

Análise da Seletividade Alimentar em Indivíduos com Transtorno do Espectro Autista

Nutritional Analysis of Food Selectivity with Autism Spectrum Disorder

Rebeca Tavares da Silva¹; Laura Aparecida Gonçalves Bezerra²; Deborah Lays da Silva Aguiar³; Maria Eduarda Torres da Silva Pontes⁴; Samira Silva Freitas⁵; Ludmylly Soares de Oliveira⁶; Suênia Almeida Silva⁷; Jakssuel Sebastião Dantas Alves⁸.

RESUMO

Objetivo: Analisar a seletividade e comportamento alimentar em indivíduos diagnosticados com TEA e suas características comuns durante a realização das refeições. **Métodos:** Realizou-se uma elaboração de fluxograma para determinar o objetivo de analisar os artigos científicos escolhidos, baseando-se pela Pubmed, com ênfase na seletividade alimentar, quadros comportamentais e rigidez alimentar. **Resultados:** Estruturou-se em resultados obtidos através de 6 artigos originais, sendo possível notar a presença da seletividade alimentar em maior decorrência a indivíduos do sexo masculino, constata-se também, comportamentos atípicos e resistência alimentar por alimentos não desejados, notando alta prevalência em percentuais do estado nutricional de sobrepeso e obesidade. **Discussão:** A seletividade alimentar é pertinente na grande maioria dos indivíduos que possuem TEA, cada estudo traz métodos integrativos para diminuição de graus desta causa, conseguindo resultados positivos durante os métodos aplicados. **Conclusão:** Conclui-se que crianças e adolescentes autistas possuem seletividade alimentar, devido a uma maior resistência em experimentar novos alimentos. Por essas recusas estarem interligadas a influências de agentes alimentares (textura, odor, marca, embalagem, coloração).

Palavra-chave: Transtorno do Espectro Autista; Comportamento Alimentar; Dieta; Seletividade Alimentar.

ABSTRACT

Objective: To analyze eating selectivity and behavior in individuals diagnosed with ASD and their common characteristics during meals. **Methods:** A flowchart was created to determine the objective of analyzing the chosen scientific articles, based on Pubmed, with an emphasis on food selectivity, behavioral conditions and dietary rigidity. **Results:** It was structured on results obtained through 6 original articles, making it possible to notice the presence of food selectivity in greater proportion to male individuals, atypical behaviors and food resistance due to unwanted foods, noting a high prevalence in percentages of nutritional status of overweight and obesity. **Discussion:** Food selectivity is relevant in the vast majority of individuals who have ASD, each study brings integrative methods to reduce the degree of this cause, achieving positive results during the methods applied. **Conclusion:** In conclusion, it is evident that children and adolescents with autism spectrum disorder display food selectivity, often exhibiting a resistance to trying new foods. These refusals are often related to various factors such as texture, odor, brand, packaging, and coloring.

KEYWORDS: *Autism Spectrum Disorder; Eating Behavior; Diet; Food Selectivity.*

INTRODUÇÃO

O transtorno do espectro autista (TEA) caracteriza-se por uma alteração do neurodesenvolvimento de indivíduos acometidos por diversos fatores, dentre eles: genéticos, ambientais, cognitivos, biológicos, sociais e nutricionais. Esta condição neuropsiquiátrica é retratada por um comprometimento na comunicação social e interação típica, afetando o comportamento e gerando padrões restritivos e repetitivos. Além disso, essas particularidades produzem em sua personalidade, estereotípias comportamentais e a recusa de atividades que não são de seu interesse, ^{2,5}.

De acordo com SHARP (2019), uma das características notáveis associadas ao TEA é a seletividade alimentar, um fenômeno no qual indivíduos autistas exibem preferências alimentares restritas e recusam categorias inteiras de alimentos, esses fatores atípicos e variáveis, são perceptíveis durante a realização de refeições, ocasionando aversões em diferentes tipos de alimentos. Apesar de ser amplamente observada, a seletividade alimentar no autismo ainda é pouco compreendida em termos de suas causas, características específicas e estratégias eficazes de intervenção. A falta de compreensão sobre os mecanismos subjacentes da seletividade alimentar no autismo muitas vezes leva a dificuldades significativas na promoção de uma alimentação saudável e equilibrada, exacerbando problemas de saúde e bem-estar, ^{1,3}.

