

**CENTRO PAULA SOUZA  
ETEC JÚLIO DE MESQUITA  
Curso Técnico em Nutrição e Dietética**

**Beatriz Lugli Anselmo  
Bianca Blanques Dantas  
Debora Cristina Leão  
Estela Maria Lopes  
Gabrielle Da Silva Gaspar**

**SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO  
DO ESPECTRO AUTISTA**

**São Paulo  
2024**

**Beatriz Lugli Anselmo  
Bianca Blanques Dantas  
Debora Cristina Leão  
Estela Maria Lopes  
Gabrielle Da Silva Gaspar**

**SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO  
DO ESPECTRO AUTISTA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso técnico em Nutrição e Dietética da ETEC Júlio de Mesquita orientado por Priscila Rodrigues como requisito para obtenção do título de técnico em nutrição e dietética.

**São Paulo  
2024**

## **Resumo**

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição neurológica que afeta a comunicação, interação social e comportamento. Um dos aspectos observados é a seletividade alimentar, com crianças autistas apresentando preferências sensoriais e fisiológicas por certos alimentos. Isso pode levar a deficiências nutricionais, impactando negativamente o crescimento e a saúde. A relação entre TEA e seletividade alimentar está associada a disfunções gastrointestinais, como disbiose da microbiota intestinal, afetando a modulação do TEA. Intervenções nutricionais, como nutracêuticos e terapia nutricional, têm sido exploradas para melhorar a saúde intestinal e os sintomas do TEA. A modulação da microbiota intestinal emerge como uma área promissora para futuros avanços no tratamento do TEA. Uma abordagem multiprofissional, envolvendo diversos profissionais de saúde, é essencial para garantir um tratamento abrangente e personalizado para crianças com TEA, visando melhorar sua qualidade de vida e bem-estar geral.

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	5
2. OBJETIVO GERAL	7
2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	7
3. HIPÓTESE	8
4. METODOLOGIA	9
5. DESENVOLVIMENTO	10
6. CONCLUSÃO	14
7. REFERÊNCIAS	15

## 1. INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição de deficiência neurológica. Nela pode haver sinais, destacando-se a dificuldade de interação social, o não controle emocional, comportamentos repetitivos e a seletividade alimentar. (WINTAGE M, et al, e SOBHANA RANJAN, et al 2015).

Existem 3 graus do TEA, o leve, moderado e severo onde há uma necessidade de suportes. O autismo pode ser descoberto durante a infância, mas não é exclusivo, pois mesmo que tardio é descoberto em adultos. Em consonância do CDC em 2020, 1 a cada 36 crianças tem autismo, isso nos mostra que nos últimos anos houve um aumento de diagnósticos de pessoas autistas observa-se uma prevalência em meninos. (WINGATE M, et al 2012 e SOBHANA RANJAN, et al 2015).

O que caracteriza uma seletividade alimentar são os sinais como por exemplo a recusa do alimento, o desinteresse e o pouco apetite, um comportamento normalmente mais comum na fase pré-escolar, mas que pode se prolongar para as outras fases da vida (SAMPAIO, et al,2013). No caso de crianças com transtorno do espectro autista, essa seletividade está relacionada a fatores sensoriais e fisiológicos, optando por alimentos com determinada textura, cor ou sabor, onde sabores fortes muitas vezes são rejeitados (SUAREZ, et al,2012).

A seletividade alimentar é uma das principais dificuldades em tratar crianças com TEA, uma vez que o público infantil tende a consumir mais alimentos processados e ultraprocessados, visto que são fabricados com a adição de sal e açúcar os tornando duráveis e mais agradáveis ao paladar, com realçadores de sabor e outros tipos de adjetivos que são usados para favorecer os produtos de propriedade sensorial (REVISTA BRASILEIRA EM PROMOÇÃO DA SAÚDE,2018). Hábitos como esses, podem ocasionar um estado nutricional negativo, causando deficiência de nutrientes essenciais, como o ferro, ômega 3, diversas vitaminas, podendo causar baixo peso ou até obesidade, entre outros, além de poder gerar desgastes na família que está passando por este processo (MONTEIRO, M.A et al,2020).

