REVISTA TÓPICOS
ISSN 2965-6672 | Qualis A2

RELAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E O DESEMPENHO COGNITIVO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

RELATIONSHIP BETWEEN THE CONSUMPTION OF ULTRA-PROCESSED FOODS AND THE COGNITIVE PERFORMANCE OF CHILDREN AND ADOLESCENTS

Ciências Biológicas, Ciências da Saúde • 05/11/2026

REGISTRO DOI: 10.70773/revistatopicos/793588478

Maysa Helena do Espírito Santo de Jesus[1]

Denise Lyra de Freitas Filgueiras[2]

Maria de Nazaré Duarte Viana[3]

Nayara Silva de Oliveira[4]

Ronildo Oliveira Figueiredo[5]

RESUMO

O aumento da presença de alimentos ultraprocessados na alimentação de crianças e adolescentes tem despertado interesse quanto às suas possíveis repercussões sobre a saúde e os processos envolvidos no desenvolvimento cognitivo. Nesse contexto, este estudo teve como objetivo analisar a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o desempenho cognitivo de crianças e adolescentes, considerando aspectos relacionados às alterações metabólicas e inflamatórias, à microbiota intestinal e ao eixo intestino-cérebro, bem como possíveis repercussões sobre atenção, memória, aprendizagem e funções executivas. Foi realizada uma Revisão Integrativa da Literatura, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, por meio de buscas nas bases Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e MEDLINE/PubMed. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 10 artigos para análise. Os resultados demonstraram que o consumo frequente de alimentos ultraprocessados pode estar relacionado à pior qualidade da alimentação, à redução do consumo de alimentos in natura ou minimamente processados e a possíveis repercussões sobre aspectos relacionados ao desenvolvimento, à atenção, ao comportamento, à aprendizagem e ao funcionamento cognitivo. Concluiu-se que a promoção de uma alimentação saudável durante a infância e a adolescência é fundamental para o adequado crescimento e desenvolvimento, embora sejam necessárias novas pesquisas para compreender de forma mais específica a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o desempenho cognitivo.

Palavras-chave: Alimentos ultraprocessados; Cognição; Crianças; Adolescentes; Alimentação saudável.

ABSTRACT

The increasing presence of ultra-processed foods in the diets of children and adolescents has raised interest regarding their possible effects on health and on processes involved in cognitive development. In this context, this study aimed to analyze the relationship between ultra-processed food consumption and cognitive performance in children and adolescents, considering aspects related to metabolic and inflammatory changes, the gut microbiota and the gut-brain axis, as well as possible effects on attention, memory, learning, and executive functions. An Integrative Literature Review was conducted using a descriptive design and qualitative approach, through searches in the Virtual Health Library (VHL), Latin American and Caribbean Health Sciences Literature (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), and MEDLINE/PubMed databases. After applying the inclusion and exclusion criteria, 10 articles were selected for analysis. The results demonstrated that frequent consumption of ultra-processed foods may be associated with poorer diet quality, reduced consumption of fresh or minimally processed foods, and possible repercussions on aspects related to development, attention, behavior, learning, and cognitive functioning. It was concluded that promoting healthy eating during childhood and adolescence is essential for adequate growth and development, although further research is needed to better understand the relationship between ultra-processed food consumption and cognitive performance.

Keywords: Ultra-processed foods; Cognition; Children; Adolescents; Healthy eating.

1. INTRODUÇÃO

A infância e a adolescência são períodos fundamentais para o crescimento, desenvolvimento físico e maturação cerebral, sendo a alimentação um dos fatores que contribuem para a manutenção da saúde e do adequado funcionamento do organismo (Silva; Pazzini; Sousa, 2025). Durante essas fases, as necessidades nutricionais são elevadas devido ao intenso processo de desenvolvimento, tornando a qualidade da alimentação especialmente importante (Aragão, 2023).

Esses produtos apresentam formulações industriais e, frequentemente, elevada quantidade de açúcares, gorduras e sódio, além de aditivos alimentares, podendo ocupar espaço significativo na alimentação e reduzir o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados (Rodrigues et al., 2025). O consumo frequente de alimentos ultraprocessados pode estar relacionado à pior qualidade da alimentação, principalmente quando esses produtos substituem alimentos que fornecem nutrientes essenciais ao desenvolvimento (Salgado et al., 2024).

