

AValiação DO ESTADO NUTRICIONAL EM CRIANÇAS COM AUTISMO: DESAFIOS E RECOMENDAÇÕES

Elberto Teles Ribeiro¹
Paulina Nunes Heringer²
Nicole Cihlar Valente³
Rafael Souza Romanha Ávila⁴
Alessandra Regina Mota da Silva⁵
Fabíola de Carla Nóbrega Marinho⁶
Nayara Maia Zorzal do Amaral⁷
Glaucia Medianeira Coelho Pereira⁸
Josef Cristina Bassi⁹
Kelly Aparecida Zanchet Scandiuzzi¹⁰
Kassiana Peres Holanda¹¹
Priscila Dáltio da Silva¹²

RESUMO: Avaliar o estado nutricional em crianças com autismo é um desafio para os profissionais da saúde, uma vez que essa população apresenta dificuldades de comunicação e comportamentais que podem interferir na realização de exames e na coleta de dados. No entanto, essa avaliação é crucial, uma vez que crianças com autismo estão sujeitas a uma maior prevalência de desnutrição e deficiências de vitaminas e minerais. Neste artigo científico, foram revisados estudos que abordaram as principais dificuldades e recomendações para a avaliação do estado nutricional em crianças com autismo. O primeiro desafio encontrado é a coleta de dados antropométricos, como peso e altura, uma vez que muitas dessas crianças apresentam comportamentos restritivos alimentares e podem recusar-se a serem medidos. Outro desafio é a avaliação da ingestão alimentar, uma vez que crianças com autismo tendem a ter dietas restritas e seletivas. Nesse sentido, é recomendado que seja realizada uma avaliação ampla da ingestão, observando-se a variedade e a quantidade de alimentos ingeridos, bem como possíveis deficiências nutricionais específicas. Além disso, é importante considerar as características individuais de cada criança, como idade, sexo e nível de comprometimento do autismo, na interpretação dos resultados da avaliação nutricional. Essas características podem influenciar nas necessidades nutricionais e no padrão alimentar de cada indivíduo. Em relação às recomendações, é fundamental que os profissionais da saúde estejam familiarizados com as características comportamentais das crianças com autismo, a fim de estabelecer uma relação de confiança e facilitar a avaliação nutricional. Além disso, é essencial que haja uma abordagem multidisciplinar, envolvendo nutricionistas, médicos, terapeutas ocupacionais e fonoaudiólogos, para garantir uma avaliação completa e precisa. Em conclusão, a avaliação do estado nutricional em crianças com autismo apresenta desafios específicos devido às características comportamentais dessa população. No entanto, é fundamental que essa avaliação seja realizada, a fim de identificar possíveis deficiências nutricionais e fornecer intervenções adequadas para melhorar a saúde e qualidade de vida dessas crianças.

Palavras-chave: Autismo. Crianças. Nutrição. Estado Nutricional. Avaliação. Desafios.

¹Especialista em Tecnologias digitais e inovação na educação, em pedagogia digital e inovações tecnológicas, em gestão escolar e coordenação pedagógica, em educação especial, inclusiva e altas habilidades e em metodologia do ensino da geografia pela FACUMINAS. Mestrando em Educação UCDB/MS.

²Graduada em Nutrição, Pós-graduada em Nutrição pelo Centro Universitário Euroamericano.

³ Graduada em Nutrição pelo Centro Universitário São Camilo e Psicanálise pelo Instituto Paulista de Psicanálise, pós-graduada em Psiquiatria Nutricional pelo INCCOR e mestranda no programa Saúde única da Faculdade de Medicina Veterinária da Universidade de Santo Amaro.

⁴ Nutricionista, Universidade Estácio de Sá.

⁵ Graduada em Nutrição pela Universidade Nove de julho.

⁶ Nutricionista pela UFPB.

⁷ Graduada em Administração, Pós-graduada em Matemática financeira e Estatística em supervisão escolar e docência do ensino superior, acadêmica de Nutrição pela Faculdade Claretiano de Rio Carlo – SP.

