

Introdução precoce de açúcar na infância e sua associação com o desenvolvimento de doenças crônicas: uma revisão de literatura

Early Introduction of Sugar in Childhood and Its Association with the Development of Chronic Diseases: A Literature Review

Introducción Temprana del Azúcar en la Infancia y su Asociación con el Desarrollo de Enfermedades Crónicas: Una Revisión de la Literatura

Vanessa Silva Rodrigues – Faculdade Ages
Juliana Malinovski, Orientadora
Káren Arielle Carvalho Barreto, Co-orientadora

Resumo:

Introdução: A introdução alimentar configura-se como um período fundamental para a formação dos hábitos alimentares, correspondendo a fase em que crianças passam a ter contato com diferentes sabores, texturas, e tipos de alimentos, geralmente a partir dos seis meses de idade. Entretanto, a oferta precoce de açúcares e produtos ultraprocessados pode favorecer a formação de padrões alimentares inadequados, contribuindo para uma maior aceitação de alimentos com baixo valor nutricional e uma rejeição de alimentos in natura. Esse cenário pode acarretar aumento do risco para os desenvolvimentos de doenças crônicas, como sobrepeso e obesidade infantil. De acordo com organização Mundial da Saúde, cerca de 7% das crianças menores de cinco anos estar com sobrepeso e 3% já possuem obesidade. **Objetivo:** Analisar, os fatores associados à introdução precoce de açúcar na alimentação nos primeiros dois anos de vida, bem como seus impactos no desenvolvimento de doenças crônicas. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura. Foram incluídos artigos publicados em 2022 e 2026, que abordassem a introdução precoce de açúcar na alimentação infantil e os riscos para desenvolvimento de doenças crônicas. A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados National Library of Medicine (PubMed) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). **Resultados e Discussões:** Os estudos analisados demonstraram que a introdução precoce de açúcar na alimentação infantil permanece frequentemente, principalmente por meio de consumo de bebidas açucaradas e alimentos ultraprocessados. Evidenciando associação entre o consumo excessivo de açúcares nos primeiros anos de vida e o excesso de peso, obesidade infantil, e desenvolvimento de doenças crônicas. Além disso, observou-se que essa exposição precoce contribuía para a formação de hábitos alimentares inadequados. **Conclusão:** Os estudos analisados mostraram que o consumo de bebidas açucaradas e alimentos ultraprocessados pode causar prejuízos a saúde, como maiores riscos de excesso de peso e desenvolvimento de doenças crônicas. Dessa forma destaca-se a importância de fortalecer políticas públicas e ações voltadas a promoção da alimentação saudável na infância.

Palavras-chave:

Alimentação infantil; Crianças; Doenças crônicas; Açúcar; Alimentos ultraprocessados.

Abstract:

Introduction: Complementary feeding is a fundamental period for the formation of eating habits, corresponding to the stage when children begin to be exposed to different flavors, textures, and types of foods, usually from six months of age onward. However, the early introduction of sugars and ultra-processed foods may promote the development of inadequate dietary patterns, contributing to a greater acceptance of foods with low nutritional value and the rejection of natural foods. This scenario may increase the risk of developing chronic diseases, such as overweight and childhood obesity. **According to the World Health Organization**

(WHO), approximately 7% of children under five years of age are overweight, and 3% are already living with obesity. Objective: To analyze the factors associated with the early introduction of sugar into the diet during the first two years of life, as well as its impact on the development of chronic diseases. Methodology: This study is a literature review. Articles published between 2022 and 2026 that addressed the early introduction of sugar in infant feeding and its risks for the development of chronic diseases were included. The search was conducted in the databases National Library of Medicine (PubMed) and Scientific Electronic Library Online (SciELO). Results and Discussion: The analyzed studies demonstrated that the early introduction of sugar into infant feeding remains frequent, mainly through the consumption of sugar-sweetened beverages and ultra-processed foods. Evidence showed an association between excessive sugar intake during the first years of life and overweight, childhood obesity, and the development of chronic diseases. Furthermore, early exposure to sugar contributed to the establishment of unhealthy eating habits. Conclusion: The analyzed studies showed that the consumption of sugar-sweetened beverages and ultra-processed foods can negatively affect health, increasing the risk of overweight and the development of chronic diseases. Therefore, it is essential to strengthen public policies and actions aimed at promoting healthy eating during childhood.

Keywords:

Infant feeding; Children; Chronic diseases; Sugar; Ultra-processed foods.

