



ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA NO ACOMPANHAMENTO DE CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

ANDERSON EMANOEL DA SILVA; ALLAN GABRIEL FREIRE GOMES; JULIA KAMILY LIMA DOMINGOS; MANUELLE DA SILVA GUIMARÃES ALMEIDA; THAINE SARAIVA KLEIN DE ARAÚJO

RESUMO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio neurobiológico que afeta o desenvolvimento, comunicação, interação social e comportamentos repetitivos. Estudos recentes indicam uma prevalência ainda maior do que estimativas anteriores da Organização Mundial da Saúde (OMS), chegando a um caso a cada trinta e seis pessoas. Além das dificuldades comportamentais, crianças com TEA enfrentam desafios alimentares, como seletividade alimentar, influenciada por fatores neuromotores, sensoriais e gastrointestinais. Elas têm uma preferência natural por alimentos ultraprocessados, o que pode levar a deficiências nutricionais e aumentar o risco de doenças crônicas. Estratégias nutricionais adaptadas são essenciais para esse grupo vulnerável. Além disso, a recusa seletiva de alimentos pode resultar em desnutrição e outras comorbidades graves, destacando a importância do papel do nutricionista na promoção de hábitos alimentares saudáveis e na prevenção de doenças relacionadas ao excesso de peso.

Palavras-chave: Autismo; comportamentos alimentares; seletividade alimentar; deficiências nutricionais; dificuldades alimentares.

1 INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA), conhecido popularmente como autismo, é um distúrbio neurobiológico caracterizado por dificuldades no desenvolvimento, comunicação, interação social e presença de comportamentos repetitivos e estereotipados. Estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que aproximadamente uma em cada cem crianças apresenta esse transtorno, porém, estudos recentes sugerem uma incidência ainda maior, podendo chegar a um caso a cada trinta e seis pessoas.

Além das diferenças comportamentais, é possível observar discrepâncias no padrão alimentar de crianças com autismo. A qualidade de vida e o bem-estar dessas crianças são influenciados significativamente pela alimentação, que desempenha um papel fundamental na saúde geral. O Guia Alimentar para a População Brasileira, edição mais recente de 2014, destaca a importância de uma alimentação equilibrada para a prevenção de doenças e deficiências nutricionais. Entretanto, crianças com autismo, em particular, podem enfrentar desafios alimentares, como sensibilidade sensorial, interesses alimentares restritos, neofobia e seletividade alimentar.

A seletividade alimentar é caracterizada pela recusa alimentar, desinteresse por certos alimentos, restrição na variedade alimentar e, em boa parte dos casos, aversão a determinados grupos alimentares, texturas e cores. Diversas hipóteses são levantadas para explicar essa condição, incluindo dificuldades neuromotoras, alterações no sistema sensorial e problemas gastrointestinais, como refluxo gastroesofágico, alergias/intolerâncias alimentares e constipação crônica. Além disso, a dificuldade em seguir uma rotina e os interesses restritos

também são fatores considerados no desenvolvimento da seletividade alimentar.

Segundo Oliveira (2021), diversos fatores influenciam as escolhas alimentares das crianças com TEA, como sabor, textura, temperatura, embalagem e até mesmo características dos utensílios utilizados. Observa-se que, naturalmente, essas crianças tendem a mostrar preferência por alimentos ultraprocessados, ricos em açúcar, amido e carboidratos simples, que oferecem pouco valor nutricional e podem contribuir para o surgimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) a longo prazo. Além disso, é crucial abordar com cautela a introdução de alimentos in natura e minimamente processados na dieta dessas crianças, considerando suas possíveis reações emocionais, como agressão, choro, recusa alimentar e até comportamentos de risco para si mesmas ou para seus cuidadores, como automutilação e arremesso de objetos (SHARP et al., 2019).

O nutricionista desempenha um papel essencial na promoção da saúde e bem-estar das crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), oferecendo orientações personalizadas e adaptadas às necessidades específicas de cada indivíduo. Através da educação em saúde, esse profissional não apenas auxilia na escolha de alimentos adequados, mas também na compreensão dos desafios alimentares enfrentados por essas crianças, colaborando para a melhoria da qualidade de vida e para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis desde a infância. No contexto da saúde pública brasileira, o Sistema Único de Saúde (SUS) oferece suporte no tratamento dessas crianças, mesmo apresentando dificuldades na articulação entre os diversos pontos das redes da educação e saúde (MAGAGNIN et al., 2019). Ademais, a alimentação de indivíduos com TEA continua sendo um desafio, principalmente para as equipes multiprofissionais na Atenção Primária à Saúde (BRASIL, 2015).