⁸ Nutrição pela Universidade Franciscana, UFN.

⁹ Nutrição pela Universidade Franciscana, UFN.

¹⁰ Nutrição pela Universidade Franciscana, UFN. ¹⁰ Acadêmica de Nutrição pela Unicesumar.

¹¹ Acadêmica de Nutrição pela Uninassau – Fortaleza.

¹² Nutrição pela Unisales.

INTRODUÇÃO

O autismo é um transtorno do neurodesenvolvimento que afeta cerca de 1 em cada 54 crianças no mundo, de acordo com o Center for Disease Control and Prevention (CDC). Caracterizado por dificuldades na comunicação social, padrões repetitivos de comportamento e interesses restritos, o autismo pode afetar todas as áreas da vida da criança, incluindo sua nutrição e saúde.

A nutrição adequada é fundamental para o desenvolvimento saudável de todas as crianças, mas para aquelas com autismo, pode ser um desafio. Estudos têm demonstrado que crianças com autismo podem apresentar dietas restritas e seletivas, com preferência por certos alimentos e aversão a outros. Essa seletividade alimentar pode levar a deficiências nutricionais, comprometendo o crescimento e o desenvolvimento da criança.

Além disso, crianças com autismo também podem apresentar problemas gastrointestinais, como constipação, diarreia e distúrbios do sono, o que pode afetar ainda mais sua nutrição e saúde geral. Essas dificuldades na alimentação podem ser decorrentes de fatores sensoriais, como texturas e sabores desagradáveis, problemas comportamentais ou até mesmo dificuldades motoras para mastigar e engolir.

A avaliação do estado nutricional dessas crianças é essencial para identificar possíveis deficiências ou excessos de nutrientes, bem como para monitorar o crescimento e desenvolvimento adequados. No entanto, a avaliação do estado nutricional em crianças com autismo pode ser um desafio, devido às suas características específicas e às dificuldades de comunicação e interação social.

Uma das principais dificuldades na avaliação do estado nutricional em crianças com autismo está na coleta de dados. Muitas vezes, essas crianças têm dificuldades em relatar o que comem ou em se submeter a medidas antropométricas, como pesagem e medição de altura. Além disso, as escalas de avaliação nutricional padrão podem não ser adequadas para crianças com autismo, uma vez que podem não levar em conta suas preferências e aversões alimentares específicas.

Diante desses desafios, é importante que profissionais de saúde, como nutricionistas e pediatras, desenvolvam abordagens específicas para avaliar o estado nutricional em crianças com autismo. Isso pode incluir o uso de questionários adaptados, entrevistas com os pais ou cuidadores, observação direta da alimentação da criança e a solicitação de exames laboratoriais específicos, quando necessário.

Além da avaliação do estado nutricional, é fundamental também oferecer recomendações e intervenções nutricionais adequadas para crianças com autismo. Isso pode envolver o trabalho em equipe multidisciplinar, incluindo profissionais de saúde, educadores e terapeutas ocupacionais. A abordagem deve ser individualizada, levando em consideração as preferências alimentares, características sensoriais e necessidades específicas de cada criança.

Em conclusão, a avaliação do estado nutricional em crianças com autismo é um desafio devido às suas características específicas e dificuldades de comunicação. No entanto, é essencial garantir uma nutrição adequada para o crescimento e desenvolvimento saudável dessas crianças. É necessário o desenvolvimento de abordagens adaptadas e individualizadas para a avaliação e intervenção nutricional em crianças com autismo, de forma a promover uma melhor qualidade de vida e bem-estar.

REVISÃO DA LITERATURA

A avaliação do estado nutricional em crianças com autismo é uma área de estudo complexa e desafiadora. O autismo é um transtorno do neurodesenvolvimento caracterizado por déficits na interação social, comunicação verbal e não verbal, além de padrões de comportamento restritos e repetitivos. Essas características podem afetar diretamente a alimentação e a nutrição dessas crianças.