Resumen:

La alimentación complementaria constituye un período fundamental para la formación de los hábitos alimentarios, correspondiendo a la etapa en la que los niños comienzan a tener contacto con diferentes sabores, texturas y tipos de alimentos, generalmente a partir de los seis meses de edad. Sin embargo, la introducción temprana de azúcares y productos ultraprocesados puede favorecer la formación de patrones alimentarios inadecuados, contribuyendo a una mayor aceptación de alimentos con bajo valor nutricional y al rechazo de alimentos naturales. Este escenario puede aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas, como el sobrepeso y la obesidad infantil. Según la Organización Mundial de la Salud, aproximadamente el 7% de los niños menores de cinco años presentan sobrepeso y el 3% ya padecen obesidad. Objetivo: Analizar los factores asociados a la introducción temprana del azúcar en la alimentación durante los dos primeros años de vida, así como sus impactos en el desarrollo de enfermedades crónicas. Metodología: Se trata de una revisión de la literatura. Se incluyeron artículos publicados entre 2022 y 2026 que abordaran la introducción temprana del azúcar en la alimentación infantil y los riesgos para el desarrollo de enfermedades crónicas. La búsqueda se realizó en las bases de datos National Library of Medicine (PubMed) y Scientific Electronic Library Online (SciELO). Resultados y discusión: Los estudios analizados demostraron que la introducción temprana del azúcar en la alimentación infantil sigue siendo frecuente, principalmente mediante el consumo de bebidas azucaradas y alimentos ultraprocesados. Se evidenció una asociación entre el consumo excesivo de azúcares en los primeros años de vida y el exceso de peso, la obesidad infantil y el desarrollo de enfermedades crónicas. Además, se observó que esta exposición temprana contribuía a la formación de hábitos alimentarios inadecuados. Conclusión: Los estudios analizados mostraron que el consumo de bebidas azucaradas y alimentos ultraprocesados puede causar perjuicios a la salud, como un mayor riesgo de exceso de peso y desarrollo de enfermedades crónicas. Por lo tanto, se destaca la importancia de fortalecer las políticas públicas y las acciones dirigidas a la promoción de una alimentación saludable en la infancia.

Palabras clave:

Alimentación infantil; Niños; Enfermedades crónicas; Azúcar; Alimentos ultraprocesados.

INTRODUÇÃO

Segundo Rossi e Poltronieri (2024), no livro “Tratado de Nutrição e Dietoterapia”, a nutrição nos primeiros anos de vida exerce influência direta no desenvolvimento das potencialidades humanas, sendo que sua inadequação pode resultar em distúrbios nutricionais com repercussões duradouras. Nesse sentido, a adoção de práticas alimentares adequadas desde a infância é fundamental para a promoção da saúde e prevenção de agravos ao longo da vida (Rossi; Poltronieri, 2024).

Nesse contexto, a introdução alimentar configura-se como um marco essencial na formação dos hábitos alimentares, correspondendo ao período em que a criança passa a ter contato com diferentes sabores, texturas e tipos de alimentos, geralmente a partir dos seis meses de idade (BRASIL, 2019). O Ministério da Saúde, por meio do documento Guia alimentar para crianças menores de 2 anos (2019), enfatiza que essa fase é determinante para a construção do comportamento alimentar, influenciando preferências e escolhas futuras.

Segundo o Guia alimentar para crianças menores de 2 anos (2019), a oferta precoce de alimentos ricos em açúcares e produtos ultraprocesados pode favorecer a formação de padrões alimentares inadequados, caracterizados pela maior aceitação de alimentos com baixo valor nutricional e pela rejeição de alimentos *in natura*, como frutas, verduras e legumes. Tal cenário está associado ao aumento do risco de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) que constituem um grupo de doenças permanentes, caracterizadas por gerar incapacidade nos indivíduos e por promover alterações patológicas, demandando um longo período de acompanhamento e reabilitação (BRASIL, 2022). Entre essas doenças, destacam-se obesidade, Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) e doenças cardiovasculares, reforçando a relevância de estratégias voltadas à promoção de uma alimentação saudável desde os primeiros anos de vida (BRASIL, 2019).

A fase correspondente aos dois primeiros anos de vida, inserida no período da primeira infância, constitui um momento crítico para o crescimento e desenvolvimento infantil, sendo também determinantes para a formação do paladar e dos hábitos alimentares (BRASIL, 2019). Nesse contexto, a Organização Mundial da Saúde (OMS) define como lactante a criança com menores de dois anos de idade, alimentada com leite materno de forma exclusiva ou complementada (Rossi; Poltronieri 2024).

Conforme o Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos (2019), documento que orienta práticas alimentares adequadas na primeira infância, sugere que a oferta de alimentos saudáveis desde a infância aumenta a probabilidade da criança tornar-se mais consciente e autônoma em relação às suas escolhas alimentares ao longo da vida.