Além do excesso de determinados nutrientes, sua composição pode apresentar menor quantidade de fibras, vitaminas, minerais e outros componentes importantes para o organismo (Meireles et al., 2025).

Durante a infância e a adolescência, uma alimentação inadequada pode apresentar consequências que ultrapassam as alterações no peso corporal, podendo estar relacionada ao desenvolvimento metabólico, à saúde cardiovascular e ao funcionamento de diferentes sistemas, incluindo o sistema nervoso (Leite; Silva; Nogueira, 2024).

Entre os possíveis mecanismos relacionados ao consumo elevado desses alimentos estão as alterações metabólicas e inflamatórias, a ingestão frequente de produtos ricos em açúcares, gorduras e sódio pode favorecer alterações no metabolismo e contribuir para processos inflamatórios no organismo (Rodrigues et al., 2025).

Esses processos podem apresentar repercussões sobre o funcionamento cerebral, uma vez que o cérebro depende de condições metabólicas adequadas para realizar suas funções (Louzada et al., 2022).

Além disso, a alimentação pode influenciar diferentes mecanismos fisiológicos envolvidos na comunicação entre os sistemas metabólico, imunológico e nervoso, tornando relevante investigar como a qualidade da dieta pode estar relacionada ao desenvolvimento e funcionamento cerebral (Perracini; Lorenzi; Corrêa, 2025).

A microbiota intestinal participa de processos relacionados à digestão, metabolismo, imunidade e produção de substâncias que podem influenciar o organismo (Campos; Melo; Costa, 2025).

Alterações em sua composição podem modificar mecanismos de comunicação entre o intestino e o sistema nervoso central, podendo estar relacionadas a processos inflamatórios e alterações no funcionamento cerebral (Teixeira; Pereira, 2025).

Nesse sentido, o consumo frequente de alimentos ultraprocessados pode contribuir para modificações no ambiente intestinal, especialmente quando associado a uma alimentação com baixa variedade de alimentos in natura e reduzida oferta de fibras, o que torna o eixo intestino-cérebro um importante elemento para

compreender a possível relação entre alimentação e cognição (Rodrigues et al., 2025).

Atenção, memória, aprendizagem e funções executivas são fundamentais para o desenvolvimento infantil, para o desempenho escolar e para a interação social, sendo influenciadas por diversos fatores, como alimentação, sono, ambiente familiar e condições socioeconômicas (Silva; Pazzini; Sousa, 2025).

Nesse contexto, também se torna relevante considerar aspectos relacionados ao comportamento e à atenção, incluindo manifestações observadas em crianças e adolescentes com Transtorno do Déficit de Atenção/Hiperatividade (TDAH) (Salgado et al., 2024).

A atenção, o controle inibitório e as funções executivas estão entre os processos envolvidos no desenvolvimento cognitivo e comportamental, podendo sofrer influência de diferentes fatores ambientais e individuais (Leite; Silva; Nogueira, 2024). Dessa forma, compreender a associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o desempenho cognitivo pode contribuir para ampliar o conhecimento sobre a influência dos hábitos alimentares durante períodos importantes do desenvolvimento human (Meireles et al., 2025).

Diante desse cenário, torna-se pertinente investigar a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o desempenho cognitivo de crianças e adolescentes, considerando os possíveis mecanismos envolvidos nessa associação. A compreensão dessa relação pode contribuir para uma visão mais ampla sobre a importância da

alimentação adequada durante o desenvolvimento, ultrapassando a perspectiva tradicional centrada apenas no estado nutricional.

Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o desempenho cognitivo de crianças e adolescentes, considerando aspectos relacionados às alterações metabólicas e inflamatórias, à microbiota intestinal e ao eixo intestino-cérebro, bem como possíveis repercussões sobre atenção, memória, aprendizagem e funções executivas.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho foi desenvolvido por meio de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL), de caráter descritivo e abordagem qualitativa, com a finalidade de reunir conhecimentos científicos acerca da possível relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o desempenho cognitivo durante a infância e a adolescência. A escolha desse método permitiu reunir diferentes tipos de estudos e realizar uma análise conjunta das evidências disponíveis sobre o problema de pesquisa.