Crianças com seletividade alimentar podem se beneficiar do trabalho em equipe multidisciplinar para que assim haja uma melhora em suas experiências sensoriais

relacionadas à alimentação e sempre aumentar a adequação e variedade da dieta (CHISTOL, et al 2018).

Visto a importância de um acompanhamento multiprofissional no tratamento da seletividade alimentar, são necessárias ações educativas para estimular a aceitação de novos alimentos, que poderão contribuir para saúde e qualidade de vida do autista. A abordagem multiprofissional para atender às necessidades das crianças que demonstram significativa seletividade alimentar (MAGAGNIN, et al,2019).

## **2. OBJETIVO GERAL**

“Analisar a importância de uma boa alimentação em crianças com TEA.”

### **2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Analisar a carência de nutrientes essenciais na saúde e no crescimento do indivíduo;
- Analisar e discutir quais são os fatores que influenciam na seletividade alimentar das crianças.

### **3. HIPÓTESE**

A quantidade de diagnósticos de Transtorno do espectro autista tem aumentado nos últimos anos.

Sinais como déficit de comunicação e interação social, comportamentos repetitivos ou estereotipados, seletividade alimentar excessiva ou pouco contato visual podem servir de alerta para que os pais busquem avaliação especializada

Em 2022, estimava-se que 2 milhões de brasileiros possuem Transtorno do Espectro Autista (TEA). Trata-se de uma condição que afeta, principalmente, a comunicação e socialização das pessoas e que ainda é alvo de forte preconceito. O TEA é uma doença, portanto não há cura.

Em dezembro de 2007, a Organização das Nações Unidas (ONU) estabeleceu o Dia Mundial da Conscientização do Autismo com foco em espalhar informação sobre a condição e combater o capacitismo com membros da comunidade.

Ele pode ser caracterizado como leve, moderado ou severo, com ou sem transtorno do desenvolvimento intelectual e/ou comprometimento da linguagem funcional.

Pessoas com TEA possuem uma série de necessidades, como rotinas rígidas, reguladores sensoriais e, entre outros, hábitos alimentares previsíveis.

A seletividade alimentar é um dos comportamentos comuns no TEA e gera preocupações e por isso, também requer atenção dos pais/responsáveis e profissionais da saúde, inclusive do nutricionista.

#### **4. METODOLOGIA**

O presente trabalho trata-se de uma revisão da literatura sobre seletividade alimentar e autismo. Para tanto, serão considerados trabalhos publicados nos últimos dez anos. A busca será realizada na base de dados Google Acadêmico com as seguintes palavras chaves: crianças, autismo, seletividade alimentar, Transtorno do Espectro Autista, alimentação, nutrientes, saúde e sensibilidade sensorial.

Os critérios que serão incluídos neste trabalho são informações exclusivamente direcionados ao público alvo: crianças, ambos os gêneros, com Transtorno do Espectro Autista que apresentam seletividade alimentar e considerando a microbiota intestinal.

Será excluído informações literárias de outros idiomas, como inglês e espanhol. Inclusive dados com mais de uma década, e publicações em outros formatos que não sejam artigos, como teses, dissertações e tcc's.

## 5. DESENVOLVIMENTO

Crianças dentro do Transtorno do Espectro Autista tem como uma perturbação frequente disfunções gastrointestinais, há diversas possibilidades para a causa desses quadros orgânicos (CARPES, et al ,2021).

Sinais como a diarreia crônica e a constipação são predominantes em crianças com o TEA devido a disbiose da microbiota intestinal, fatores como o consumo excessivo de carboidratos simples, proteínas e lipídios, a mastigação inadequada, líquidos que acompanham as refeições frequentemente, a insuficiência de fibras na alimentação, ocasionam deficiências nutricionais e afetam diretamente a modulação da microbiota intestinal, tornando a seletividade alimentar um fator considerável para o surgimento do distúrbio metabólico (NETO, et al, 2019)

A disbiose intestinal favorece um desequilíbrio na microbiota , assim alterações intestinais, no sistema imunológico , metabólico, neurológico e na microbiota são significativas podendo agravar o Transtorno do Espectro Autista (J.HEALTH BIOL SCI. 2022).