Um estudo realizado por Silva; Santana (2024), que analisou marcadores de consumo alimentar de crianças entre 6 a 24 meses de idade por meio do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), no município de Palmas, Tocantins, com uma amostra de 1.118 crianças, evidenciou elevada frequência de consumo de alimentos ultraprocessados (33,29%), bebidas adoçadas (27,17%), macarrão instantâneo e biscoitos salgados (20,21%), além de guloseimas (18,25%). Esses achados indicam que as recomendações do Ministério da Saúde, que orientam a não oferta de açúcares nessa faixa etária, ainda não são amplamente seguidas (BRASIL, 2019).

Em âmbito global, dados do estudo Nacional de Alimentação e Nutrição infantil (ENANI), indicam tendência crescente das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), sendo observado que aproximadamente 7% das crianças menores de cinco anos apresentam sobrepeso e 3% já apresentam obesidade, o que reforça a magnitude do problema e a necessidade de intervenções precoces (BRASIL, 2022).

A introdução precoce de açúcar na alimentação infantil ocorre, principalmente, pelo consumo de alimentos ultraprocessados e pela oferta de bebidas açucaradas, frequentemente introduzidos ainda nos primeiros anos de vida devido à praticidade e a elevada aceitação sensorial, além disso, práticas familiares e culturais, como a oferta de doces sendo uma forma de agrado ou recompensa, contribuindo para esse processo (BRASIL, 2019). Com toda essa exposição precoce, favorece-se a formação de preferências por sabores doces, o que pode levar a menor aceitação de alimentos *in natura* e à adoção de padrões alimentares inadequados, resultando no aumento dos riscos de desenvolvimentos de DCNT ao longo da vida (BRASIL, 2019).

Apesar das recomendações da OMS quanto à redução do consumo de açúcares livres para crianças menores de dois anos, a introdução precoce de açúcar na alimentação infantil persiste como uma prática recorrente, evidenciando a necessidade de aprofundamento das investigações sobre seus impactos na saúde (BRASIL, 2019). Nesse cenário, evidências científicas demonstram que o consumo de alimentos ultraprocessados estão associados ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes mellitus tipo 2, obesidade e doenças cardiovasculares (Louzada, M. et al. 2021).

Segundo o documento Estratégias Nacional para prevenção e Atenção à Obesidade Infantil- Proteja, publicado pelo Ministério da Saúde (2022), em 2020, entre as crianças acompanhadas na Atenção Primária a Saúde (APS), 15,9% dos menores de 5 anos e 31,8% das crianças de 5 a 9 anos apresentavam excesso de peso, o que contribui para a sobrecarga do sistema de saúde, com gastos que atingiram R\$ 3,45 bilhões em 2018, sendo 11% destinados ao tratamento da obesidade.

A partir dessa problemática, destaca-se a importância da análise sobre a perspectiva da Saúde coletiva, uma vez que a introdução precoce de açúcar na infância está associada ao aumento das doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade, diabetes e hipertensão impactando diretamente a saúde da população (BRASIL, 2019).

A atuação do nutricionista é fundamental por meio de ações de educação alimentar e nutricional, orientações as famílias e cuidadores, incentivo ao aleitamento materno e a adequada introdução alimentar, além da promoção de estratégias que reduzem o consumo de alimentos ultraprocessados, contribuindo para a prevenção de agravos e para a formação de hábitos alimentares saudáveis ao longo da vida (BRASIL, 2021).

Diante dessa realidade, o presente estudo tem como objetivo analisar, com base em evidências disponíveis na literatura, os fatores associados à introdução precoce de açúcar na alimentação nos primeiros dois anos de vida, bem como seus impactos no desenvolvimento de doenças crônicas.

METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo exploratório. Que tem como objetivo de responder a seguinte questão norteadora: “Como a introdução precoce de açúcar na alimentação infantil, especialmente nos primeiros dois anos de vida, pode influenciar no desenvolvimento de doenças crônicas ao longo da vida?”

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados: National Library of Medicine (PubMed) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). O processo de busca foi construído a partir de termos relacionados a alimentação infantil, consumo de açúcares, alimentos ultraprocessados e doenças crônicas, combinados por meio de operadores booleanos (AND, OR). Foram utilizados os seguintes termos em inglês: Infant Feeding; Children; Sugar; Ultra-Processed Foods; e Chronic Diseases.