Logo, existem razões pelas quais a seletividade alimentar é notória em indivíduos com TEA, como: Sensibilidade sensoriais aumentadas, que são capazes de tornar certos alimentos desconfortáveis; Ritualismo e Rotina, optando por alimentos repetidos; Desafios Comunicativos, pelo fato de a comunicação ser um desafio neste transtorno, tornando difícil expressar suas preferências alimentares ou compreender as sugestões de seus cuidadores para experimentar novos alimentos, ⁶.

A conjuntura da rotina alimentar desadequada, devido ao alto consumo de alimentos sem valor nutritivo, desenvolvem desvios nutricionais, que proporciona ao espectro uma rejeição alimentar e modificações diárias, limitando-se a realizar ações e procedimentos fora do seu cotidiano, influenciando em diversos âmbitos, como o dos hábitos alimentares, que torna reduzida a aceitabilidade do consumo de alimentos, possuindo poucas preferências de categorias nutricionais, podendo limitar severamente a variedade de alimentos consumidos, o que resulta em deficiências nutricionais, associando-se a seletividade alimentar, ⁵.

Existem outros fatores que influenciam na adesão dos alimentos, como as cores, texturas, cheiros, temperaturas relacionadas ao alimento propriamente dito, mas também o horário, as embalagens e até mesmo a marca de determinados produtos podem influenciar na aceitabilidade do alimento. Para além disso, um aspecto importante é a regurgitação dos alimentos quando não aceitos, e a não ingestão de nenhum outro alimento durante o dia por conta da alteração dos agentes supracitados, ^{2,3}.

Baseado nisso, este trabalho busca revisar a complexidade da seletividade alimentar no autismo, examinando os principais artigos originais relacionados ao tema, compreendendo melhor as causas e os desafios associados à seletividade alimentar no contexto do Transtorno do Espectro Autista, visa também, a melhoria do bem-estar e qualidade de vida destes indivíduos, mostrando como a nutrição pode contribuir para a diminuição dos quadros de seletividade alimentar.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que por sua vez possui o objetivo de analisar artigos científicos originais e interpretar estudos com ênfase em Seletividade Alimentar no Transtorno do Espectro Autista (TEA) indexado na Pubmed.

O estudo seguiu as seguintes etapas: delimitação do tema e a sua relevância, palavras-chave, pergunta norteadora, critério de inclusão e exclusão, e análise dos dados obtidos, considerando e analisando os resultados encontrados também a pesquisas da avaliação do estado nutricional de indivíduos com TEA. O período de análise dos dados ocorreu entre agosto e novembro de 2023, os critérios que foram utilizados para delimitações foram: artigos originais da literatura e que tenham utilizado palavras chaves como: o Transtorno do Espectro Autista, Consumo de alimentos, Seletividade alimentar, e Dieta.

Foram filtrados em busca, os artigos publicados em 2018 a 2023, escrito em inglês e português. O critério de inclusão inseriu-se em artigos científicos dos últimos cinco anos e como critério de exclusão foram considerados estudos de caso e artigos que não tinham relação com a pesquisa. O Diagrama do fluxo de dados (**Figura 1**) esquematiza o processo de descrição das etapas de identificação, avaliação, elegibilidade, inclusão e exclusão dos artigos.

