



IKER
GAZTE
NAZIOARTEKO
IKERKETA EUSKARAZ

IV. IKERGAZTE NAZIOARTEKO IKERKETA EUSKARAZ

2021eko ekainaren 9, 10 eta 11a
Gasteiz, Euskal Herria

ANTOLATZAILEA:
Udako Euskal Unibertsitatea (UEU)

OSASUN ZIENTZIAK

**Haur eta nerabeen elikadura
emozionala bultzatzen duten
guraso eta haurren ezaugarriak:
berrikuspen sistematikoa**

Jone Galdos eta Eva Pereda

77-84 or.

<https://dx.doi.org/10.26876/ikergazte.iv.04.09>



Haur eta nerabeen elikadura emozionala bultzatzen duten guraso eta haurren ezaugarriak: berrikuspen sistematikoa

Galdos, J. eta Pereda-Pereda, E.

Psikologia Klinikoa eta Osasunaren Psikologia eta Ikerketa Metodologia Saila, Psikologia Fakultatea, Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU)

eva.pereda@ehu.eus

Laburpena

Berrikuspen sistematiko hau haur eta nerabeen elikadura jokaera osasuntsuak zein osasungaitzak bultzatzen dituzten gurasoen elikatze estiloak eta adingabeen ezaugarriak azaltzeko asmoz burutu zen. Honetarako, PRISMA prozeduran oinarrituta 27 artikulua berrikusi ziren. Emaitzen arabera, adingabeen elikadura emozionala hauen temperamentu eta auto-erregulazioaren eta gurasoen elikatze estilo eta jokaera batzuen arabera da. Nerabezaroan, elikadura emozionala bultzatzen duten aldagai berriak agertzen dira, auto-onarpena eta gorputz-irudia. Ondorioz, garrantzitsua da haurtzaro goiztiarretik elikagaiekiko harreman osasuntsua ezartzea elikagaien eta emozioen arteko harreman desagokiak dakartzan ondorio abertsiboak ekiditeko.

Hitz-gakoak: elikadura emozionala, erregulazio emozionala, gurasoen elikatze estiloak eta gurasoen elikatze jokaerak.

Abstract

This systematic review aimed to provide information about parents' feeding styles that promote healthy and unhealthy eating behaviors among children and adolescents, as well as the characteristics of the latter. Twenty-seven articles were reviewed based on PRISMA procedure. According to the results, children and adolescents' emotional eating is closely related to their temperament and self-regulation, as well as to certain parental feeding styles and behaviors. During adolescence, self-compassion and body image emerge, which lead to greater emotional eating. Consequently, it is important to establish from early childhood a healthy relationship with food to avoid the aversive consequences derived from an inadequate relationship between food and emotions.

Keywords: emotional eating, emotional regulation, parenting feeding styles, and parenting feeding behaviors.

1. Sarrera eta motibazioa

Gaur egun elikadura emozionala emozio desatseginei erantzunez organismoak behar duena baino gehiago jateko joera moduan ezagutzen da (van Strien et al., 2016). Hala ere, berez gizaki guztiok haurtzaro goiztiarretik hasita bizitza osoan zehar aurrera eramaten dugun ekintza osasuntsu bat da, gure elikadura eta emozioak lotzen diren egoera espezifikoak. Elikadura emozionala kaltegarria bihurtu daiteke denboran zehar elikagaien eta emozioen arteko harremanean ezartzen ditugun ikaskuntza berrien ondorioz, zehazki, elikagaien hartzea bizitzako egoera abertsiboak aurre egiteko gure baliabide onenean bihurtzen dugunean (Herrero eta Andrades, 2019).

2. Arloko egoera eta helburuak

Ikaskuntza prozesuek jada haurdunaldian garrantzi handia daukate elikagai eta emozioekin osatutako asoziazioetan, izan ere, fetua zapoak eta amak transmititzen dizkion emozioak lotzeko gai da. Beraz, Manella-ren arabera (2007), amaren elikadurak ere garrantzia izango du, amak kontsumitutako elikagai zein edari desberdinak eta inhalatutako substantziak zaku amniotikoaren edo esnearen bidez haurraren helduko direlako (Mennella et al.-ek aipatua, 2016). Geroago, haurraren garapenean zehar ematen diren elikagai eta emozioen arteko asoziazioak baldintzapean klasikoan eta instrumentalean oinarritzen dira (Birch eta Doub, 2014). Elikagai zehatz batzuekiko desira eta beste batzuekiko nazka garatu daitekeelarik, elikadura jokaera osasungaitzak garatzeko arriskua handituz (Rodenburg et al., 2013).