A busca bibliográfica foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e nas fontes Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e MEDLINE/PubMed. Para localizar as publicações relacionadas ao tema, foram empregados os descritores “Alimentos Ultraprocessados”, “Desempenho Cognitivo” e “Crianças e Adolescentes”, utilizando os operadores booleanos AND e OR para estabelecer diferentes combinações entre os termos e ampliar a identificação de estudos pertinentes.

Foram considerados elegíveis artigos científicos publicados entre 2020 e 2025, nos idiomas português, inglês ou espanhol, disponíveis em texto completo e que apresentassem investigação envolvendo crianças e/ou adolescentes. Foram priorizadas pesquisas que avaliaram o consumo de alimentos ultraprocessados associado a aspectos cognitivos, comportamentais ou neuropsicológicos, incluindo atenção, memória, aprendizagem, funções executivas e sintomas relacionados ao Transtorno do Déficit de Atenção/Hiperatividade (TDAH).

Não foram considerados na amostra estudos repetidos entre as bases consultadas, publicações que não estavam diretamente relacionadas ao problema investigado ou que apresentavam como população exclusivamente indivíduos adultos. Essa etapa teve como finalidade garantir maior compatibilidade entre os estudos selecionados e os objetivos estabelecidos para a revisão.

A seleção ocorreu em etapas sucessivas. Inicialmente, foram identificadas as publicações a partir das combinações dos descritores estabelecidos. Em seguida, foi realizada a avaliação dos títulos e resumos, permitindo a exclusão dos trabalhos que não apresentaram correspondência com a temática. Os artigos considerados pertinentes foram submetidos à leitura completa, momento em que foram aplicados novamente os critérios de elegibilidade. Após essa avaliação, foram definidos os estudos que integraram a amostra definitiva da pesquisa.

Ao término da seleção, foram incluídos 10 artigos científicos que apresentaram maior pertinência ao objetivo proposto e atenderam aos critérios previamente estabelecidos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após a realização da busca bibliográfica e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, foram selecionados 10 estudos científicos para compor a presente revisão integrativa. Os artigos selecionados abordaram diferentes aspectos relacionados à alimentação durante a infância e a adolescência, incluindo o consumo de alimentos ultraprocessados, a qualidade da dieta, o desenvolvimento infantil, o desempenho escolar, a atenção, o comportamento e aspectos relacionados às funções cognitivas (Quadro 1).

Quadro 1. Caracterização dos estudos selecionados sobre a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o desempenho cognitivo de crianças e adolescentes

Autores	Ano	Base de dados	Objetivo	Resultados
Rodrigues et al.	2025	Lilacs	Analisar a relação entre o consumo alimentar, a composição corporal e o comportamento sedentário em crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista.	Os resultados abordaram a relação entre o padrão alimentar, o estado nutricional e o comportamento sedentário, evidenciando a importância da qualidade da alimentação para a saúde de crianças e adolescentes.

Silva; Pazzini; Sousa	2025	Lilacs	Analisar a relação entre o perfil alimentar e o desempenho escolar de estudantes do ensino médio.	Os achados indicaram que os hábitos alimentares podem apresentar relação com o desempenho escolar, reforçando a importância de uma alimentação adequada durante a adolescência.
Aragão	2023	Lilacs	Analisar os efeitos do consumo de alimentos ultraprocessados sobre o crescimento e o desenvolvimento infantil.	A revisão identificou que o consumo frequente de alimentos ultraprocessados pode estar associado à pior qualidade da alimentação e a prejuízos relacionados ao crescimento e ao desenvolvimento infantil.
Teixeira; Pereira	2025	Medline	Discutir aspectos relacionados à alimentação e à educação nos diferentes níveis de ensino.	O estudo destacou a importância da alimentação adequada para o desenvolvimento, a aprendizagem

				e o desempenho dos estudantes.
Campos; Melo; Costa	2025	Medline	Avaliar o perfil qualitativo da alimentação de escolares das redes pública e privada.	Os resultados demonstraram diferenças no padrão alimentar dos escolares e reforçaram a necessidade de promover hábitos alimentares mais saudáveis durante a infância.
Perracini; Lorenzi; Corrêa	2025	Medline	Analisar os efeitos dos nutrientes em crianças com Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade.	Os achados demonstraram que os nutrientes e a qualidade da alimentação podem apresentar relação com aspectos comportamentais e cognitivos em crianças com sintomas de TDAH.