A microbiota pode ser descrita como uma comunidade formada por microrganismos, genes e metabólitos, os quais vivem em um ambiente específico, o intestino humano sendo um exemplo. Sua composição engloba mais de 100 trilhões de espécies, em grande maioria bactérias anaeróbicas e em menor parcela bactérias aeróbicas, fungos, vírus e protozoários, aos quais a distribuição varia no decorrer do trato gastrointestinal (TGI) e entre a mucosa e o lúmen intestinal (SOARES, 2017).

A microbiota intestinal pode afetar o sistema nervoso central, participando da sua regulação e do avanço de algumas enfermidades, como o TEA. Os filos bacterianos mais predominantes nos intestinos são os “Bacteroidetes” e “Firmicutes”, que abrangem os gêneros “Lactobacillus”, “Clostridium”, “Enterococcus” e “Bacteroides”, que participam de atividades como degradação de fibras não digeríveis e proteção contra bactérias patogênicas. Estudos em animais sugeriram que bactérias intestinais regulam vários genes e neurotransmissores (acetilcolina e serotonina) envolvidos na modulação do autismo. Pacientes com Transtorno do Espectro Autista apresentam uma microbiota intestinal modificada, com um aumento de “Lactobacillus”, “Bacteroides” e de “Clostridium”. Essas bactérias que se encontram ampliadas

participam da fermentação de polissacarídeos complexos, gerando ácidos graxos de cadeia curta (propionato, butirato e acetato), que estão envolvidos no fornecimento energético das células nervosas. Além disso o propionato tem a capacidade de modular a expressão de genes relacionados ao autismo e participa da regulação da atividade do sistema nervoso simpático, através de receptores localizados nas terminações nervosas do sistema nervoso entérico, participando assim, da fisiopatologia do TEA (LACH, et al 2017).

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) interfere na forma em que a pessoa se comporta, se comunica e interage socialmente. Muitas crianças com TEA também têm problemas no sistema digestivo, como a diarreia ou constipação. Estudos sugerem que isso pode estar relacionado à microbiota intestinal, que é um fator muito importante para o funcionamento do intestino. (CARPES, et al ,2021), (NETO, et al, 2019).

Esses microrganismos desempenham muitas funções importantes, incluindo a digestão dos alimentos e a comunicação com o cérebro. Pesquisas indicam que crianças com TEA podem ter uma mistura diferente de micróbios no intestino, incluindo tipos específicos de bactérias. Algumas dessas bactérias podem produzir substâncias que afetam a atividade cerebral, como as que são causadas por meningite bacteriana (inflamação das membranas que envolvem o cérebro e a medula espinhal). (J.HEALTH BIOL SCI. 2022).

A dieta pode influenciar a saúde intestinal. Consumir muitos alimentos ricos em açúcar, proteínas e gorduras, mas com poucas fibras, pode piorar os problemas digestivos. Algumas crianças com TEA também têm dificuldade em comer uma variedade de alimentos, o que pode contribuir para esses problemas (SOARES, 2017).

Embora ainda haja muito a aprender sobre como a microbiota intestinal afeta o TEA, essas descobertas destacam a importância de cuidar da saúde intestinal em crianças com essa condição. No futuro, tratamentos que visam melhorar a saúde intestinal podem se tornar parte importante do tratamento para o TEA. (LACH, et al 2017).

Para abordar essa questão, muitos estudos têm investigado o uso de nutracêuticos, que são suplementos alimentares, compostos bioativos derivados de substâncias naturais encontradas em alimentos. A ideia é que esses suplementos ajudem e melhorem o equilíbrio da microbiota intestinal e suprindo as necessidades do organismo e, conseqüentemente, os sintomas do TEA.