Era berean, gurasoak, haurren eredu nagusiak izatean, hauen mikro-sisteman paper garrantzitsua jokatzen dutela ondoriozta daiteke, adingabeen gehiegizko pisuaren prebalentzian gurasoekin erlazionatutako hainbat ezaugarri eragingo dutelarik. Honi dagokionez, Pérez-Escamilla et al.-ek (2017) ziotenez, garrantzitsua da elikatzerako orduan helduek haurren sentikortasunari arreta jartzea, eta honi mugak eta errutinak edo arauak ezartzearen garrantzia gehitzen zaio. Comeche-ren eta Vallejo-ren (2012) arabera, etxeko errutina eta arau garbiak haurren auto-erregulazio handiagoarekin lotu dira, oraindik auto-erregulaziorako gaitasunik ez dutenean kanpotik erregulazio bat izatea ahalbidetzen dielako.

Ezaugarri hauek barne hartzen ez dituzten gurasoen elikatze estiloak haurren elikadura jokaera osasungaitzekin erlazionatzen direla pentsa dezakegu, eta alderantziz, ezaugarri hauek barne hartzen dituzten gurasoen elikatze estiloak haurren elikadura jokaera osasuntsuekin.

Ikaskuntza sozialaren teoriaren arabera (Bandura, 1977; Zarychta et al.-ek aipatua, 2019), haur eta nerabeek jokaera, jarrera eta erreakzio emozionalak hauentzat garrantzitsuak diren beste indibiduen (atxikimendu irudien) jokaera, jarrera, erreakzio emozional eta hauek dakartzaten ondorioen bidez ikasten dituzte. Modu honetan, Frankel et al.-ek (2012) ikusi zuten, gurasoak ikaskuntza sozialaz baliatuko dira haurrei auto-erregulaziorako estrategiak erakusteko, haurren gose eta asetasun sentazioez jabetu eta hauei elikagai mota eta kantitatearen aurreko aukeraketa egokia egiten lagunduz.

Nerabezaroan, gurasoek adingabeen gaineko errutina egituratu eta mugen kontrol gutxiago dutenez, ikaskuntza sozial modelatuak berebiziko garrantzia hartuko du. Honek, nerabearen elikadura jokaerak behatzea, agertu daitezkeen elikadura jokaera osasungaitzekiko arreta jartzea eta nerabearekin komunikatzea barne hartzen ditu (Balantekin et al., 2020).

Azkenik, haurren tenperamentua bere eta gurasoen arteko harreman ziklikoan eragin garrantzitsua duen faktorea dela ikusi da, haurren jateko auto-erregulazioan eraginez (Frankel et al., 2012).

2.1. Ikerketaren helburua

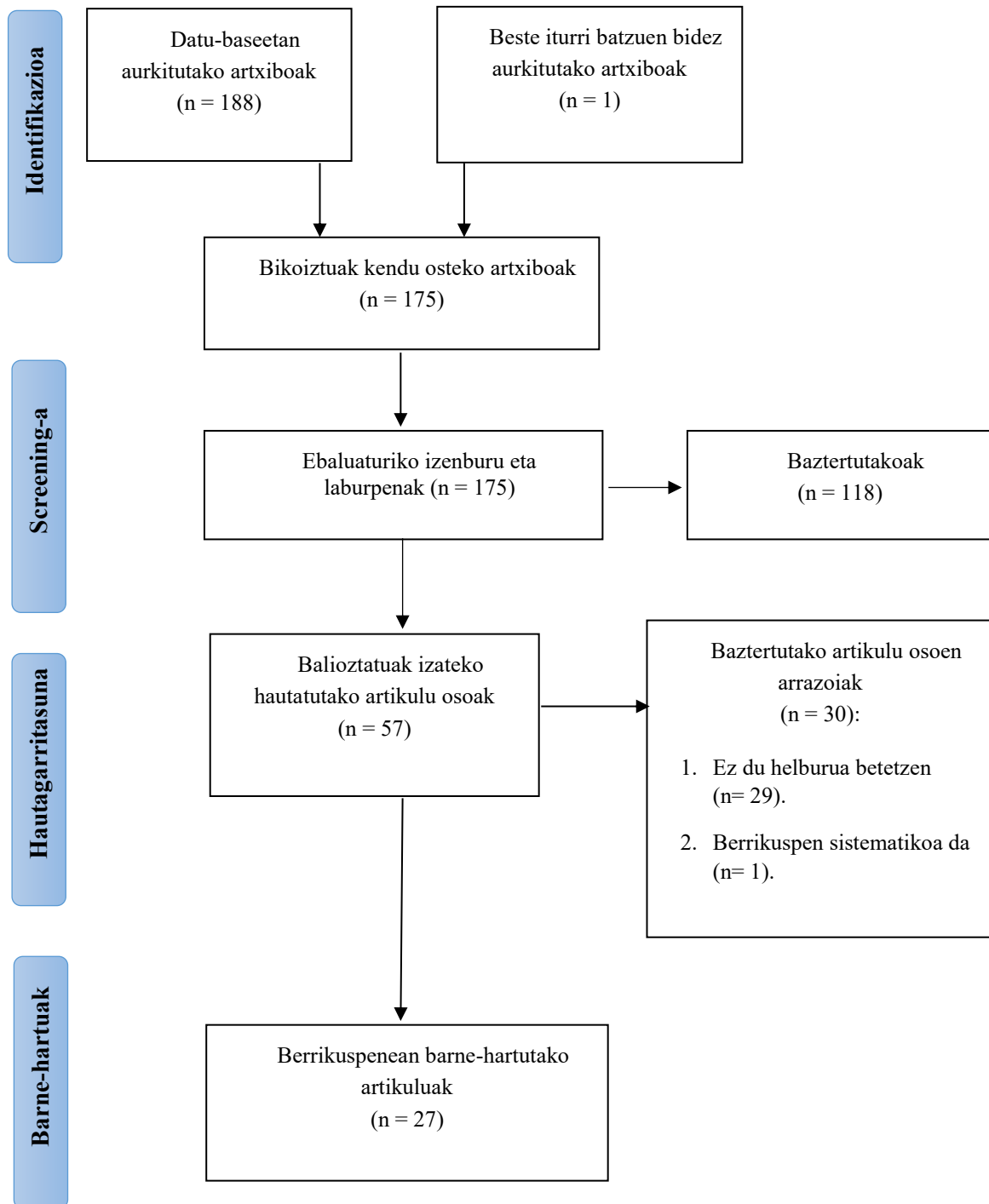
Aurrekoa ikusirik, lan honen helburua, berrikuspen sistematiko baten bidez haur eta nerabeetan elikadura emozionala oinarri izanik, elikadura jokaera osasungaitzak zein osasuntsuak bultzatzen dituzten gurasoen elikatze estiloak eta adingabeen ezaugarriak azaltzea izan zen.