Louzada et al.	2022	SciELO	Analisar o impacto do consumo de alimentos ultraprocessados na saúde de crianças, adolescentes e adultos.	A revisão evidenciou associações entre o elevado consumo de alimentos ultraprocessados e diferentes desfechos negativos para a saúde, especialmente em razão da pior qualidade nutricional da dieta.
Leite; Silva; Nogueira	2024	Scielo	Avaliar o consumo alimentar e o estado nutricional de crianças em fase escolar.	Os resultados demonstraram a importância da avaliação dos hábitos alimentares durante a infância, considerando sua relação com o estado nutricional e o desenvolvimento.
Meireles et al.	2025	Scielo	Analisar as contribuições da neuronutrição para a prevenção e o manejo dos sintomas em crianças e adolescentes com TDAH.	O estudo apontou que nutrientes e padrões alimentares adequados podem contribuir para o funcionamento cerebral e

				auxiliar no manejo de sintomas relacionados ao TDAH.
Salgado et al.	2024	Scielo	Analisar as consequências nutricionais da privação do sono em crianças e adolescentes.	Os resultados indicaram que alterações no sono podem influenciar os hábitos alimentares e o estado nutricional, demonstrando a interação entre fatores comportamentais, alimentação e saúde durante o desenvolvimento.

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

Os artigos selecionados abordaram diferentes aspectos relacionados à alimentação durante a infância e a adolescência, incluindo o consumo de alimentos ultraprocessados, a qualidade da dieta e suas possíveis repercussões para o crescimento e o desenvolvimento infantil.

A elevada presença desses produtos na dieta pode estar relacionada à redução do consumo de alimentos in natura ou minimamente processados e, consequentemente, à pior qualidade nutricional da alimentação (Louzada et al., 2022).

De acordo com Leite; Silva e Nogueira (2024) a avaliação do perfil alimentar de escolares demonstrou a importância de conhecer os hábitos alimentares desenvolvidos durante a infância, considerando que a qualidade da alimentação pode sofrer influência de diferentes fatores sociais, familiares e ambientais (Salgado et al., 2024).

Dessa forma, a identificação precoce de padrões alimentares inadequados pode contribuir para o desenvolvimento de estratégias de educação alimentar e nutricional voltadas à promoção da saúde (Campos; Melo; Costa, 2025).

A alimentação durante a fase escolar também deve ser analisada em conjunto com o estado nutricional das crianças, uma vez que os hábitos alimentares podem influenciar o crescimento e o desenvolvimento (Meireles et al., 2025). A presença frequente de alimentos com baixa qualidade nutricional pode comprometer a oferta adequada de nutrientes necessários para as diferentes funções do organismo durante a infância (Leite; Silva; Nogueira, 2024).

A relação entre alimentação e desempenho escolar evidencia que os hábitos alimentares podem estar relacionados ao processo de aprendizagem e ao desenvolvimento dos estudantes (Louzada et al., 2022). Uma alimentação adequada pode contribuir para a manutenção das condições necessárias ao desenvolvimento das habilidades cognitivas, embora o desempenho escolar também seja influenciado por diversos fatores individuais e ambientais (Silva; Pazzini; Sousa, 2025).

A alimentação também apresenta relevância no contexto educacional, pois os hábitos alimentares desenvolvidos durante a

infância e a adolescência podem influenciar diferentes aspectos do desenvolvimento e da aprendizagem (Campos; Melo; Costa, 2025). Nesse sentido, a promoção de práticas alimentares saudáveis nos espaços escolares pode contribuir para a formação de hábitos que acompanhem os indivíduos ao longo da vida (Teixeira; Pereira, 2025).

A qualidade da alimentação pode apresentar relação com aspectos relacionados à atenção, ao comportamento e ao funcionamento cerebral, especialmente quando são considerados os nutrientes necessários para o adequado desenvolvimento do sistema nervoso (Louzada et al., 2022). Dessa forma, a alimentação equilibrada pode representar um importante componente no acompanhamento de crianças que apresentam alterações relacionadas à atenção e à hiperatividade (Perracini; Lorenzi; Corrêa, 2025).