Portanto, com o propósito de abordar os desafios alimentares enfrentados por crianças autistas com TEA, este projeto tem como objetivos desenvolver capacidades para as mães sobre práticas nutricionais adequadas e estratégias para promover uma alimentação saudável e balanceada em casa, integrando ao acompanhamento nutricional. Simultaneamente, busca-se monitorar a adesão às orientações nutricionais e fornecer suporte às mães na implementação das recomendações, assim como conversa didática com as crianças autistas. Para garantir uma intervenção nutricional eficaz e adaptada às necessidades individuais, as orientações serão abrangentes, levando em conta as particularidades de cada criança e as circunstâncias familiares. Este enfoque abrangente visa não apenas melhorar a qualidade de vida dessas crianças, mas também fornecer às mães ferramentas práticas e conhecimento necessário para promover um ambiente alimentar saudável e favorável ao desenvolvimento de hábitos alimentares adequados desde a infância.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Planeja-se realizar esta ação em parceria com a Associação dos Pais e Amigos dos Autistas do RN (APAARN), visando sensibilizar as famílias atípicas e incentivá-las a melhorar sua alimentação. O foco principal pauta-se em garantir uma qualidade nutricional adequada para crianças com autismo nessas famílias, impactando positivamente suas vidas cotidianas, bem como a de seus familiares.

Para alcançar esse objetivo, será aplicada principalmente rodas de conversa na própria APAARN, onde o projeto será aplicado. O diferencial dessas rodas de conversa será a abordagem leve e prática dos temas, facilitando o entendimento das famílias. Visa-se abordar diversos exemplos de melhores práticas alimentares para crianças com TEA e seus familiares, tornando os métodos acessíveis e aplicáveis no dia a dia.

Além disso, torna-se indispensável incluir cartilhas como parte essencial da ação. Essas cartilhas servirão como um guia prático para as famílias, fornecendo informações e dicas úteis sobre alimentação saudável para crianças com autismo. Acredita-se que essa ferramenta complementar será fundamental para reforçar os conhecimentos compartilhados

durante as rodas de conversa e ajudar as famílias a implementarem mudanças positivas em sua rotina alimentar.

Reconhece-se a importância do envolvimento dos pais no processo de educação alimentar, especialmente quando se trata de lidar com dificuldades alimentares em crianças seletivas. O objetivo é capacitar as famílias para que se tornem agentes ativos na melhoria da alimentação de seus filhos com TEA, proporcionando-lhes recursos e apoio necessários para enfrentar esses desafios diariamente. Acredita-se que, ao capacitar as famílias com conhecimentos práticos e recursos tangíveis, podemos fazer uma diferença significativa na qualidade de vida dessas crianças e suas famílias.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A intervenção em saúde realizada na Associação dos Pais e Amigos dos Autistas do Rio Grande do Norte (APAARN) teve como foco principal as mães e crianças autistas, visando a promoção de hábitos alimentares saudáveis e a importância da nutrição no tratamento do Transtorno do Espectro Autista (TEA). A ação foi dividida em duas partes: uma roda de conversa com as mães e atividades interativas com as crianças.

A roda de conversa, conduzida pelos alunos do grupo e a nutricionista responsável, abordou temas cruciais para o tratamento do TEA através da nutrição. Durante a sessão, foi enfatizada a relevância do nutricionista no manejo do TEA, destacando a importância de uma alimentação saudável. As discussões centraram-se em tópicos como a função do intestino na saúde geral, a necessidade de reduzir alimentos industrializados e estratégias para incluir as crianças na preparação das refeições para combater a seletividade alimentar. As mães receberam uma cartilha educativa que complementou os pontos discutidos, oferecendo uma ferramenta prática para aplicação das recomendações em casa.

As mães participaram ativamente, fazendo perguntas e compartilhando suas experiências. A troca de informações entre as mães e os profissionais revelou uma percepção positiva sobre a importância da nutrição no tratamento do TEA. Estudos na literatura confirmam que indivíduos com TEA frequentemente apresentam alterações gastrointestinais, incluindo dor abdominal, constipação e diarreia, bem como alterações na composição da microbiota intestinal, o que pode contribuir para o desenvolvimento de sintomas clínicos (KANG; WAGNER; MING, 2014; MCELHANON ET AL., 2014; HUGHES; ROSE; ASHWOOD,

2018). As mães expressaram um aumento no entendimento sobre a importância de uma alimentação equilibrada e mostraram-se motivadas a implementar as mudanças sugeridas.