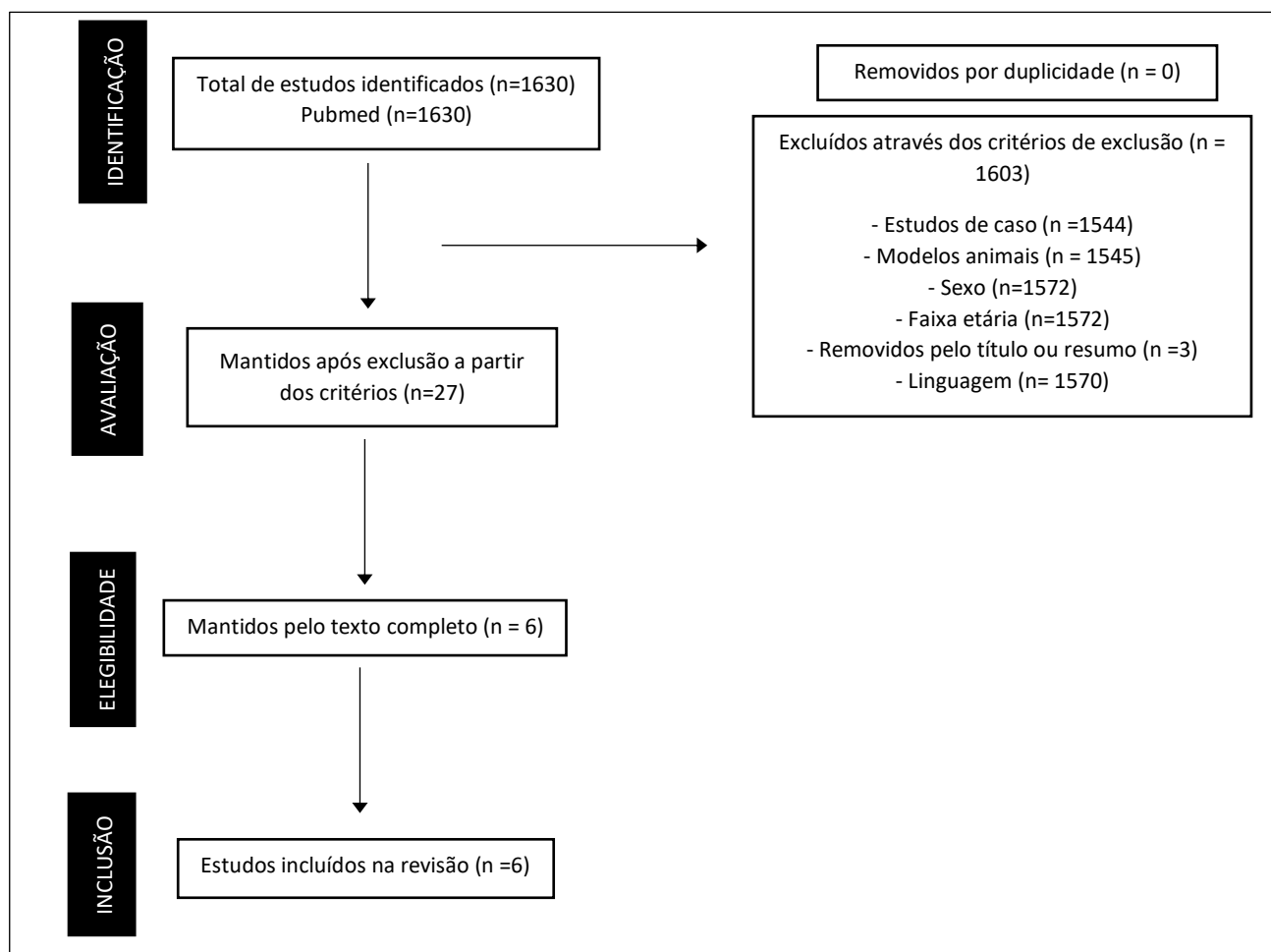


Figura 1. Fluxograma de seleção de artigos para a construção da revisão integrativa seguindo o modelo PRISMA (Principais Itens para Relatar Revisões Sistemáticas e Metanálises).

RESULTADOS

Inicialmente, este artigo de revisão reuniu 6 artigos originais baseados em seletividade alimentar em crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista. Os critérios estabelecidos foram divididos em: Autor, Título, Metodologia e Resultados (Tabela 1).

