

Nutrição

Desafios nutricionais no Autismo: Seletividade Alimentar em Crianças e Adolescentes

Polyana Fátima Rodrigues de Carvalho - 8º módulo de Nutrição, UFLA

Melissa Guimarães Silveira Rezende - Orientadora, DNU, UFLA - Orientador(a)

Elizandra Milagre Couto - Coorientadora, DNU, UFLA

Sandra Bragança Coelho - Coorientadora, DNU, UFLA

Resumo

O transtorno do Espectro Autista (TEA) configura-se como uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por déficits persistentes na comunicação, na interação social e por padrões restritivos e repetitivos de comportamento. Entre suas manifestações secundárias, a seletividade alimentar é uma das mais prevalentes, definida pela aceitação limitada de alimentos, recusa de novas preparações e preferência por características sensoriais específicas. Essa condição pode comprometer a ingestão de nutrientes essenciais e impactar diretamente o crescimento, o desenvolvimento e a qualidade de vida. Diante disso, este trabalho teve como objetivo analisar a relação entre seletividade alimentar e estado nutricional de crianças e adolescentes com TEA, bem como identificar estratégias de manejo com respaldo científico. Tratou-se de uma revisão sistemática da literatura publicada entre 2022 e 2025, realizada nas bases CAPES, PubMed e Scielo. Foram incluídos apenas artigos originais com diagnóstico clínico confirmado de TEA, sendo excluídos relatos de caso, revisões e estudos com dados incompletos ou fora da faixa etária definida, resultando em uma amostra final de 17 artigos. Os resultados apontaram padrões alimentares monótonos, elevada neofobia e preferência por texturas específicas, associados à baixa ingestão de fibras, vitaminas A, D, C e do complexo B, além de minerais como cálcio, ferro e zinco. Tais deficiências nutricionais correlacionaram-se com constipação recorrente, prejuízos no desempenho escolar e dificuldades na interação social. As intervenções mais eficazes foram aquelas que integraram estratégias nutricionais e comportamentais, com educação alimentar estruturada, exposição gradual a novos alimentos, planejamento alimentar adaptado e participação ativa da família. Esta revisão identificou a seletividade superior a 70%, baixa ingestão de frutas, vegetais e proteínas, além de deficiências em vitaminas e minerais, constipação recorrente e obesidade em até 38%. Concluiu-se que a seletividade alimentar no TEA é multifatorial e demanda acompanhamento interdisciplinar, centrado na família e com monitoramento contínuo do estado nutricional. Destacou-se a necessidade de ampliar pesquisas, sobretudo longitudinais, para avaliar a evolução da seletividade alimentar e a efetividade das intervenções. Estudos futuros são essenciais para consolidar indicadores, aprimorar o manejo nutricional e favorecer saúde e qualidade de vida em crianças e adolescentes com TEA.

Palavras-Chave: Transtorno do Espectro Autista, Estado Nutricional, Neurodesenvolvimento.
Instituição de Fomento: UFLA

Link do pitch: <https://youtu.be/ijwmO3LPvLk>