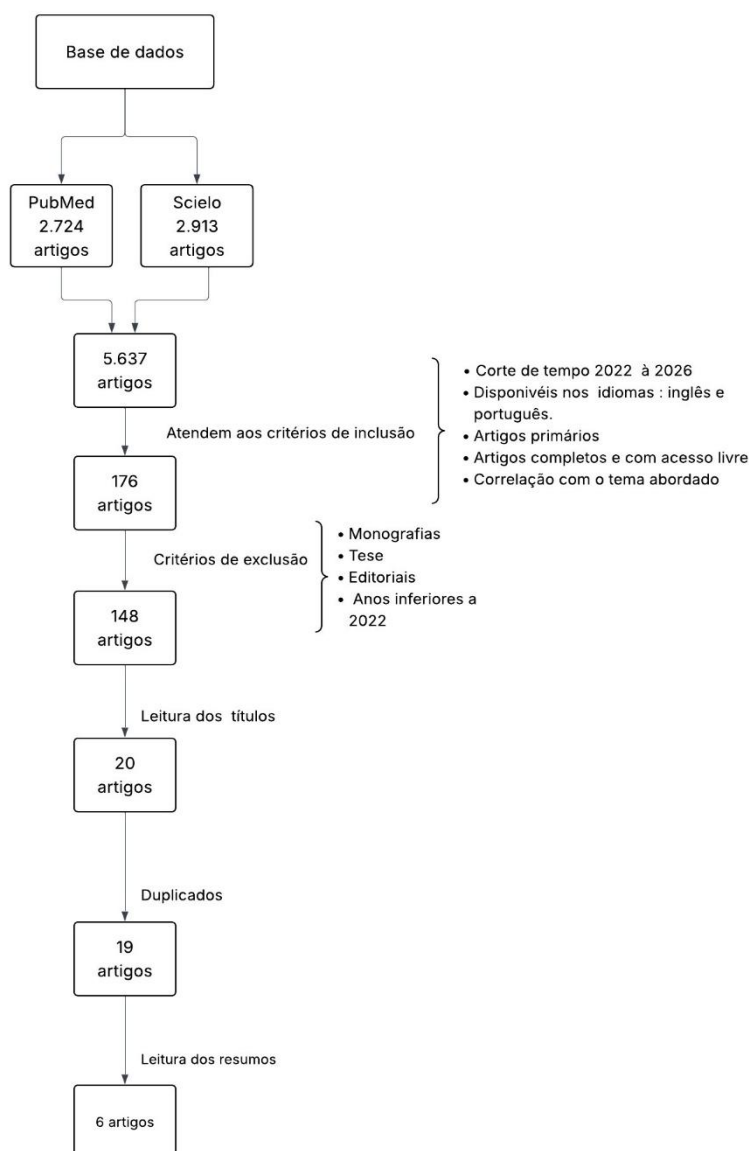
Foram incluídos estudos primários publicados entre 2022 e 2026, disponíveis nos idiomas português, inglês ou espanhol, que abordassem a introdução precoce de açúcar na

infância e sua associação com o desenvolvimento de doenças crônicas, especialmente no contexto saúde coletiva. Foram excluídos estudos duplicados, monografias, revisões de literatura, editoriais, opiniões, dissertações, resumos de eventos, bem como aqueles que não apresentassem relação com a introdução precoce de açúcar na alimentação infantil, seus impactos na saúde ou sua associação com os desenvolvimentos de doenças crônicas.

O levantamento de dados foi realizado de forma sequencial. Em primeiro momento, foi realizada a busca dos estudos nas bases selecionadas utilizando os descritores definidos. Na sequência, foi feita a leitura dos títulos e resumos para seleção dos artigos que atendiam os critérios de inclusão. Em seguida, realizou-se a leitura integral dos textos, possibilitando a identificação das principais evidências sobre a introdução precoce de açúcar na alimentação infantil e os riscos para desenvolvimentos de doenças crônicas.

Figura 1 - Fluxograma da seleção dos artigos selecionados para a atual pesquisa

**INTRODUÇÃO PRECOCE DO AÇÚCAR NA ALIMENTAÇÃO INFANTIL E RISCO
PARA O DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS:
UMA REVISÃO DE LITERATURA**



Fonte: desenvolvido pelos autores 2026.

No quadro 1, descrito a seguir, foram compilados os resultados mais significativos de cada artigo científico selecionado na pesquisa, assim como autores, tipo de estudo, ano de publicação, local do estudo, amostra, objetivos, metodologia e resultados. Os 6 artigos são estudos primários, publicados em periódicos nacionais e internacionais, sendo realizados no Brasil, Austrália, França, China, Estados Unidos.

Dos artigos selecionados, todos foram publicados em língua inglesa.