Enquanto a roda de conversa ocorria, outra parte do grupo interagia com as crianças autistas, utilizando imagens de frutas, legumes e verduras para associar cores aos alimentos e enfatizar a importância de uma dieta diversificada. Observou-se uma variedade de comportamentos entre as crianças: algumas demonstraram agitação, enquanto outras estavam mais calmas e concentradas. Atividades de pintura e desenho foram utilizadas para manter o interesse das crianças e ensinar sobre os alimentos de forma lúdica.

As crianças apresentaram diferentes níveis de interesse e participação. Algumas mostraram-se bem comunicativas e engajadas, enquanto outras estavam dispersas. Este comportamento variado é consistente com o que a literatura descreve sobre a diversidade de respostas a estímulos em crianças com TEA (FIGEE et al., 2015). A recusa alimentar e a seletividade são frequentemente observadas em indivíduos com TEA, devido a padrões específicos de sensibilidade gustativa e características neuropsicológicas como a rigidez comportamental (RICCIO et al., 2018). Além disso, esses traços comportamentais apresentam semelhança com a sintomatologia do Transtorno obsessivo-compulsivo, onde os sujeitos são impulsionados pelo desejo repetitivo de executar determinadas ações de maneira estereotipada

(FIGEE et al., 2015). A intervenção revelou a eficácia de abordar a nutrição em um formato de roda de conversa para as mães, facilitando um ambiente de troca de informações e apoio mútuo. A literatura indica que a educação nutricional para cuidadores é essencial para a implementação bem-sucedida de dietas saudáveis em crianças com TEA (LÁZARO; PONDE, 2017). A cartilha fornecida serviu como um recurso valioso, potencializando a capacidade das mães de aplicar as recomendações discutidas.

Para as crianças, as atividades interativas proporcionaram uma introdução visual e prática aos alimentos saudáveis. Embora a resposta das crianças tenha variado, a estratégia de utilizar materiais visuais e atividades práticas é apoiada por pesquisas que mostram que abordagens multissensoriais são benéficas para o aprendizado de crianças com TEA. A intervenção precoce é fundamental para tornar os alimentos mais palatáveis e garantir uma adequada oferta de fatores nutricionais, principalmente no início da infância (RICCIO et al., 2018). A observação de comportamentos distintos entre as crianças sublinha a necessidade de personalização nas abordagens educacionais para atender às necessidades individuais.

Além de toda a problemática apresentada, na perspectiva da saúde pública, uma melhor compreensão dos padrões alimentares de autistas pode promover a melhora na saúde física e mental desses indivíduos, pois assim é possível desenvolver estratégias alimentares relacionadas aos traços de seletividade alimentar que podem envolver esse transtorno (NAKAMURA et al., 2019). É crucial considerar que, além de fatores como sensibilidade sensorial e dificuldade alimentar, os fatores ambientais também são determinantes nas escolhas alimentares (KATHLEEN; RAYMOND, 2018).

4 CONCLUSÃO

A intervenção em saúde na APAARN destacou a importância da educação nutricional tanto para as mães quanto para as crianças autistas. A roda de conversa proporcionou um espaço para as mães aprenderem sobre a importância da nutrição no tratamento do TEA e discutirem estratégias práticas para melhorar a alimentação de seus filhos. As atividades interativas com as crianças permitiram uma introdução lúdica aos alimentos saudáveis, embora tenha ficado evidente a necessidade de adaptar as abordagens às diferentes respostas comportamentais das crianças.

A experiência reforça a importância de intervenções educativas integradas que envolvam tanto cuidadores quanto crianças, promovendo hábitos alimentares saudáveis de maneira inclusiva e personalizada. Futuras intervenções poderiam se beneficiar de uma maior individualização das atividades para as crianças e de um acompanhamento contínuo para avaliar o impacto das mudanças alimentares a longo prazo. A combinação de educação teórica e prática mostrou-se eficaz e pode servir de modelo para outras iniciativas de promoção de saúde nutricional no contexto do TEA.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde, **Guia Alimentar para a População Brasileira** promovendo a alimentação saudável. Normas e manuais técnicos: Brasília, 2014. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf>.

