

Nutrição No Transtorno Do Espectro Autista

Milena Alves da Silva
Faculdade Laboro, PR

Resumo

Pode-se observar que, o baixo consumo de frutas e verduras, bem como, o alto consumo de alimentos ultra processados, muito contribuem em sobrepeso na parcela estudada ao autistas, que também o consumo de glúten, evidenciam-se resultados contraditórios, podendo ou não ocasionar hiperatividade e um desequilíbrio do trato gastrointestinal, indicando que o tema necessita de mais estudos concretos.

Palavras-Chave: Saúde; Transtorno do Espectro Autista (TEA). Obesidade; Nutrição; Seletividade Alimentar.

Nutrição No Transtorno Do Espectro Autista

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) tem sido apresentado enquanto um transtorno no desenvolvimento que prejudica a capacidade de se comunicar e interagir do indivíduo acometido por tal deficiência que, afeta, sobretudo, o sistema nervoso, muitas vezes incidindo em alterações na capacidade cognitiva e nas interações sociais (CAETANO; GURGEL et al., 2018).

A literatura científica tem mostrado, com relação à alimentação, três aspectos mais marcantes: seletividade, recusa e indisciplina. Os autistas são mais seletivos e resistentes ao novo, a experimentar comidas e sabores novos. Em relação a recusa, o autista recusa-se a comer alimentos variados, diminuindo, assim, a variedade de nutrientes ingeridos, podendo levar às carências nutricionais. Ainda, a indisciplina contribui para a inadequação alimentar (CARVALHO et al., 2012).

De tal modo, a nutrição funcional surge como uma ciência integrativa, que compreende aspectos bioquímicos únicos de cada indivíduo, a fim de identificar todos os sinais e sintomas relacionados aos déficits ou toxicidades de nutrientes, dentro de uma teia de fatores fisiológicos. Portadores do transtorno podem desenvolver disbiose (desequilíbrio da flora intestinal), logo, sendo importante uma reparação intestinal. Para

Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 01 de abril de 2022

² Aluno do Nutrição Clínica Funcional e Fitoterápica /, e-mail: milena0967@aluno.laboro.edu.br

³ Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestra em Comunicação. e-mail: professorabruna.almeida@gmail.com

reparo da mucosa intestinal, antioxidantes e anti-inflamatórios, como zinco, ferro, glutamina, ácido fólico, vitaminas E, A, B12 e C são essenciais (MARQUES et al., 2013).

Um outro fator relevante para a ação da nutrição funcional em auxílio aos autistas tem relação com o fato de que, a união de vitaminas também auxilia no controle da hiperatividade e irritabilidade do portador. Gorduras monoinsaturadas e ômega 3 melhoram a fluidez das membranas dos enterócitos. A glutamina otimiza a integridade física e imunológica da mucosa gastrointestinal. O zinco contribui na resposta imune e produção de neurotransmissores e combate ao estresse oxidativo. Além disso, deve ser considerada a individualidade da criança, no momento da inclusão de alimentos no plano alimentar, como sugere a nutrição funcional (MARQUES et al., 2013).

Um dado salutar evidenciado que, alguns autores afirmam que, o glúten e a caseína trazem sensação de prazer, que por sua vez causam hiperatividade, falta de concentração, irritabilidade, dificuldade na interação da comunicação e sociabilidade, além de uma possível alergia e sensibilidade (CARVALHO et al., 2012).

A maioria dos indivíduos portadores do autismo apresentam casos de obesidade e problemas como infecções intestinais, déficits cognitivos, agitação, problemas de comunicação, hiperatividade e agressividade. Muitos portadores do autismo chegam em graus mais avançadas do transtorno por falta de cuidados nutricionais desde da infância. Essas complicações relacionadas à nutrição podem piorar o estado do indivíduo.

A intervenção nutricional pode permitir a escolha correta dos alimentos, e também a melhor maneira de preparo. Desta forma o cuidado nutricional ajudará o autista a evitar problemas intestinais, melhorar a hiperatividade, evitando a vulnerabilidade do paciente e proporcionando melhor qualidade de vida, retardando os sintomas e a progressividade do transtorno.

O objetivo do estudo é levantar e apresentar informações sobre a nutrição do autista, de forma a ajudar o portador e a família na qualidade da alimentação do mesmo. Além de entender as reações do autista a determinados alimentos, buscando amenizar alguns sintomas da doença e melhorando qualidade de vida.

Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 01 de abril de 2022

² Aluno do Nutrição Clínica Funcional e Fitoterápica /, e-mail: milena0967@aluno.laboro.edu.br

³ Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestra em Comunicação. e-mail: professorabruna.almeida@gmail.com

Explicar o conhecimento sobre o transtorno do Espectro Autista, bem como a importância dos cuidados dos pais ou responsáveis envolvidos, principalmente da nutrição, verificando a relação da alimentação com o transtorno. Espera-se encontrar a influência da alimentação para prevenção e progressão ao grau do autismo, contribuindo na qualidade de vida do portador.

Foi realizada pesquisa de artigos em base de dados científicos, além da literatura sobre o tema e selecionados artigos publicados nos últimos 10 anos. Ao analisar os artigos foi verificado que os pais estão cada vez mais buscando ajuda nutricional para a melhora no desenvolvimento dos portadores, devido as suas escolhas inadequadas de alimentos.

Diante disso foi observado baixo consumo de frutas e verduras e alto consumo de alimentos ultraprocessados. Foi observado estudos sobre o consumo de glúten, que obteve resultados contraditórios podendo ou não ocasionar hiperatividade e um desequilíbrio do trato gastrointestinal, indicando que o tema necessita de mais estudos concretos.

REFERÊNCIAS

CAETANO, Maria Vanuza; GURGEL, Daniel Cordeiro. Perfil nutricional de crianças portadoras do transtorno do espectro autista. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 31, n. 1, p. 1-11, jan./mar., 2018.

CARVALHO, Jair Antônio. Nutrição e autismo: considerações sobre a alimentação do autista, 2012.

DOMINGUES, Gislaine. Relação entre medicamentos e ganho de peso em indivíduos portadores de autismo e outras síndromes relacionadas. Mato Grosso do Sul: Nutrição Ativa, 2007.

MARQUES, Hugo Braz. Proposição de Guia Alimentar Funcional para Crianças com Espectro Autista. *Revista Brasileira de Nutrição Funcional*, 7, 2013

Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 01 de abril de 2022

² Aluno do Nutrição Clínica Funcional e Fitoterápica /, e-mail: milena0967@aluno.laboro.edu.br

³ Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestra em Comunicação. e-mail: professorabruna.almeida@gmail.com