Os aspectos nutricionais também têm sido investigados como possíveis fatores relacionados ao funcionamento cerebral e ao manejo de sintomas apresentados por crianças e adolescentes (Rodrigues et al., 2025). A oferta adequada de nutrientes pode contribuir para diferentes processos fisiológicos envolvidos no desenvolvimento e no funcionamento do sistema nervoso, demonstrando a importância da neuronutrição nessa fase da vida (Meireles et al., 2025).

Além da alimentação, outros hábitos de vida podem interferir no desenvolvimento e no comportamento de crianças e adolescentes, especialmente aqueles relacionados ao sono (Perracini; Lorenzi; Corrêa, 2025). A privação do sono pode apresentar consequências sobre os hábitos alimentares e o estado nutricional, demonstrando que a análise do desenvolvimento infantil deve considerar a interação entre diferentes fatores do cotidiano (Salgado et al., 2024).

Os padrões alimentares inadequados podem estar associados à presença de diferentes comportamentos relacionados à saúde, demonstrando que a alimentação deve ser analisada de forma ampla e considerando as características individuais de cada população (Meireles et al., 2025). A avaliação conjunta do consumo alimentar e de outros hábitos permite compreender melhor os fatores que podem influenciar a saúde e o desenvolvimento de crianças e adolescentes (Rodrigues et al., 2025).

O consumo frequente desses produtos pode favorecer uma alimentação caracterizada pela elevada ingestão de açúcares, gorduras e sódio e, simultaneamente, pela menor participação de alimentos que fornecem fibras, vitaminas, minerais e outros nutrientes importantes para o desenvolvimento (Meireles et al., 2025). Durante a infância e a adolescência, essa característica assume maior relevância devido às necessidades nutricionais próprias dessas fases, nas quais ocorrem importantes transformações físicas e neurológicas (Aragão, 2023). Nesse sentido, a qualidade global da dieta deve ser considerada ao analisar as possíveis repercussões dos ultraprocessados sobre o desenvolvimento infantil e adolescente (Louzada et al., 2022).

As possíveis alterações metabólicas associadas aos padrões alimentares inadequados também representam um aspecto importante para a compreensão dos resultados encontrados (Rodrigues et al., 2025). Uma alimentação de baixa qualidade nutricional pode interferir nas condições necessárias para o adequado funcionamento do organismo e, consequentemente, nos diferentes processos envolvidos no crescimento e desenvolvimento (Teixeira; Pereira, 2025). Dessa maneira, os possíveis efeitos relacionados ao consumo de alimentos ultraprocessados não devem

ser avaliados somente a partir do peso ou do estado nutricional, mas também considerando a qualidade dos nutrientes oferecidos pela alimentação e sua participação no funcionamento dos diferentes sistemas do organismo (Leite; Silva; Nogueira, 2024).

Nesse contexto, também deve ser considerada a possível participação de processos inflamatórios e metabólicos na relação entre alimentação e funcionamento cerebral (Perracini; Lorenzi; Corrêa, 2025). O sistema nervoso necessita de condições fisiológicas adequadas para desempenhar funções relacionadas à atenção, memória, aprendizagem e comportamento (Rodrigues et al., 2025). Assim, padrões alimentares caracterizados pelo consumo frequente de produtos de baixa qualidade nutricional podem representar um dos diversos fatores capazes de interferir indiretamente nesses processos, embora não seja possível estabelecer uma relação isolada de causa e efeito a partir dos estudos analisados (Louzada et al., 2022).

A alimentação constitui um dos elementos capazes de influenciar o ambiente intestinal, e padrões alimentares com menor diversidade de alimentos in natura ou minimamente processados podem apresentar menor oferta de fibras e outros componentes importantes para a alimentação habitual (Campos; Melo; Costa, 2025). Dessa forma, a análise da alimentação durante a infância e a adolescência pode ser ampliada para além da ingestão energética, considerando também a qualidade dos alimentos consumidos e suas possíveis relações com diferentes processos fisiológicos (Santos et al., 2024).

A comunicação entre o intestino e o cérebro representa uma perspectiva relevante para compreender como aspectos nutricionais

podem estar relacionados ao comportamento e ao funcionamento cognitivo (Gratão et al., 2024).

Entretanto, essa relação envolve mecanismos complexos e não permite atribuir alterações cognitivas exclusivamente ao consumo de determinado alimento ou grupo alimentar (Mesas et al., 2022).