Conscientização sobre autismo deve se estender à inclusão profissional de autistas e familiares | Portal do TRT da Oitava Região - Pará e Amapá. Disponível em: <<https://www.trt8.jus.br/noticias/2023/conscientizacao-sobre-autismo-deve-se-estender-inclusao-profissional-de-autistas-e#:~:text=Estima%2Dse%20que%2C%20no%20mundo>>. Acesso em: 22 mar. 2024.

Como lidar com a recusa alimentar em crianças autistas? Disponível em:

<<https://www.jadeautism.com/recusa-alimentar-em-criancas-autistas#:~:text=Fatores%20que%20podem%20contribuir%20para>>. Acesso em: 22 mar. 2024.

WWW.SOMOSAKAU.COM.BR, A. -. **IGPS Ensino Superior em Saúde.** Disponível em:

<<https://www.ipgs.com.br/seletividade-e-neofobia-alimentar-na-infancia/#:~:text=A%20neofobia%20refere%2Dse%20a>>. Acesso em: 22 mar. 2024.

DIA, A. EM. **Seletividade alimentar no autismo: dicas de como lidar.** Disponível em:

<<https://www.autismoemdia.com.br/blog/seletividade-alimentar-autismo/>>.

OLIVEIRA, Pedro Costa et al. **Ingestão alimentar e fatores associados a Etiopatogênese do Transtorno do Espectro Autista.** Brazilian Journal of Health Review, v. 4, n. 1, p. 1086-1097, 2021.

CAETANO, M.V.; GURGEL, D.C.. **Perfil nutricional de crianças portadoras do transtorno do espectro autista.** Revista Brasileira em Promoção da Saúde, v. 31, n. 1, p. 1-11, 2018. Disponível em: < <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=40854841017>>. Acesso em: 22 abr. 2024.

SHARP, W. G.; BURRELL, T. L.; BERRY, R. C.; STUBBS, K. H.; MCCRAKEN, C. E. et al. **The autism managing eating aversions and limited variety plan vs parent education: a randomized clinical trial.** The Journal of pediatrics, v. 211, p. 185-192, e1, 2019, Doi: 10.1016/j.jpeds.2019.03.046.

LEDFOORD, J. R.; GAST, D. L. **Feeding problems in children with autism spectrum disorders: A review.** Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, Georgia, v. 21, n. 3, p. 153-166, 2006. Acesso em: 24 abr. 2024.

LIU, X. et al. **Correlation between Nutrition and Symptoms: Nutritional Survey of Children with Autism Spectrum Disorder in Chongqing, China.** Nutrients, v. 8, n. 5, p. 294, 2016. Acesso em: 24 abr. 2024.

RANJAN, S.; NASSER, J. A. **Nutritional Status of Individuals with Autism Spectrum Disorders: Do We Know Enough?** Advances in Nutrition, Philadelphia, v. 6, n. 4, p. 397-407, 2015. Acesso em: 24 abr. 2024.

MARANHÃO, H. de S. et al. **Dificuldades alimentares em pré-escolares, práticas alimentares pregressas e estado nutricional.** Revista Paulista de Pediatria, v. 36, n. 1, p. 45-51, jan./mar. 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1984-0462/2018;36;1;00004>. Acesso em: 23 abr. 2024.

ROCHA, G.S.S. et al. **Análise da seletividade alimentar de pessoas com Transtorno do Espectro Autista.** Revista Eletrônica Acervo Saúde, n. 24, p. e538-e538, 2019. . Disponível em: . Acesso em: 22 abr. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Acesso em: 29 abr. 2024.

ESTEBAN-FIGUEROLA, P. et al. Differences in food consumption and nutritional intake between children with autism spectrum disorders and typically developing children: A metaanalysis. *Autism*, v. 23, n. 5, p. 1079-1095, 2019. Acesso em: 29 abr. 2024.

LIU, X. et al. Correlation between Nutrition and Symptoms: Nutritional Survey of Children with Autism Spectrum Disorder in Chongqing, China. *Nutrients*, v. 8, n. 5, p. 294, 2016. Acesso em: 29 abr. 2024.

YAMANE, K.; FUJII, Y.; HIJIKATA, N. Support and development of autistic children with selective eating habits. *Brain and Development*, v. 42, n. 2, p. 121-128, 2020. Acesso em: 29 abr. 2024.