Autor (Ano)	Título	Metodologia	Resultado
SHARP et al (2019)	O Autismo, Gerenciando Aversões Alimentares e	38 participantes com faixa etária de 38 (3 anos) a 88 meses (7 anos). Dividindo-se entre 32 meninos e 6	19 participantes regrediram na seletividade alimentar; 1 participante agravou sua seletividade na semana 20; 12 participantes mantiveram sua seletividade inalterada; 2 participantes melhoraram

	Plano de Variedade Limitada versus educação dos pais.	meninas. Foi realizado um plano de refeição, para cada participante, desenvolvendo orientações parentais para aplicar os métodos realizados na pesquisa, que eram: introdução à alimentação com maior recusa de cada participante, variações de alimentos e promoção de comportamento adequado na hora das refeições.	parcialmente na semana 16; Na última semana, houve redução dos graus de seletividade alimentar nos participantes, com o percentual de 47,4%.
MORAES et al (2021)	Seletividade alimentar em crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista	73 participantes, em sua maioria, indivíduos do sexo masculino; foi utilizado anamnese, R24h, QFA, QICSA (Questionário de Identificação e Caracterização de Seletividade Alimentar) e Critérios Bandini, as variáveis de seletividade alimentar foram apuradas e confirmadas por meio da expressão de um ou mais domínios que compreende a seletividade: recusa alimentar, repertório limitado e alta frequência de um único alimento, determinando indivíduos seletivos ou não;	39 participantes obtiveram o diagnóstico de seletividade alimentar, após a avaliação, a recusa na seletividade alimentar foi considerada altamente significativa a 33% do oferecido. Caracterizada principalmente pela expressão de fatores e aspectos sensoriais com base no odor dos alimentos (56,4%), textura (53,9%), aparência (53,8%) e temperatura (51,3%).

OLIVEIRA et al (2021)	Muito além dos Nutrientes: Experiências e Conexões com Crianças Autistas a Partir do Cozinhar e Comer Juntos.	17 crianças e adolescentes entre 3 a 15 anos de idade, 4 não verbais, participaram de cinco oficinas culinárias em um refeitório de associação autista, com duração de 60 minutos para cada oficina, promovendo diversidades no contato de texturas, cores e consistências, através de diferentes alimentos para o manuseio de cada receita, gerando atos de comensalidade.	O alimento foi fator mediador devido a elevada interação entre a criança e o alimento, apontando a sensorialidade presente em todos os participantes com TEA. Todas as crianças desenvolveram contatos alimentares com os alimentos fornecidos sobre a mesa, com alta aceitabilidade do agente: textura.
SIDDIQI et al (2018)	Padrões Dietéticos e Medidas Antropométricas de Crianças Indianas com Transtorno do Espectro Autista	53 crianças, resumindo em 45 do sexo masculino e 8 do sexo feminino entre 2 a 13 anos de idade. Na avaliação dietética, elaborou-se QFA, R24h, para avaliar saciedade, lentidão na alimentação, agitação, capacidade de resposta alimentar, prazer na comida, e cuidados com a família.	Os resultados revelaram diminuição no consumo de frutas e vegetais, o que refletiu no seu status de baixo micronutrientes, onde os mais prevalentes foram: cálcio, riboflavina e niacina, causados pela seletividade alimentar. Observou-se o percentual de 100% de deficiência dos micronutrientes relatados. Os dados antropométricos apresentaram: eutrofia 40%, sobrepeso 33% e obesidade 26%.
ALMEIDA et al (2018)	Consumo de Ultraprocessados e Estado Nutricional de Crianças com Transtorno do Espectro Autista	29 crianças com idade entre 3 a 12 anos, com autismo. Foi utilizado o R24h, para registrar todos os alimentos ingeridos pela criança, classificando-os	Verificou-se o excesso de peso em 34,5% das crianças e o consumo de alimentos ultraprocessados foi responsável por 28% (560 kcal/dia) da contribuição calórica. Dividindo-se em: Alto consumo de carnes brancas, ovos, pão francês e biscoitos;

		através do Guia Alimentar da População Brasileira.	Baixo consumo de Hortaliças, sardinha, margarina. Antropometria encontrada: Excesso de peso 55,2% (n=16); Baixo peso 20,7% (n=6); Eutrofia 24,1% (n=7)
PETERSON et al (2019)	Ensaio Controlado Randomizado de Uma Intervenção Analítico-Comportamental Aplicada para Seletividade Alimentar em Crianças com Transtorno do Espectro do Autismo	6 participantes com idade entre 3 a 10 anos. Em 3 dias consecutivos, por 90 minutos, participaram de um registro alimentar para o início da intervenção, onde foi estruturado grupos alimentares com 16 novos alimentos saudáveis, escolhidos pelos pais e não preferidos pelos participantes, para a análise comportamental e aceitabilidade alimentar.	Observou-se um aumento na aceitação independente dos alimentos fornecidos e não preferidos entre os participantes. Foi verificado preferência de alimentos nutritivos entre cenoura e arroz, ampliando o repertório alimentar dos participantes envolvidos.