Os resultados encontrados devem, portanto, ser interpretados com cautela, considerando que fatores biológicos, ambientais, familiares, escolares e comportamentais podem atuar simultaneamente sobre o desenvolvimento de crianças e adolescentes (Teixeira; Pereira, 2025).

O desempenho cognitivo não depende exclusivamente da alimentação, uma vez que aspectos como qualidade do sono, condições socioeconômicas, ambiente familiar, estímulos educacionais, prática de atividades físicas e características individuais podem participar desse processo (Werneck et al., 2020).

Os achados relacionados à privação do sono, por exemplo, demonstram que comportamentos cotidianos podem apresentar interação com os hábitos alimentares e com o estado nutricional, reforçando a necessidade de uma avaliação integrada desses fatores (Salgado et al., 2024).

Estudos envolvendo crianças e adolescentes com alterações relacionadas à atenção e à hiperatividade indicam que os aspectos nutricionais podem integrar uma abordagem mais ampla de cuidado, mas não devem ser compreendidos como fatores únicos responsáveis pelas manifestações comportamentais ou cognitivas (Silva et al., 2022).

A alimentação adequada pode contribuir para oferecer condições nutricionais favoráveis ao funcionamento do organismo, enquanto alterações de atenção e comportamento apresentam natureza complexa e demandam avaliação de diferentes aspectos (Perracini; Lorenzi; Corrêa, 2025).

A análise conjunta dos estudos ainda evidencia uma limitação importante da literatura disponível, pois nem todas as pesquisas selecionadas avaliaram diretamente o consumo de alimentos ultraprocessados em associação com testes específicos de memória, atenção, aprendizagem ou funções executivas (Gratão et al., 2024).

Assim, embora os resultados indiquem uma possível relação entre alimentação e aspectos cognitivos, permanece necessária a realização de estudos que investiguem diretamente essa associação por meio de instrumentos específicos e metodologias capazes de controlar outros fatores que também influenciam o desenvolvimento cognitivo. (Silva et al., 2022).

Essa lacuna não reduz a importância dos resultados encontrados, mas demonstra a necessidade de interpretar as evidências disponíveis de maneira criteriosa (Gratão et al., 2024). A convergência entre os estudos está principalmente na valorização de uma alimentação de melhor qualidade durante a infância e a adolescência, enquanto a magnitude e os mecanismos específicos da associação entre alimentos ultraprocessados e cognição ainda necessitam de maior esclarecimento (Werneck et al., 2020).

Nesse sentido, futuras pesquisas poderão contribuir para identificar quais aspectos cognitivos apresentam maior relação com o padrão

alimentar e em quais fases do desenvolvimento essa influência pode ser mais significativa (Mesas et al., 2022).

De maneira geral, a análise dos estudos selecionados demonstrou que a alimentação pode estar relacionada a diferentes aspectos do crescimento, desenvolvimento, comportamento e aprendizagem durante a infância e a adolescência (Santos et al., 2024). Entretanto, a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o desempenho cognitivo deve ser interpretada considerando a influência de múltiplos fatores, sendo necessárias novas investigações que avaliem especificamente essa associação (Aragão, 2023).

4. CONCLUSÃO

O consumo frequente de alimentos ultraprocessados pode estar relacionado à pior qualidade da alimentação durante a infância e a adolescência, especialmente devido à substituição de alimentos in natura ou minimamente processados e à redução da oferta de nutrientes importantes para o desenvolvimento. Os estudos analisados também indicaram possíveis relações entre os hábitos alimentares e aspectos relacionados à atenção, ao comportamento, à aprendizagem e ao desempenho cognitivo, embora essa associação seja influenciada por diferentes fatores individuais, ambientais e sociais.

Dessa forma, a análise realizada demonstrou a importância da promoção de uma alimentação saudável durante a infância e a adolescência, considerando esses períodos fundamentais para o crescimento e o desenvolvimento cerebral. Entretanto, ainda são necessárias novas pesquisas que investiguem de forma mais

específica a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e aspectos como memória, atenção, aprendizagem e funções executivas, contribuindo para o fortalecimento das estratégias de educação alimentar e nutricional e para a promoção da saúde infantil e adolescente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAGÃO, Lizandra Gomes. Consumo De Alimentos Ultraprocessados E Seus Efeitos No Crescimento E Desenvolvimento Infantil: Revisão Integrativa. Repositório Institucional do Unifip, v. 8, n. 1, 2023.