Quadro 1. Resumo dos artigos analisados para revisão

Artigos	Autor, ano de publicação o, local de estudo	Delineamento, tipo de estudo e N	Objetivos do estudo	Metodologia	Principais achados
1	Barratto, P. <i>et al.</i> ; 2025 Porto Alegre	Estudo de coorte aninhado em um ensaio de campo randomizado. Realizado em centros de Saúde Primários; N= 715 pares mães-crianças	Identificar o período crítico de ganho excessivo de peso na infância e os padrões alimentares associados a ele.	Estudo de acompanhamento de pares mães-crianças desde a gestação até os 6 anos de idade. As coletas ocorreram aos 6,12 meses, 3 e 6 anos, por meio de entrevistas e avaliações de padrões alimentares e estado nutricional. A amostra inclui 715 gestantes e seus filhos, atendidos em centros de saúde primários.	O estudo identificou que o elevado consumo de alimentos ultraprocessados está relacionado ao aumento do excesso de peso e da obesidade, sendo esse quadro agravado pelo ganho ponderal excessivo no período de 6 a 12 meses de idade, associado ao uso de mamadeiras, sucos e bebidas adoçadas.

2	<p>Franco, T. <i>et al.</i></p> <p>2024</p> <p>Município de São Paulo.</p>	<p>Estudo observacional retrospectivo.</p> <p>N= 31 crianças menores de 2 anos, com dificuldade alimentares.</p>	<p>Descrever a ingestão de alimentos que contenham açúcar por crianças menores de 2 anos com dificuldade alimentares.</p>	<p>O estudo foi realizado no Centro de Excelência em Nutrição e Dificuldades Alimentares, com crianças na faixa etária de 12 a 24 meses. Para a coleta de dados, utilizou-se o Inventário Alimentar (IA), um instrumento de uso clínico aplicado para avaliar o padrão de consumo alimentar das crianças, incluindo os alimentos aceitos, recusados, e aqueles pelos</p>	<p>O estudo evidenciou consumo precoce de açúcares em crianças menores de 2 anos, com 77,4% já havia consumidos alimentos ou bebidas açucaradas, com predomínio de produtos como biscoitos, brownies, bolos, tortas, evidenciando uma dieta de baixa qualidade nutricional.</p>
---	--	--	---	--	---

				<p>quais não demonstram preferências.</p>	
3	<p>Kay, M. <i>et al</i></p> <p>2023</p> <p>Estados Unidos</p>	<p>Estudo de coorte longitudinal; realizado em 4 clínicas de residências pediátricas da atenção primária;</p> <p>N= 406 crianças de 2 há 24 meses.</p>	<p>Avaliar se a ingestão de 100% de suco de frutas antes dos 6 meses está associada ao consumo de sucos e bebidas adoçadas com açúcar aos 24 meses e se isso acontece por fatores socio-demográficos.</p>	<p>Estudo longitudinal baseado em dados do braço controle do programa Greenlight. Os questionários foram aplicados por assistentes de pesquisas, em inglês ou espanhol, de forma presencial na clínica ou por telefone. Como critérios de inclusão, foram considerados participantes cadastrados no programa e com dados completos sobre o consumo de suco de frutas 100% nos check-up de 2,4,6, e 24 meses.</p>	<p>A criança exposta precocemente ao consumo de suco, apresentam maior ingestão dessa bebida ao longo do acompanhamento, fazendo com que essa introdução precoce contribuía pelas preferências de alimentos e bebidas açucaradas.</p>

4	Backer, P. <i>et al.</i> 2023 Município de Porte Alegre.	Estudo longitudinal, realizada em três hospitais público; N= 400 pares mãe-filho no pós-parto.	Impacto da introdução precoce de sucos em lactantes antes dos 6 meses de idade em parâmetros antropométrico e consumo de alimentos doces e bebidas açucaradas na idade pré-escolar.	Estudo realizado em primeira parte através de um questionário sobre o consumo de sucos, e na segunda parte foi realizado um questionário sobre informações gerais maternas, da criança e socioeconômica. Além da aferição de peso e estatura da criança.	A oferta de sucos antes dos 6 meses esteve associada ao consumo de bebidas e alimentos doces na pré-escola, além dessa exposição alterar o consumo alimentar e preferências alimentares futuras. Além disso, observou-se um aumento na prevalência de sobrepeso e obesidade entre a primeira e a segunda fase do estudo, passando de 5,8% para 26,2%.
5	Dharod, J. <i>et al.</i> 2025	Estudo de investigação longitudinal, realizada em	Estimar a ingestão média diária de açúcar	Estudo realizado através de coleta de dados, por meio de entrevistas	A grande ingestão de açúcar adicionado em fórmulas e
	Estados Unidos	clínicas pediátricas. N= 234 participantes.	adicionado em fórmulas e alimentos complementares.	telefônicas nas primeiras 24 horas de vida e aos 6,9,12 meses, incluindo recordatórios alimentares de 24 horas (métodos de múltiplas passagens – NDRS). Foram coletadas informações sociodemográficas maternas (idade, escolaridade, renda, raça/etnia), dados do IMC materno. Incluídas meses maiores de 18 anos e excluído bebês com condições que interferissem na alimentação.	alimentos complementares, associou-se a maior risco de excesso de peso na primeira infância. Com essa exposição influenciou padrões alimentares e riscos de doenças crônicas futuras.