3. Metodologia

Berrikuspen sistematiko honek PRISMA gidak adostutako metodologia jarraitu zuen (Moher et al., 2009). Artikuluen bilaketak Pubmed, Web Of Science, Scopus eta PsycINFO datu-baseetan gauzatu ziren, 2020. urteko urria eta azaroa bitartean. Horrez gain, artikulua bat manualki lortu zen. Bilaketa hauek egiteko hainbat hitz gako erabili ziren, zehazki: “emotional eating, emotions”, “emotional regulation”, “parenting styles” eta “feeding behavior”; eta hauek “AND” edo “OR” eragile boolearrekin konbinatu ziren bilaketa nagusia egiteko orduan. Bilaketa 2011 eta 2020 urte bitartean argitaratutako artikuluetara mugatu zen.

Bilaketa prozesuan 189 artikulua identifikatu ziren, horietako 14 bikoiztuta zeudelarik. Lortutako 175 artikuluen izenburu eta laburpenak irakurri ziren, honako barne-irizpideak jarraituz: (1) ingelesez edo gaztelaniaz idatzita egotea, (2) lagina jaiotzatik 18 urte bitartekoa izatea eta (3) berrikuspen sistematikoak eta meta-analisiak ez izatea. Irizpide hauek kontutan hartuta 118 artikulua baztertu ziren. Berrikuspen sistematiko hau egiteko baliagarriak izan zitezkeen 57 artikulua aukeratu ostean, banaka irakurri ziren eta helburuarekin bat ez zetozen guztiak eta aurretik ezarritako irizpideak betetzen ez zituzten 30 artikulua baztertu ziren. Beraz, berrikuspen sistematiko hau 27 artikuluz osatuta dago. Prozesu guztia fluxu-diagrama batean islatu zen (ikus 1. irudia).

1. irudia. Artikuluak hautatzeko fluxu-diagrama.



4. Emaitzak

4.1. Parte-hartzaileen ezaugarriak

Aztertutako ikerketa gehienetan lagina 100 pertsonatik 600 pertsona artekoa izan zen, hala ere, lauk 100 pertsonatik beherako (Carnell et al., 2014; Farrow et al., 2015; Rhee et al., 2015; Tan eta Holub, 2015) eta hiruk 600 pertsonatik gorako (Ferrer et al., 2017; Hughes eta Shewchuk, 2012; Steinsbeek et al., 2016) laginak izan zituzten.

Artikulu batzuk soilik haurrengan zentratu ziren (10 urte edo gutxiagoko haurrak) eta kasu hauetan lagina guraso-haur diadez osatuta egon zen, neurtuta guztiak gurasoekin egin zirelarik (Berge et al., 2020; Braden et al., 2014; Carnell et al., 2014; Cross et al., 2014; Farrow et al.,

2015; Frankel et al., 2014, 2018; Hankey et al., 2016; Hughes et al., 2011; Hughes eta Shewchuk, 2012; Jansen et al., 2019; Kidwell et al., 2018; Powell et al., 2017; Powell et al., 2011; Rodgers et al., 2013; Steinsbekk et al., 2016; Tan eta Holub, 2015; Tate et al., 2016; Topham et al., 2011; Zhu et al., 2014). Beste azterlan batzuk, berriz, nerabeengan zentratu ziren, kasu hauetan nerabeak beraiek (Farrow, 2012; Vandewalle et al., 2014; Zhu et al., 2014), gurasoek (Rhee et al., 2015) edo bai guraso eta baita nerabeak ere (Ferrer et al., 2017; Goldstein et al., 2017; Gouveia et al., 2018) izan zirelarik galdetegiak bete zituztenak.