CAMPOS, Bianca Alborgheti; MELO, Marília Sofia Basilisco; COSTA, Mônica de Oliveira. Perfil Qualitativo Da Alimentação De Escolares Da Rede Pública E Privada De Uma Cidade Do Interior De São Paulo. Revista Faculdades do Saber, v. 10, n. nº26, 2025.

GRATÃO, Lucia Helena Almeida et al. Transtornos mentais comuns em adolescentes brasileiros: associação com características escolares, consumo de alimentos ultraprocessados e razão cintura/estatura. Cadernos de Saúde Pública, v. 40, n. 4, 2024.

LEITE, Gláucia Sirlene Barcellos; SILVA, Polyane Augusta Domingos; NOGUEIRA, Gislaine Ferreira. Avaliação Do Consumo Alimentar E Do Estado Nutricional De Crianças Em Fase Escolar. Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia, v. 12, n. 4, p. 4661-4675, 2024.

LOUZADA, Maria Laura da Costa et al. Impacto do consumo de alimentos ultraprocessados na saúde de crianças, adolescentes e adultos: revisão de escopo. Cadernos de saúde pública, v. 37, p. e00323020, 2022.

MEIRELES, Adriano Fontineles et al. A neuronutrição e suas contribuições para a prevenção e manejo dos sintomas em crianças e adolescentes com tdah: Um multi-caso. International Journal of Professional Business Review: Int. J. Prof. Bus. Rev., v. 10, n. 1, p. 2, 2025.

MESAS, Arthur Eumann et al. Increased consumption of ultra-processed food is associated with poor mental health in a nationally representative sample of adolescent students in Brazil. Nutrients, v. 14, n. 24, p. 5207, 2022.

PERRACINI, Giovanna Kansha; LORENZI, Andréa; CORRÊA, Fernanda Ferreira. Efeito Dos Nutrientes Em Crianças Com Transtorno De Déficit De Atenção E Hiperatividade. Revista Destaques Acadêmicos, v. 17, n. 3, 2025.

RODRIGUES, Perla Silva et al. Relação entre o consumo alimentar, composição corporal e comportamento sedentário em crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista. Hygeia: Revista Brasileira de Geografia Médica e da Saúde, v. 21, p. e2107, 2025.

SALGADO, Anna Beatriz Silva et al. Consequências nutricionais da privação do sono em crianças e adolescentes. RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v. 18, n. 116, p. 1088-1094, 2024.

SANTOS, João Victor Laurindo et al. Association between ultra-processed food consumption and cognitive performance among adolescent students from underdeveloped cities in Brazil: a cross-sectional study. International Journal of Public Health, v. 69, 2024.

SILVA, Janiquelli Barbosa et al. Factors associated with the consumption of ultra-processed food by Brazilian adolescents: National Survey of School Health, 2015. Revista Paulista de Pediatria, v. 40, e2020362, 2022.

SILVA, João Paulo Neres; PAZZINI, Camila Eliza Fernandes; SOUSA, Thais Amaral. A Relação Entre O Perfil Alimentar E O Desempenho Escolar De Alunos Do Ensino Médio Do Instituto Federal De Educação-Campus FORMOSA. Anais do Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica do IFG, v. 18, n. 1, 2025.

TEIXEIRA, Antonio Zenon Antunes; PEREIRA, Wilma Freire Arriel. Alimentação e Educação: Práticas, Desafios e Políticas nos Diversos Níveis de Ensino. APRENDER-Caderno de Filosofia e Psicologia da Educação, v. 19, n. 34, p. 140-153, 2025.

WERNECK, André O. et al. Joint association of ultra-processed food and sedentary behavior with anxiety-induced sleep disturbance among Brazilian adolescents. Journal of Affective Disorders, 2020.

---

[1] Acadêmica de Nutrição - Universidade Nilton Lins. Manaus, Amazonas, Brasil.

[2] Acadêmica de Nutrição - Universidade Nilton Lins. Manaus, Amazonas, Brasil.

[3] Acadêmica de Nutrição - Universidade Nilton Lins. Manaus, Amazonas, Brasil.

[4] Docente do curso de Nutrição. Manaus, Amazonas, Brasil.

[5] Docente do curso de Nutrição. Manaus, Amazonas, Brasil.