6	Reis, R. <i>et al.</i> ; 2022 Município do interior de São Paulo.	Estudo transversal; N= 599 crianças de 6 a 24 meses.	Analisar a prevalência do consumo de açúcares.	O estudo foi realizado com pessoas assistidas por unidades básicas de saúde da família em consultas de puericultura, com coleta de dados através de entrevistas. Os dados foram compostos por crianças de acompanhamento ambulatorial, com uma análise da prevalência do consumo de açúcar na dieta infantil.	O estudo identificou uma elevada prevalência no consumo de açúcares entre as crianças avaliadas, 62,10% consumiam bebidas adoçadas e 42,23% consumiam doces ou guloseimas, tendo um consumo diário de 85,5%, associados com fatores socioeconômicos, menor aleitamento materno e riscos de obesidade.
---	--	---	--	---	---

Fonte: desenvolvido pelos autores, 2026

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos selecionados evidenciam diversidades quanto às abordagens empregadas, incluindo um ensaio randomizado, um estudo observacional, três estudos longitudinais e um transversal, o que contribui para uma análise mais abrangente acerca da introdução precoce de açúcar e suas possíveis repercussões no desenvolvimento de doenças crônicas. De acordo com as pesquisas analisadas, observa-se um padrão consistente de introdução precoce de açúcares e alimentos ultraprocessados na alimentação infantil, associados a impactos negativos nos hábitos alimentares e no estado nutricional ao longo da infância.

O estudo de Franco, T. *et al.* (2024), realizado em São Paulo com 31 crianças menores de dois anos atendida em um centro de referências, evidenciou elevada prevalência de consumo precoce de alimentos e bebidas açucaradas. Os resultados indicaram que 77,4% das crianças já haviam consumido esses alimentos, demonstrando exposição antecipada ao açúcar. Esse achado torna-se ainda mais relevante ao considerar que as crianças avaliadas apresentavam dificuldades alimentares, o que favorece a preferência por alimentos de maior aceitação, especialmente ricos em açúcares.

Resultados semelhantes foram encontrados no estudo de Reis, R. *et al.* (2022) realizado em um município do interior de São Paulo com 599 crianças de 6 a 24 meses, que evidenciou uma elevada frequência no consumo de açúcares entre as crianças avaliadas. Verificou-se que

62,23% consumiam bebidas adoçadas e 43,23% ingeriam doces e guloseimas, sendo que 85,5% apresentavam consumo diário desses alimentos. Além disso, esse padrão esteve associado com fatores socioeconômicos, menor duração do aleitamento materno e maiores riscos para obesidade.

Esse cenário é reforçado por Louzada, M. *et al.* (2021), em um estudo realizado com bases em pesquisas envolvendo crianças, adolescentes e adultos, com o objetivo de analisar os impactos do consumo de alimentos ultraprocessados na saúde, onde aponta que o consumo frequente de alimentos ultraprocessados contribui para a piora da qualidade da alimentação e para o desenvolvimento de obesidade. Apesar de os achados deste estudo apresentarem resultados semelhantes e corroborarem as evidências encontradas nos artigos incluídos nesta revisão, ele não foi selecionado para compor a amostra final por se tratar de uma revisão de escopo e estar fora do corte temporal estabelecido.

Nesse mesmo contexto o estudo realizado por Kay, M. *et al.* (2023), com 406 crianças de 2 há 24 meses, em quatro clínicas pediátricas, apontou que mais de 80% das crianças consumiam diariamente suco de frutas naturais adoçado com açúcar convencional, com uma quantidade muito elevada do recomendado. Além disso, essa introdução precoce esteve associada a maior consumo do suco ao longo do tempo. Os autores ainda demonstram, de acordo com os resultados, uma preocupação quanto ao consumo excessivo desses sucos na infância, uma vez que pode substituir bebidas nutricionalmente mais adequadas, como leite materno, fórmula infantil e água, além de contribuir para a formação precoce de preferências por sabores doces.