Azterlan guztietan parte hartu zuten guraso edo zaintzaile gehienak emakumezkoak izan ziren (Braden et al., 2014; Cross et al., 2014; Farrow et al., 2015; Ferrer et al., 2017; Frankel et al., 2014, 2018; Goldstein et al., 2017; Gouveia et al., 2018; Hankey et al., 2016; Hughes et al., 2011; Hughes eta Shewchuk, 2012; Jansen et al., 2019; Kidwell et al., 2018; Powell et al., 2017; Powell et al., 2011; Rhee et al., 2015; Rodgers et al., 2013; Steinsbekk et al., 2016; Tan eta Holub, 2015; Tate et al., 2016; Topham et al., 2011; Zhou et al., 2020) baina haurren sexua parekatua izan zen ikerketa guztietan lautan izan ezik, zeintzuetan neska gehiago zeuden mutilak baino (Farrow, 2012; Goldstein et al., 2017; Gouveia et al., 2018; Rhee et al., 2015). Arraza eta jatorriaren inguruko datuak askotarikoak izan ziren, gehienak Amerikako Estatu Batuetan (AEB) burutu zirelarik (Berge et al., 2020; Braden et al., 2014; Cross et al., 2014; Ferrer et al., 2017; Frankel et al., 2014, 2018; Goldstein et al., 2017; Hankey et al., 2016; Hughes et al., 2011; Hughes eta Shewchuk, 2012; Kidwell et al., 2018; Rhee et al., 2015; Tan eta Holub, 2015; Tate et al., 2016; Topham et al., 2011; Zhou et al., 2020).

4.2. Emaitzak haurrengan

Haurrengan zentratu ziren artikuluen emaitzak aztertzean, hauen elikadura jokaeretan eragina zuten ezaugarriak bere tenperamentua eta gurasoen elikatze estilo eta jokaerak zirela esan daiteke (Powell et al., 2011).

Haurren auto-erregulaziorako gaitasuna eta elikadura emozionala

Haurren auto-erregulaziorako gaitasun baxuak gurasoen elikatze emozionalaren eta haurren elikadura emozionalaren bitartekari moduan jokaten duela ikusi zen, gurasoen partetik elikatze emozional/instrumentala jasotzen zuten eta auto-erregulaziorako gaitasun baxua zuten haurrengan elikadura emozionala handiagoa izango litzatekeelarik (Powell et al., 2017; Tan eta Holub, 2015).

Gurasoen elikatze jokaerek haurren elikadura jokaeran zuten eragina

Elikatze instrumental/emozionalak eta jateko konbentzitzeko saiakera handiagok haurren elikagaiekiko sentikortasun handiagoa (Berge et al., 2020; Carnell et al., 2014; Steinsbekk et al., 2016) eta gain elikadura emozionalerako joera zekartzaten (Rodgers et al., 2013; Steinsbekk et al., 2016). Bestalde, Rodgers et al.-en (2013) arabera, gurasoen partetik jasotako modelakuntza negatiboki korrelazionatuta zegoen haurren elikadura emozional eta elikagaiekiko gerturapenarekin.

Haurren tenperamentua eta gurasoen elikatze jokaerak

Elikagaiekiko gerturapena eta errefusa haurren tenperamentutik eratorritako bi elikadura jokaera izanik, haurren elikagaiekiko gerturapena gurasoen murriztutako elikatzearekin erlazionatu zen eta haurren elikagaiekiko errefusa, berriz, gurasoen jateko presioarekin edo kontrolezko elikatzearekin (Rodgers et al., 2013; Zhou et al., 2020). Gainera, elikadura emozional altuko haurrengan gainpisurako arriskua handiagoa zen tenperamentu zaileko haurrengan errazekoengan baino (Tate et al., 2016).

Haurren tenperamentu zaila gurasoen emozio negatiboekin, elikatze jokaerarako arazoekin eta elikatze emozional/instrumentalarekin lotu zen, baita gurasoek beren elikatze jokaerarako eraginkortasunaren pertzepzio baxuagoarekin (Hughes eta Shewchuk, 2012) eta haurren elikadura selektiboarekin ere (Kidwell et al., 2018). Haurren afektu positiboa, berriz, gurasoen elikatze jokaera eraginkorarekin lotu zen (Hughes eta Shewchuk, 2012).

4.3. Emaitzak nerabeengan

Nerabeen elikadura emozionalaren aldagai aurrealeak

Nerabeen kasuan, elikadura emozionala hauen aurre egite estrategia desegokien eta afektibitate negatiboaren ondorio izan zen (Chen et al., 2019; Goldstein et al., 2017; Zhu et al., 2014). Izan ere, Farrow-ren (2012) aburuz, honek nerabea oldarkorra izatera eta ondorioz elikadura emozional handiagoa izatera eramango luke.