Além disso, a terapia nutricional também tem sido explorada como uma forma de gerenciar os sintomas do TEA. Isso inclui a análise do impacto de certos componentes da dieta, como glúten, caseína e lactose, na microbiota intestinal e no comportamento das crianças autistas. Estudos sugerem que dietas livres de glúten e caseína podem ter efeitos positivos em alguns aspectos do comportamento social e na redução de sintomas como hiperatividade e déficit de atenção em algumas crianças autistas (SILVA et al, 2019).

No entanto, é importante destacar que nem todas as crianças autistas respondem da mesma forma a essas intervenções dietéticas. A supervisão de profissionais de saúde é fundamental para evitar deficiências nutricionais e garantir que as intervenções sejam seguras e eficazes para cada indivíduo (SILVA et al, 2019).

Além do mais, é crucial que os profissionais estejam bem preparados para lidar com as diferentes necessidades e desafios apresentados por pessoas com TEA, que podem variar de acordo com o nível de gravidade do transtorno. Isso inclui desde aqueles que precisam de acompanhamento para desenvolver habilidades de comunicação até aqueles que necessitam de cuidados intensivos devido ao alto risco de autolesão e dificuldades graves de interação social (SILVA et al, 2019).

Deficiências nutricionais comuns em neuropatias incluem ômega-3, vitaminas do complexo B, minerais e aminoácidos, fundamentais para neurotransmissores e equilíbrio no sistema nervoso central. Um estudo populacional vinculou um consumo adequado de peixe a uma menor incidência de transtornos mentais (Leal, 2014).

Além das mudanças mencionadas, indivíduos autistas frequentemente possuem uma deficiência na proteína metalotioneína, a qual é responsável pela desintoxicação de metais pesados (Santos, 2012).

Recentemente, há uma crescente quantidade de evidências sugerindo que a manipulação da microbiota pode ser uma terapia promissora para crianças com autismo. Diversos estudos vêm sendo conduzidos, explorando diferentes abordagens, como mudanças na dieta, uso de pré e probióticos, e até mesmo transplante fecal. Essas intervenções visam influenciar a composição da microbiota intestinal, acreditando-se que isso possa ter efeitos positivos na saúde e no bem-estar das crianças autistas. Embora os resultados ainda sejam variados e mais pesquisas sejam necessárias para compreender completamente os impactos dessas estratégias, a modulação da microbiota representa uma área promissora para futuros avanços no tratamento do autismo (TORRES, 2023).

Uma das hipóteses em consideração é que, ao aprimorar a diversidade e a qualidade da microbiota, há um aumento na produção de ácidos graxos de cadeia curta (AGCC) e peptídeos neuroativos benéficos. Além disso, acredita-se que essa melhoria possa levar à redução da inflamação e ao aprimoramento da função mitocondrial. Estes processos são fundamentais para a saúde do corpo e do cérebro, e a modulação da microbiota pode desempenhar um papel significativo nesse sentido. No entanto, é crucial ressaltar que esta é uma hipótese em desenvolvimento, requerendo mais estudos para confirmar tais efeitos e compreender completamente os mecanismos subjacentes (TORRES , 2023).

## **6. CONCLUSÃO**

Em conclusão, a criança com TEA tem uma tendência a ter uma deficiência de nutrientes como o ômega-3, vitaminas do complexo B, minerais e aminoácidos, assim podendo causar dificuldades na saúde desse indivíduo.

Os estudos sobre a relação entre a microbiota intestinal e o Transtorno do Espectro Autista (TEA) revelam uma interconexão complexa entre a saúde intestinal e o funcionamento do cérebro. As disfunções gastrointestinais frequentemente observadas em crianças com TEA podem ser atribuídas à disbiose da microbiota, que por sua vez pode influenciar não apenas os sintomas digestivos, mas também aspectos comportamentais e cognitivos associados ao TEA. Intervenções nutricionais e terapias direcionadas à saúde intestinal emergem como promissoras para auxiliar no manejo do TEA, potencialmente oferecendo melhorias significativas na qualidade de vida e no bem-estar das crianças afetadas. No entanto, são necessárias mais pesquisas para compreender completamente os mecanismos subjacentes e para desenvolver abordagens terapêuticas mais eficazes e personalizadas.