Tabela 1. Dados informativos dos artigos escolhidos para análise.

DISCUSSÃO

A discussão sobre a seletividade alimentar em indivíduos com TEA é extremamente importante, sobretudo quando são feitas análises a partir da forma como é feita as intervenções nesses indivíduos. Um estudo buscou uma intervenção controlada aplicada na seletividade alimentar, tendo como objetivo o aumento de repertório alimentar nas refeições dos participantes, ficando a família no auxílio apenas na escolha dos 16 novos alimentos que os pais gostariam de incluir na dieta, ⁶. Nesse sentido, o trabalho de SHARP (2019) vem mostrar que o gerenciamento de aversões alimentares é influenciado não apenas na terapia intensiva, mas também quando ocorre a implementação de trabalhos parentais em casa¹.

Esses aspectos tornaram-se referência de diferença nos estudos, haja vista por que os materiais de tratamento incluíam uma apostila para os pais com resumos dos tópicos das sessões e planilhas para promover compreensão dos mesmos e ajudar na implementação dos trabalhos de casa, e isso mostrou-se efetivo¹.

PETERSON (2019), alcançou resultados significativos a partir de 3 consultas a cada semana, com o tempo de duração de 4 horas e 30 minutos, durante 10 semanas, respeitando o nível de aceitação e intensidade no tratamento das consultas. Segundo SHARP (2019), foi possível notar uma evolução dos quadros clínicos de seletividade alimentar, de 68,4%, entretanto, confrontando a PETERSON (2019), nota-se aceitação de 80% dos alimentos ofertados na intervenção, ^{1,6}.

É percebido que OLIVEIRA (2021) e PETERSON (2019), destacam-se em seus estudos por não trazerem o R24h como material de pesquisa para intervenção, diferente dos demais, onde OLIVEIRA (2021) utiliza como ferramenta, oficinas culinárias e materiais multissensoriais, realizando trabalhos de desenvolvimento, coordenação motora, noção de espaço, quantidade e interação com alimento que proporciona experiências sensoriais de aceitação e degustação. A intencionalidade do estudo buscou diversidade de texturas e consistências diferentes, como: gelatinoso/cremoso, crocante e macio; gerando interações com os materiais e alimentos fornecidos sobre a mesa, comprovando que a comensalidade é um fator importante para a diminuição dos quadros de seletividade, ^{3,6}.

Paralelo a este estudo de OLIVEIRA (2021), PETERSON (2019) usa alimentos com menor nível de aceitação entre os participantes, dividindo-os em 4 grupos alimentares aleatórios, não definidos como padrão, visando alimentos que as crianças não possuíam costume de consumir, notando a maior aceitabilidade em dois alimentos destaques: cenoura e arroz, o que foi um fator importante para o consumo de novos alimentos saudáveis no cardápio das crianças, ambos os estudos também possuem o mesmo intuito dos demais artigos: diminuir o grau de seletividade alimentar e aumentar o contato das crianças com os alimentos, ^{3,6}.

Diferente do estudo de SHARP (2019); MORAES (2021) identificou que as crianças com TEA eram em sua maioria, do sexo masculino, corroborando com os achados de estudos em caráter epidemiológico, que demonstram que a incidência de TEA é quatro vezes mais comum entre os homens. Os principais padrões que foram verificados são em relação aos fatores e aspectos sensoriais que compreende a seletividade, caracterizando com base no odor, na textura, e na aparência dos alimentos, respectivamente: 56,4%; 53,9%; 53,8%; de incidências relacionadas a estas pesquisas, apresentando também, maior seletividade nos grupos de vegetais e frutas, ^{1,2}.