4.4. Haurren eta nerabeen elikadura emozionalaren arteko ezberdintasunak

Elikadura emozionalari dagokionez, Gouveia et al.-ek (2018) nerabezaroan agertzen diren baina haurtzaroan ematen ez diren ezaugarri batzuk zeudela aurkitu zuten, auto-onarpena eta gorputz-irudia adibidez.

Ikerketen arabera, sexuen arteko ezberdintasunak zeuden norbere buruaren onarpenari eta gorputz-irudiari dagokienez; gurasoen arreta handiko heziketa-estiloaren eta nerabeen auto-onarpenaren arteko harremana soilik neskengan baitzen esanguratsua eta nerabeen auto-onarpen eta beren gorputzarekiko lotsaren arteko harremana bi sexuetan esanguratsua zen arren indartsuagoa zen neskengan (Gouveia et al., 2018). Azkenik, elikadura emozionala neskengan mutilengan baino ohikoagoa dela ikusi zen (Zhu et al., 2014).

5. Ondorioak

Berrikuspen sistematiko honen helburua haur eta nerabeetan elikadura emozionala oinarri izanik, elikadura jokaera osasungaitzak zein osasuntsuak bultzatzen dituzten gurasoen elikatze estiloak eta adingabeen ezaugarriak azaltzea zen. Autore batzuen arabera, badirudi eragin zikliko bat dagoela gurasoen elikatze jokaera/estiloen eta adingabearen elikadura jokaeren artean (Berge et al., 2020; Frankel et al., 2012; Powell et al., 2011).

Gurasoen elikatze jokaerei dagokienez, murriztutako elikatze jokaerak, jateko presioak eta elikatze instrumental/emozionalak haurraren elikagaiekiko gertutasuna edo errefusa, gain elikatze joera, elikadura emozionala eta ondorioz GMI altuagoa dakartza (Rodgers et al., 2013; Steinsbekk et al., 2016). Ondorioz, haurrak kanpoko elikadura jarriko du martxan barneko asetze erantzunei kasu egin gabe (Berge et al., 2020; Rodenburg et al., 2013; Zhou et al., 2020) eta honek guztiak haurraren elikadura jokaera disfuntzionala ekar lezake etorkizun batean (Carnell et al., 2014; Rodgers et al., 2013; Steinsbekk et al., 2016). Bestalde, Balantekin et al.-ek (2020) eta Frankel et al.-ek (2012) esandakoarekin bat etorri, modelakuntzaren bidez haurrei elikaduraren inguruko ikaskuntza osasuntsuak transmititzen zaizkie eta auto-erregulaziorako estrategia egokiak eskuratzen laguntzen zaizkie, gose eta asetasun sententzioez jabetuz (Carnell et al., 2014; Rodgers et al., 2013).

Gurasoen elikatze estiloari erreparatuz, estilo permisiboa jasaten duten haurrek kontrol baxuagoa jasotzen dute, asetasun erantzun baxuagoa eta elikagaiekin gozatzeko joera handiagoa aurkeztuz. Ondorioz, haur hauek auto-erregulaziorako zailtasun gehiago eta beraz, obesitatea pairatzeko arrisku handiagoa izango dute (Frankel et al., 2014; Hughes et al., 2011; Topham et al., 2011). Era berean, elikatze estilo autoritarioko familiengan, haurren elikaduraren gaineko kontrol handia ematen da, esaterako, jateko presioa edo murriztutako elikaduraren bidez (Shloim et al., 2015). Hau dela eta, haurrek beren gose eta asetze sententzioak identifikatzeko zailtasunak izango dituzte eta honek auto-erregulazio okerrago batera eramango dituzte (Frankel et al., 2012). Aitzitik, gurasoen elikadura estilo demokratikoa jatorriaren praktika egituratuagoekin, elikadura jokaera osasuntsuekin lotutako modelakuntza gehiagorekin eta haurren elikadura jokaera osasuntsuekin lotu izan da.

Beraz, elikatzerako orduko gutxiegi (estilo permisiboa) nahiz gehiegi kontrolak (estilo autoritario) haurraren elikadura jokaera osasungaitzak ekarriko dituela ikusi zen, bestalde, erdi mailako kontrolak (estilo demokratikoa) haurraren elikadura osasuntsuak sustatuko dituela (Frankel et al., 2014; Hughes et al., 2011; Topham et al., 2011).