Para o tratamento adequado da criança autista, é necessário haver uma equipe multiprofissional envolvendo: psicólogo, fonoaudiólogo, terapeuta ocupacional, nutricionista, profissional de educação física e o fisioterapeuta. Esses profissionais devem trabalhar diferentes habilidades como cognitiva, social, alimentar para que não ocorra deficiências e patologias relacionadas a este fator e linguagem buscando inseri-los nas práticas comuns do dia a dia.

## 7. REFERÊNCIAS

Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/icse/2020.v24/e190597/pt>

Acessado em: 25/11/2023

SUAREZ, Michele S. O jornal Aberto de Terapia Ocupacional. 2012 disponível <https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/9743/2/AP%C3%8ANDICES.pdf> acessado em: 23/11/2023

SAMPAIO, Ana Beatriz. Seletividade alimentar: uma abordagem nutricional. Revista UNINGÁ Apucarana- PR 2021 Disponível em: [http://www.atenas.edu.br/uniatenas/assets/files/spic/monography/1/9/O\\_PAPEL\\_DA\\_NUTRICA\\_O\\_PARA\\_CRIANCAS\\_COM\\_TRANSTORNO\\_DO\\_ESPECTRO\\_AUTISTA\\_2022.pdf](http://www.atenas.edu.br/uniatenas/assets/files/spic/monography/1/9/O_PAPEL_DA_NUTRICA_O_PARA_CRIANCAS_COM_TRANSTORNO_DO_ESPECTRO_AUTISTA_2022.pdf). acessado em: 27/11/2023

Disponível

em: <http://revistas.famp.edu.br/revistasaudemultidisciplinar/article/view/476> acessado em: 11/04/2024

SILVA, Gabriela Terapia nutricional de crianças com autismo. 20/06/2023 Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/42166> acessado em 11/04/2024

Disponível em: [file:///C:/Users/59081/Downloads/2425-Texto%20do%20artigo-9608-1-10-20170310%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/59081/Downloads/2425-Texto%20do%20artigo-9608-1-10-20170310%20(1).pdf) acessado em 11/04/2024

LACH, Gilliard Revista de Ciências da Saúde. 06 fev 2017 disponível em: [file:///C:/Users/59081/Downloads/174-Anais%20de%20Evento-253-1-10-20181224%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/59081/Downloads/174-Anais%20de%20Evento-253-1-10-20181224%20(1).pdf) acessado em 07/03/2024

CARPES, NETO. 2020 disponível em [file:///C:/Users/59081/Downloads/Seletividade%20Alimentar%20TEA%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/59081/Downloads/Seletividade%20Alimentar%20TEA%20(1).pdf) acessado em 10/04/2024

BORRE, YE. Microbiota e Janelas do neurodesenvolvimento: implicações para distúrbios cerebrais. Setembro de 2014. Disponível em:

file:///C:/Users/59081/Downloads/joaodecastro,+Gerente+da+revista,+13+Conex%C3%A3o+C%C3%A9rebro-Intestino-Microbiota+no+Transtorno+do+Espectro+Autista%20(1).pdf acessado em 10/04/2024

TORRES, Andreia . Diferenças na microbiota de autistas e possíveis terapias. 6 ago 2023 disponível em:<https://andriatorres.com/blog/2023/8/6/microbiota-autismo> acesso em : 10/04/2024

LEAL, M. erapia nutricional em crianças com transtorno do espectro autista. Cadernos da escola de Saúde. 2014 Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/15704/14070> acessado em 25/04/2024

MAGAGNIN, Tayná. Intervenção Multiprofissional sobre Seletividade Alimentar no Transtorno do Espectro Autista. 2019 Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/1333/2232> acessado em 06/06/2024