas e pesos compartilhado, agradeço então: à Maria Eduarda, Andressa Raquel, Sara Vitória e Ana Maria, minhas “nutrigatas”, e também à Giulia de Paula, Jordson Ferreira e Luis Carlos. Estou ansiosa para compartilhar os próximos capítulos fora dos muros acadêmicos com vocês.

Agradeço também à minha professora orientadora Dr^a Nayra Cabral, por me guiar e me ajudar no processo de criação deste trabalho crucial para minha formação e à todo o corpo docente de Nutrição - UFMA, por repassar conhecimentos que vão além desta profissão tão linda.

Por fim, e talvez mais importante, um grande obrigada a minha avó, Maria Ribamar Bruzaca dos Santos, que apesar de não estar mais aqui, foi peça fundamental para plantar em seus filhos a semente que a educação é a base para a mudança no mundo, semente essa que me trouxe até aqui. Amo você para além deste plano.

LISTA DE FIGURAS E TABELAS

Figura 1: Gráfico da prevalência do hábito de ver TV durante a refeição por crianças de 5 a 9 anos do Maranhão, Nordeste e Brasil nos anos de 2015, 2020 e 2025.....	10
Figura 2: Gráfico da prevalência do consumo de AUPs por crianças de 5 a 9 anos do Maranhão, Nordeste e Brasil nos anos de 2015, 2020 e 2025.....	11
Figura 3: Gráfico da prevalência do consumo de frutas por crianças de 5 a 9 anos do Maranhão, Nordeste e Brasil nos anos de 2015, 2020 e 2025.....	11
Figura 4: Gráfico da prevalência do consumo de legumes e verduras por crianças de 5 a 9 anos do Maranhão, Nordeste e Brasil nos anos de 2015, 2020 e 2025.....	12
Tabela 1: Análise do hábito de ver TV durante a refeição e do consumo alimentar de crianças entre 5 e 9 anos, no Maranhão, Nordeste e Brasil nos anos de 2015, 2020 e 2025.....	13

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	9
MÉTODOS.....	10
RESULTADOS.....	11
DISCUSSÃO.....	15
REFERÊNCIAS.....	18
ANEXOS.....	21

**ARTIGO “ HÁBITO DE VER TELEVISÃO DURANTE A REFEIÇÃO E
CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS BRASILEIRAS NOS ANOS 2015,
2020 E 2025”**

Hábito de ver televisão durante a refeição e consumo alimentar de crianças brasileiras.

Palavras chave: Consumo alimentar; alimentação infantil; tempo de tela; ultraprocessados; frutas, legumes e verduras.

Keywords: Food consumption; children's nutrition; screen time; ultra-processed foods; fruits, vegetables, and greens.

Artigo a ser submetido à Revista de Pesquisa em Saúde.

ISSN: 2236-6288 (*online*)

ISSN: 2179-6238 (impresso)

RESUMO

Introdução: Ultimamente, observa-se mudança nas brincadeiras infantis, que vem cada vez mais sendo substituídas por telas. Esse comportamento já adentrou até o momento da refeição de crianças, influenciando diretamente no consumo alimentar infantil. **Objetivo:** Comparar prevalências do hábito de ver televisão no momento da refeição e do consumo alimentar de crianças de 5 a 9 anos no Maranhão, Nordeste e Brasil em 2015, 2020 e 2025 a partir de dados disponibilizados no SISVAN. **Materiais e Métodos:** Estudo observacional com dados extraídos do SISVAN com crianças de 5 a 9 anos de idade em 2015, 2020 e 2025, onde foi analisado a prevalência do hábito de ver TV durante a refeição, consumo de alimentos ultraprocessados, frutas e legumes e verduras. Os dados foram tabulados em planilhas para serem demonstrados em formato de gráfico. **Resultados e Conclusões:** As três regiões apresentaram diminuição no consumo de ultraprocessados pelo grupo avaliado, em 2025. O consumo de frutas, verduras e legumes, por sua vez, apresentou uma diminuição em 2020 e 2025 em comparação a 2015, no estado do Maranhão, enquanto apresentou melhora no Nordeste e Brasil. Já o hábito de ver TV durante a refeição aumentou em todas as regiões em 2020 e 2025, quando comparado a 2015, sendo o ano de 2020 o pico nas três regiões, fortemente influenciado pelo contexto pandêmico. Os bons resultados referentes ao consumo de AUP podem se justificar através das novas legislações de rotulagem (RDC nº 429/2020) e divulgação de informações quanto aos malefícios associados ao consumo de AUP. As políticas públicas e práticas de promoção da educação alimentar e nutricional podem ter sido os impulsionadores da melhora dos índices de consumo de FLV no Brasil e Nordeste.

Palavras chave: Consumo alimentar; alimentação infantil; tempo de tela; ultraprocessados; frutas, legumes e verduras.

ABSTRACT

Introduction: Lately, a shift has been observed in children's play, which is increasingly being replaced by screens. This behavior has even extended to children's mealtimes, directly influencing their food consumption. **Objective:** To compare the prevalence of television viewing during mealtimes and food consumption among children aged 5 to 9 years in Maranhão, Northeast Brazil, and Brazil in 2015, 2020, and 2025, using data available in SISVAN (Brazilian Food and Nutrition Surveillance System). **Materials and Methods:** Observational study with data extracted from SISVAN for children aged 5 to 9 years in 2015, 2020, and 2025, analyzing the prevalence of television viewing during meals, consumption of ultra-processed foods, fruits, vegetables, and greens. The data were tabulated in spreadsheets to be presented in graph format. **Results and Conclusions:** All three regions showed a decrease in the consumption of ultra-processed foods by the evaluated group in 2025. The consumption of fruits, vegetables, and legumes, in turn, showed a decrease in 2020 and 2025 compared to 2015 in the state of Maranhão, while it showed improvement in the Northeast and Brazil. The habit of watching TV during meals increased in all regions in 2020 and 2025, when compared to 2015, with 2020 being the peak year in all three regions, strongly influenced by the pandemic context. The good results regarding the consumption of ultra-processed foods can be justified by the new labeling legislation (RDC nº 429/2020) and the dissemination of information regarding the harmful effects associated with the consumption of ultra-processed foods. Public policies and practices promoting food and nutritional education may have been the drivers of the improvement in fruit and vegetable consumption rates in Brazil and the Northeast.

Keywords: Food consumption; children's nutrition; screen time; ultra-processed foods; fruits, vegetables and greens.