Haurraren tenperamentuaren bi ezaugarri, zehazki, haurraren kontrolatzeko saiakerak (bere jokaeren auto-erregulaziorako balioko diona) eta segurtasuna (haurraren gaitasun prosozialekin lotzen dena) haurraren positibotasun eta gaitasun sozialekin lotu dira eta gurasoentzat haur hauen

jokaera erregulatzea errazagoa izateaz gain, gurasoen afektibitate positiboa, zaintzarako gogoia eta beren elikatze jokaeren eraginkortasunaren pertzepzioa gehituko dute. Bestalde, gurasoen afektu negatiboak elikatze arazoekin lotuta daude, zeina elikatze jokaeren eraginkortasunaren pertzepzio baxuagoarekin ere lotzen den (Hughes eta Shewchuk, 2012).

Nerabezaroan adingabeek duten aurre egite estrategia desegokien eta auto-erregulaziorako gaitasun baxuaren ondorioz ematen da elikadura emozionala, kasu hauetan nerabeen egoera abertsiboei aurre egiteko elikadura emozionala estrategia onenatariko bat izango baita (Chen et al., 2019; Goldstein et al., 2017; Zhu et al., 2014).

Aurretik egindako ikerketekin bat etorritik, modelakuntzak nerabeen elikadura emozionala gutxitzen duela ondorioztatu da (Farrow, 2012). Honez gain, Gouveia et al.-ek (2018) diotenez, nesken kasuan gurasoen partetik jasotako arreta handiko heziketa estiloak nerabeen elikadura emozional baxuagoa dakar, nerabeen auto-onarpenak bitartekari moduan jokatzen duenean; izan ere, auto-onarpen handiagoak norbere gorputzaren onarpen handiagoa ekarriko du.

6. Etorkizunerako planteatzen den norabidea

Elikadura emozionalak gizakion bizitzan zehar duen eragina ikusita, ikuspegi osasuntsu batetik etorkizunean elikagaien eta emozioen arteko harreman desegokiak garatzea ekiditeko egokiena prebentzioa izango litzatekeela uste da. Elikadurarekin lotutako arazoak ezarri aurretik, hau da, haurtzaro goiztiarretik, gurasoen eta haurren jatorduetako elkarrekintzak aztertuz. Honek haurraren eta gurasoen elikadura elkarrekintza hauetan desegokiak diren pautak identifikatu eta gurasoei etorkizuneko elikatze jokaeretan arazoak garatzeko arriskua prebenitzeko aholkuak ematea ahalbideratuko baitu (Powell et al., 2011).

Jada elikadurarekin lotutako arazoak ematen diren kasuetan, esku-hartzearen helburua gurasoen elikatze instrumental/emozionala murriztea izango litzateke. Honetarako, beharrezkoa izango litzateke gurasoen elikatze instrumental/emozionalaren eta haurraren elikagaiekiko harreman desegokiaren arteko bi noranzkoko harremana apurtzea (Berge et al., 2020). Ondoren, elikatze jokaera osasuntsuak ezarriko lirateke, besteak beste, mugak, errutinak edo arauak ezarri, haurrak elikagaien aurrean duen jarrerekiko sentikortasuna garatuz (arreta handiko guraso estiloa) edo ikaskuntza sozialaz baliatuz haurrei auto-erregulaziorako estrategiak garatzen eta beren barne sentazioez jabetzen erakusteko (Balantekin et al., 2020; DiSantis et al., 2011; Frankel et al., 2012).

Azkenik, nerabezaroan, esku-hartzea arreta handiko guraso-estiloa bultzatzera eta nerabeen aurre egite estrategia egokitzailak ezartzera bideratu beharko litzateke (Gouveia et al., 2018; Vandewalle et al., 2014; Zhu et al., 2014), nerabe neska edo mutilen auto-onarpenerako gaitasuna garatzea ahalbideratu dezakeelako, eta honek era berean elikadura emozionala gutxitu eta beren gorputzaren irudiarekiko tolerantzia handitzea ekarri dezakeelako (Gouveia et al., 2018).

7. Erreferentziak

- Balantekin, K. N., Anzman-Frasca, S., Francis, L. A., Ventura, A. K., Fisher, J. O. eta Johnson, S. L. (2020), Positive parenting approaches and their association with child eating and weight: A narrative review from infancy to adolescence, *Pediatric Obesity*, 15, e12722. <https://doi.org/10.1111/ijpo.12722>
- Berge, J. M., Miller, J., Veblen-Mortenson, S., Kunin-Batson, A., Sherwood, N. E. eta French, S. A. (2020), A bidirectional analysis of feeding practices and eating behaviors in parent/child dyads from low-income and minority households, *The Journal of Pediatrics*, 221, 93-98.e20. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.02.001>
- Birch, L. L. eta Doub, A. E. (2014), Learning to eat: Birth to age 2 y, *American Journal of Clinical Nutrition*, 99(3), 723–728. <https://doi.org/10.3945/ajcn.113.069047>
- Braden, A., Rhee, K., Peterson, C. B., Rydell, S. A., Zucker, N. eta Boutelle, K. (2014), Associations between child emotional eating and general parenting style, feeding practices, and parent psychopathology, *Appetite*, 80, 35–40. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.04.017>
- Carnell, S., Benson, L., Driggin, E. eta Kolbe, L. (2014), Parent feeding behavior and child appetite: Associations depend on feeding style, *International Journal of Eating Disorders*, 47(7), 705–709. <https://doi.org/10.1002/eat.22324>
- Chen, Y., Haines, J., Charlton, B. M. eta VanderWeele, T. J. (2019), Positive parenting improves multiple aspects of health and well-being in young adulthood, *Nature Human Behaviour*, 3(7), 684–691. <https://doi.org/10.1038/s41562-019-0602-x>

