研究資訊：影響兒童飲食行為的因素

美國國家生物技術資訊中心(National Center for Biotechnology Information, NCBI)於2018年5月刊登了一篇有關影響兒童飲食行為的因素的文章。研究為了提供兒科醫生有效的工具去探討兒童偏食習慣及飲食行為出現的成因背景，從中探討預防的方法。研究以綜合文獻的研究方法，研究團隊於電子文獻資料庫中PubMed, Medline, Embase and Google Scholoar搜尋出以影響兒童餵養行為因素並以英文發表的研究並進行綜合探討。研究發現圍繞兒童的家庭習慣對促進和建立他們的日常生活行為發揮極大的作用。早期認識各種食物及品嚐各種食物味道的經驗對日後建立健康飲食存有重要的作用。研究分析中，父母的飲食行為和餵養策略是建立孩子飲食行為和選擇食物的關鍵；父母應提供多種類的有益食物以供孩子選擇，同時亦要以身作則，作為他們學習模仿的榜樣。

資料來源：

Scaglioni, S., Cosmi, V.D., Ciappolino, V., Parazzini, F., Brambilla, P., and Agostoni, C. (2018). Factors influencing children’s eating behaviours. *Nutrients, 10*(6), 706.

Available online at: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6024598/