Comparando o estudo de MORAES (2021) ao de SIDDIQI (2018) novamente é abordado a maior prevalência do sexo masculino, observando 85% meninos e 15% meninas. Os dados antropométricos coletados envolveram medidas físicas que foram comparadas com os valores percentuais padrão, a maioria estava com peso normal 40%, cerca de 33% foram classificados como acima do peso e 26% representaram indivíduos com obesidade. Correlacionando ao estudo de ALMEIDA (2018), nota-se que o estado nutricional de crianças com Transtorno do Espectro Autista em São Luiz do Maranhão possui 24,1% para adequado, 34,5% para sobrepeso e 20,7% para obesidade, sendo consequência do favoritismo maior de alimentos ultra processados decorridos da seletividade,^{2,4,5}.

Por fim, OLIVEIRA (2021) avaliou uma intervenção comportamental, onde as crianças conseguiram obter conexões com o ambiente de refeição, através do ato de comensalidade, diminuindo características típicas do TEA quanto ao alimento, pois a presença de interação alimentar reforçou um jogo de relações que romperam fronteiras da seletividade alimentar, contrastado ao estudo anterior, MORAES (2021) buscou resultados de problemas relacionados a alimentação, mostrando a maior prevalência dos motivos de recusa alimentares, como: odor 56,4%, textura 53,9%, aparência 53,8% e sabor 48,7%, onde a intervenção aplicada, foi eficaz para aumentar o consumo de uma variedade de alimentos saudáveis entre crianças pequenas com TEA com seletividade alimentar,^{2,3}.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos estudos foi visto que, crianças e adolescentes autistas possuem seletividade alimentar devido a uma maior resistência em experimentar novos alimentos, podendo ser influenciados pela forma de apresentação do prato, ambiente onde está sendo realizada a refeição, também ao: odor, textura e coloração do alimento, ausência de comensalidade entre os pais e ao alto consumo de ultra processados, resultando em baixa aceitação de novos alimentos. O comportamento do autista durante o contato com o alimento é um fator comumente que leva aos quadros de diagnóstico de seletividade alimentar.

Como o TEA exerce forte influência na dinâmica familiar, a necessidade de promover um cuidado integral e longitudinal com o indivíduo autista torna-se importante, ademais, a melhora no consumo alimentar, com a presença de uma alimentação equilibrada e saudável, será capaz de gerar impactos positivos sobre o estado nutricional, o crescimento físico, o desenvolvimento e os sinais e

sintomas próprios do TEA. Torna-se evidente, portanto, a necessidade de terapias integrativas e planos de refeições individualizadas para a diminuição de quadros de seletividade no TEA.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Sharp WG. O Autismo Gerenciando Aversões Alimentares e Plano de Variedade Limitada vs. Educação dos Pais: Um Ensaio Clínico Randomizado, *The Journal of Pediatrics*, 27 de Março de 2019; 211, Atlanta – Estados Unidos;
2. Moraes LS. Seletividade Alimentar em Crianças e Adolescentes com Transtorno do Espectro Autista, *Revista da Associação Brasileira de Nutrição*, 2 de Abril de 2021, Universidade Federal de Pelotas- Brasil;
3. Oliveira BMF. Muito Além dos Nutrientes: Experiências e Conexões com Crianças Autistas a partir do cozinhar e comer juntos, *Cadernos de Saúde Pública*, 4 de Setembro de 2020, Universidade Federal de São Paulo- Brasil;
4. Siddiqi S. Padrões dietéticos e Medidas Antropométricas de Crianças Indianas com Transtorno do Espectro do Autismo, *Jornal de Autismo e Transtorno do Desenvolvimento*, 15 de Dezembro de 2018, Departamento de Estudos em Ciência de Alimentos e Nutrição, Universidade- Índia;
5. Almeida AKA. Consumo de Ultraprocessados e Estado Nutricional de Crianças com Transtorno do Espectro do Autismo; *Promoção da Saúde*, 26 de Setembro de 2018, Universidade CEUMA- São Luiz- (MA) - Brasil;
6. Peterson KM. Ensaio Controlado Randomizado de uma Intervenção Analítico Comportamental Aplicada para Seletividade Alimentar em Crianças com Transtorno do Espectro do Autismo; *Jornal de Análise Comportamental Aplicada*; 13 de Agosto de 2019, Instituto Munroe-Meyer da Universidade de Nebraska Medical Center- Estados Unidos.