- Comeche, M. I. eta Vallejo, M. A. (2012): *Manual de terapia de conducta en la infancia*, Dykinson, Madrid.
- Cross, M. B., Hallett, A. M., Ledoux, T. A., O'Connor, D. P. eta Hughes, S. O. (2014), Effects of children's self-regulation of eating on parental feeding practices and child weight, *Appetite*, *81*, 76–83. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.06.014>
- DiSantis, K. I., Hodges, E. A., Johnson, S. L. eta Fisher, J. O. (2011), The role of responsive feeding in overweight during infancy and toddlerhood: a systematic review, *International Journal of Obesity*, *35*(4), 480–492. <https://doi.org/10.1111/12.2549369>.Hyperspectral
- Farrow, C. V. (2012), Do parental feeding practices moderate the relationships between impulsivity and eating in children? *Eating Behaviors*, *13*(2), 150–153. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2011.11.015>
- Farrow, C. V., Haycraft, E. eta Blissett, J. M. (2015), Teaching our children when to eat: how parental feeding practices inform the development of emotional eating—a longitudinal experimental design, *The American Journal of Clinical Nutrition*, *101*(5), 908–913. <https://doi.org/10.3945/ajcn.114.103713>
- Ferrer, R. A., Green, P. A., Oh, A. Y., Hennessy, E. eta Dwyer, L. A. (2017), Emotion suppression, emotional eating, and eating behavior among parent–adolescent dyads, *Emotion*, *17*(7), 1052–1065. <https://doi.org/10.1037/emo0000295>
- Frankel, L. A., Hughes, S. O., O'Connor, T. M., Power, T. G., Fisher, J. O. eta Hazen, N. L. (2012), Parental influences on children's self-regulation of energy intake: Insights from developmental literature on emotion regulation, *Journal of Obesity*, 327259. <https://doi.org/10.1155/2012/327259>
- Frankel, L. A., O'Connor, T. M., Chen, T. A., Nicklas, T., Power, T. G. eta Hughes, S. O. (2014), Parents' perceptions of preschool children's ability to regulate eating. Feeding style differences, *Appetite*, *76*, 166–174. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.01.077>
- Frankel, L. A., Powell, E. eta Jansen, E. (2018), The relationship between structure-related food parenting practices and children's heightened levels of self-regulation in eating, *Childhood Obesity*, *14*(2), 81–88. <https://doi.org/10.1089/chi.2017.0164>
- Goldstein, M., Tan, C. C. eta Chow, C. M. (2017), Maternal emotional feeding practices and adolescent daughters' emotional eating: Mediating roles of avoidant and preoccupied coping, *Appetite*, *116*, 339–344. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.05.021>
- Gouveia, M. J., Canavarro, M. C. eta Moreira, H. (2018), Is mindful parenting associated with adolescents' emotional eating? The mediating role of adolescents' self-compassion and body shame, *Frontiers in Psychology*, *9*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02004>
- Hankey, M., Williams, N. A. eta Dev, D. (2016), Uninvolved maternal feeding style moderates the association of emotional overeating to preschoolers' Body Mass Index z-scores, *Journal of Nutrition Education and Behavior*, *48*(8), 530–537. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2016.06.006>
- Herrero, G. eta Andrades, C. (2019), *Psiconutrición. Aprende a tener una relación saludable con la comida* (3. ed.), Arcopress, S.L., Kordoba
- Hughes, S. O., Power, T. G., Papaioannou, M. A., Cross, M. B., Nicklas, T. A., Hall, S. K. eta Shewchuk, R. M. (2011), Emotional climate, feeding practices, and feeding styles: An observational analysis of the dinner meal in Head Start families, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *8*, 1–11. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-8-60>
- Hughes, S. O. eta Shewchuk, R. M. (2012), Child temperament, parent emotions, and perceptions of the child's feeding experience, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *9*(1), 64. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-64>
- Jansen, P. W., Derks, I. P. M., Batenburg, A. eta Jaddoe, W. V. (2019), Using food to soothe in infancy is prospectively associated with childhood BMI in a population-based cohort, *The Journal of Nutrition*, *149*(5), 788–794.
- Kidwell, K. M., Kozikowski, C., Roth, T., Lundahl, A. eta Nelson, T. D. (2018), Concurrent and longitudinal associations among temperament, parental feeding styles, and selective eating in a preschool sample, *Journal of Pediatric Psychology*, *43*(5), 572–583. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsx148>
- Mennella, J. A., Reiter, A. R. eta Daniels, L. M. (2016), Vegetable and fruit acceptance during infancy: Impact of ontogeny, genetics, and early experiences, *Advances in Nutrition*, *7*(1), 211S–219S. <https://doi.org/10.3945/an.115.008649>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J. eta Altman, D. G. (2009), Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement, *Annals of Internal Medicine*, *151*(4), 264–269. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Pérez-Escamilla, R., Segura-Pérez, S. eta Lott, M. (2017), *Feeding guidelines for infants and young toddlers: A responsive parenting approach*, Robert Wood Johnson Foundation, Minneapolis. [https://healthyeatingresearch.org/wp-content/uploads/2017/02/her_feeding_guidelines_report_021416-1.pdf]
- Powell, E. M., Frankel, L. A. eta Hernandez, D. C. (2017), The mediating role of child self-regulation of eating in the relationship between parental use of food as a reward and child emotional overeating, *Appetite*, *113*, 78–83. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.02.017>
- Powell, F. C., Farrow, C. V. eta Meyer, C. (2011), Food avoidance in children. The influence of maternal feeding practices and behaviours, *Appetite*, *57*(3), 683–692. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.08.011>
- Rhee, K. E., Boutelle, K. N., Jelalian, E., Barnes, R., Dickstein, S. eta Wing, R. R. (2015), Firm maternal parenting