Em consonância com esses achados, a pesquisa realizada por Backer, P. *et al.* (2023), conduzido com 400 pares mãe-filho em três hospitais públicos, demonstrou que a introdução precoce de açúcar ocorreu principalmente por meio de sucos. Entre os participantes 96% receberam sucos naturais, 17,3% sucos artificiais, 5,3% sucos diluídos e 2,7% sucos concentrados, antes dos seis meses esteve associada ao maior consumo de bebidas açucaradas e alimentos doces na idade pré-escolar. Além disso, observou-se um aumento significativo na prevalência de sobrepeso e obesidade ao longo do acompanhamento, passando de 5,8% para 26,2%, evidenciando o impacto negativo da exposição precoce ao açúcar sobre o estado nutricional infantil.

Segundo pesquisa realizada por Dharod *et al.* (2025), conduzida nos Estados Unidos com 234 bebês de 6,9 e 12 meses, destacou-se a contribuição das fórmulas infantis e dos alimentos complementares como importantes fontes de açúcares adicionados na alimentação infantil ao longo do primeiro ano de vida, o que pode favorecer o desenvolvimento de agravos

a saúde. Em conformidade a esse achado o estudo de Huang, J. *et al.* (2018), realizado com 1.093 bebês entre 3 e 12 meses de idade, demonstrou que o consumo de maiores volumes de fórmula infantil nos primeiros meses de vida está associado com aumento de peso corporal e ao maior risco de sobrepeso na infância. Embora essa pesquisa não tenha sido incluída na presente revisão em razão do recorte temporal estabelecido, seus resultados mostram-se consistência com os achados analisados, reforçando a relação entre a alimentação precoce inadequada e prejuízos ao estado nutricional infantil.

Complementando esses achados, a pesquisa conduzida por Barratto *et al.* (2025), realizada em Porto Alegre com 715 mães e seus filhos, no qual as coletas foram feitas através da avaliação dos padrões alimentares e do estado nutricional. Os resultados indicaram que o elevado consumo de ultraprocessados esteve associado ao aumento do excesso de peso e da obesidade infantil, sendo esse quadro agravado pelo ganho ponderal excessivo entre 6 e 12 meses de idade, período em que também se observou maior consumo de mamadeiras, sucos e bebidas adoçadas.

Observou-se que cinco dos seis estudos analisados (Barratto, P. *et al.* 2025; Franco, T. *et al.* 2024; Backer, P. *et al.* 2023; Dharod, J. *et al.* 2025; Reis, R. *et al.* 2022), destacam a necessidade de um treinamento aos profissionais de saúde e da implementação de políticas públicas voltadas a redução do consumo precoce de açúcar na infância, achados demonstram a importância de ações de educação alimentar e nutricional como estratégias para a prevenção de hábitos alimentares inadequados e doenças futuras.

CONCLUSÃO

Diante das evidências apresentadas, observa-se que a introdução precoce de açúcar na alimentação infantil permanece frequente, ocorrendo principalmente por meio do consumo de bebidas açucaradas, sucos, fórmulas infantis e alimentos ultraprocessados. Os estudos analisados demonstraram associação entre essa prática e a formação de hábitos alimentares inadequados, além do aumento do risco de excesso de peso, obesidade e outros agravos à saúde ao longo da infância.

Os achados também evidenciaram que fatores socioeconômicos com menor duração do aleitamento materno e prática inadequadas durante a introdução alimentar pode favorecer a exposição precoce ao açúcar. Nesse contexto, ressalta-se a importância do fortalecimento das políticas públicas de promoção da alimentação saudável e das ações de educação alimentar e

nutricional, considerando seu potencial para prevenir e promover melhores condições de saúde desde os primeiros anos de vida.

Embora os estudos analisados tenham apresentados resultados convergentes, foram observadas diferenças metodológicas relacionadas às características das amostras, instrumentos de coleta de dados e períodos de acompanhamento, o que pode influenciar a comparação entre os resultados. Além disso, o número reduzido de estudos selecionados demonstra a necessidade de ampliar as investigações sobre o tema em diferentes contextos populacionais.

As evidências reunidas nesta revisão demonstram que a introdução precoce de açúcar constitui um importante desafio para a saúde infantil. Dessa forma, torna-se essencial ampliar as pesquisas sobre o tema e fortalecer ações que promovem hábitos alimentares saudáveis desde a infância, contribuindo para a prevenção de agravos e para uma melhor qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

BARATTO, P. et al. **Associations between children's dietary patterns, excessive weight gain, and obesity risk: cohort study nested to a randomized field trial.**

Revista Paulista de Pediatria, v. 43, p. e2024117, 2025. Disponível em:

<https://doi.org/10.1590/1984-0462/2025/43/2024117>. Acesso em: 6 mar. 2026.

BECKER, P. et al. **A introdução precoce de sucos pode influenciar desfechos antropométricos e consumo alimentar em idade pré-escolar?**

Ciência & Saúde Coletiva, v. 28, n. 1, p. 269–280, jan. 2023. Disponível em:

<https://doi.org/10.1590/1413-81232023281.09992022>. Acesso em: 21 mar. 2026.

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. Disponível em: www.gov.br/saude/ptbr/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-alimentar-melhor/Documentos/pdf/guia-alimentar-para-criancas-brasileiras-menores-de-2-anos.pdf. Acesso em: 28 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Qual é a relação entre consumo de ultraprocessados e risco de mortalidade?** Portal Ministério da Saúde, 2022. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-alimentar-melhor/noticias/2022/qual-e-a-relacao-entre-consumo-de-ultraprocessados-e-risco-demortalidade>. Acesso em: 28 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **PROTEJA: Estratégia Nacional para Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil:** orientações técnicas: versão preliminar. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em:

https://bvsm.s.saude.gov.br/bvpublicacoes/proteja_estrategia_nacional_obesidade_infantil.pdf. Acesso em: 20 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Obesidade infantil é fator de risco para doenças respiratórias, colesterol alto, diabetes e hipertensão.** Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt->



br/assuntos/noticias/2022/junho/obesidade-infantil-e-fator-de-risco-para-doencas-respiratorias-colesterol-alto-diabetes-e-hipertensao? Acesso: 30 maio 2026

DHAROD, J. et al. **Added sugar intake from infant formula and complementary foods: a longitudinal investigation and implications for infant weight gain.** The Journal of Nutrition, v. 155, n. 6, p. 1870-1877, 2025. DOI: 10.1016/j.tjnut.2025.03.025. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40157576/>. Acesso em: 22 abr. 2026.

FRANCO, T. et al. **Ingestão de açúcar por crianças com dificuldades alimentares menores de 2 anos: estudo em um centro de referência brasileiro.** Semina: Ciências Biológicas e da Saúde, Londrina, v. 45, n. 1, p. 81-90, 2024 Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/382237452>. Acesso: 30 abr. 2026.

HUANG, J. et al. **Early feeding of larger volumes of formula milk is associated with greater body weight or overweight in later infancy.** Nutrition Journal, Londres, v. 17, n. 1, p. 12, 2018. DOI: 10.1186/s12937-018-0322-5. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29368651/>. Acesso em: 10 abr. 2026.

KAY; M. et al. **Juice Introduction During Early Infancy is Related to Toddler Juice Intake.** Acad Pediatr. 2023 Sep-Oct;23(7):1343-1350. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37150479/>. Acesso:11 abr. 2026.

LOUZADA, M. et al. **Consumption of ultra-processed foods in Brazil: distribution and temporal evolution 2008–2018.** Revista de Saúde Pública [online]. v. 57 12. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2023057004744>. Acesso em: 20 abr. 2026.

ROSSI, Luciana; POLTRONIERI, Fabiana. **Tratado de Nutrição e Dietoterapia.** 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2024. E-book. p.iv. ISBN 9788527739771. Disponível em: <https://app.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788527739771/>. Acesso em: 28 maio 2026.

REIS, A. et al. **Analysis of the prevalence in sugar consumption in child care consultations.** Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, v. 22, n. 3, p. 631–640, jul. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202200030011>. Acesso em: 30 mar. 2026

SILVA, C. R. E.; SANTANA, T. N. G. **Consumo de Alimentar em Crianças Menores de 2 Anos em um Município da Região Norte do Brasil.** Revista Tópicos, Rio de Janeiro, v. 2, n. 13, p. 1-12, 2024. ISSN: 2965-6672. Disponível: <https://revistatopicos.com.br/artigos/consumo-de-alimentar-em-criancas-menores-de-2-anos-em-ummunicipio-da-regiao-norte-do-brasil>. Acesso: 10 abr. 2026

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA. **Dados do Vigitel apontam avanço da obesidade e do diabetes na população brasileira.** Revista Conexão SBEM, 2026. Disponível: <https://www.endocrino.org.br/noticias/dados-do-vigitel-apontam-avanco-da-obesidade-e-do-diabetes-na-populacao-brasileira/>. Acesso em: 30 mar. 2026.