- associated with decreased risk of excessive snacking in overweight children, *Eating and Weight Disorders*, 20(2), 195–203. <https://doi.org/10.1007/s40519-014-0164-x>
- Rodenburg, G., Kremers, S. P. J., Oenema, A. eta Van De Mheen, D. (2013), Associations of parental feeding styles with child snacking behaviour and weight in the context of general parenting, *Public Health Nutrition*, 17(5), 960–969. <https://doi.org/10.1017/S1368980013000712>
- Rodgers, R. F., Paxton, S. J., Massey, R., Campbell, K. J., Wertheim, E. H., Skouteris, H. eta Gibbons, K. (2013), Maternal feeding practices predict weight gain and obesogenic eating behaviors in young children: A prospective study, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(24), 1–10. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-24>
- Shloim, N., Edelson, L. R., Martin, N. eta Hetherington, M. M. (2015), Parenting styles, feeding styles, feeding practices, and weight status in 4-12 year-old children: A systematic review of the literature, *Frontiers in Psychology*, 6, 1849. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01849>
- Steinsbekk, S., Belsky, J. eta Wichström, L. (2016), Parental feeding and child eating: An investigation of reciprocal effects, *Child Development*, 87(5), 1538–1549. <https://doi.org/10.1111/cdev.12546>
- Tan, C. C. eta Holub, S. C. (2015), Emotion regulation feeding practices link parents' emotional eating to children's emotional eating: A moderated mediation study, *Journal of Pediatric Psychology*, 40(7), 657–663. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsv015>
- Tate, A. D., Trofholz, A., Rudasill, K. M., Neumark-Sztainer, D. eta Berge, J. M. (2016), Does child temperament modify the overweight risk associated with parent feeding behaviors and child eating behaviors?: An exploratory study, *Appetite*, 101, 178–183. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.02.026>
- Topham, G. L., Hubbs-Tait, L., Rutledge, J. M., Page, M. C., Kennedy, T. S., Shriver, L. H. eta Harrist, A. W. (2011), Parenting styles, parental response to child emotion, and family emotional responsiveness are related to child emotional eating, *Appetite*, 56(2), 261–264. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.01.007>
- van Strien, T., Kontinen, H., Homberg, J. R., Engels, R. C. M. E. eta Winkens, L. H. H. (2016), Emotional eating as a mediator between depression and weight gain, *Appetite*, 100, 216–224. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.02.034>
- Vandewalle, J., Moens, E. eta Braet, C. (2014), Comprehending emotional eating in obese youngsters: The role of parental rejection and emotion regulation, *International Journal of Obesity*, 38(4), 525–530. <https://doi.org/10.1038/ijo.2013.233>
- Zarychta, K., Kulis, E., Gan, Y., Chan, C. K. Y., Horodyska, K. eta Luszczynska, A. (2019), Why are you eating, mom? Maternal emotional, restrained, and external eating explaining children's eating styles, *Appetite*, 141, 104335. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104335>
- Zhou, Z., Liew, J., Yeh, Y. C. eta Perez, M. (2020), Appetitive traits and weight in children: Evidence for parents' controlling feeding practices as mediating mechanisms, *The Journal of Genetic Psychology*, 181(1), 1–13. <https://doi.org/10.1080/00221325.2019.1682506>
- Zhu, H., Luo, X., Cai, T., Li, Z. eta Liu, W. (2014), Self-control and parental control mediate the relationship between negative emotions and emotional eating among adolescents, *Appetite*, 82, 202–207. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.06.106>

8. Eskerrak eta oharrak

Lan hau Psikologia Graduaren amaierako lanetik eratorria da.