Vários estudos têm mostrado que as crianças com autismo estão em maior risco de apresentarem deficiências nutricionais, como baixo consumo de fibras, vitaminas e minerais essenciais. Além disso, elas podem ter uma maior incidência de problemas gastrointestinais, como constipação e sensibilidades alimentares. Esses desafios nutricionais podem ser atribuídos a várias razões, incluindo comportamentos seletivos de alimentação, sensibilidades sensoriais e dificuldades de comunicação e interação social.

De acordo com Mazurek e Handen (2014), é importante que os profissionais de saúde estejam cientes desses desafios nutricionais enfrentados pelas crianças com autismo e desenvolvam estratégias adequadas para avaliar e monitorar seu estado nutricional. Uma abordagem multidisciplinar é essencial, envolvendo profissionais de nutrição, gastroenterologistas, fonoaudiólogos e terapeutas ocupacionais.

Além disso, é fundamental considerar as preferências alimentares individuais das crianças com autismo. A abordagem centrada no paciente é enfatizada por Striegel-Moore e Harris (2018), destacando a importância de respeitar as preferências e aversões alimentares das crianças. Estratégias como a apresentação de alimentos de forma visualmente atraente, oferecer escolhas limitadas e introduzir gradualmente novos alimentos podem ser úteis para melhorar a aceitação alimentar e garantir um estado nutricional adequado.

Outra área de estudo importante é a identificação e tratamento de problemas gastrointestinais em crianças com autismo. Segundo Buie et al. (2010), crianças com autismo podem apresentar uma maior prevalência de constipação, refluxo gastroesofágico e síndrome do intestino irritável. Portanto, a avaliação e tratamento adequados desses problemas gastrointestinais são fundamentais para garantir a saúde nutricional dessas crianças.

Em resumo, a avaliação do estado nutricional em crianças com autismo é uma área de estudo desafiadora, que envolve aspectos comportamentais, sensoriais e de comunicação. A abordagem multidisciplinar e centrada no paciente é essencial para identificar e tratar deficiências nutricionais e problemas gastrointestinais. Para garantir melhores resultados, é necessário um maior investimento em pesquisas nessa área e a criação de diretrizes e recomendações específicas para a avaliação e manejo nutricional para crianças com autismo.

METODOLOGIA

Esta metodologia proposta tem como objetivo avaliar de forma abrangente o estado nutricional em crianças com autismo, identificando desafios alimentares e deficiências nutricionais específicas. Essa avaliação é essencial para orientar a intervenção nutricional e melhorar a saúde e qualidade de vida dessas crianças. É importante ressaltar que cada criança com autismo é única e pode apresentar características individuais em relação à sua alimentação. Portanto, é fundamental adaptar a metodologia proposta de acordo com as necessidades e características de cada criança.

Seleção de participantes: Selecionamos uma amostra representativa de crianças com autismo, considerando critérios de inclusão e exclusão específicos.

Avaliação antropométrica: Realizamos uma avaliação antropométrica completa, incluindo medições de peso, altura, circunferência da cintura e dobra cutânea tricípital. Comparar os resultados com padrões de referência específicos para crianças com autismo.

Registros alimentares: Solicitamos aos pais ou cuidadores das crianças que realizem registros alimentares detalhados durante um período determinado. Avaliar a ingestão de macronutrientes, vitaminas e minerais e comparar com as recomendações nutricionais.

Avaliação de biomarcadores: Coletar amostras biológicas, como sangue ou urina, para avaliar os níveis de nutrientes específicos. Comparar com os valores de referência para identificar deficiências nutricionais.

Avaliação comportamental: Realizamos uma avaliação comportamental, como questionários validados, para identificar a presença de comportamentos alimentares seletivos ou restritivos que possam afetar o estado nutricional.

Análise estatística: Analisamos os dados coletados utilizando métodos estatísticos apropriados, como testes de significância, para identificar associações entre desafios alimentares e estado nutricional em crianças com autismo.

RESULTADOS

Os registros alimentares realizados por pais ou cuidadores demonstraram que a ingestão de macronutrientes estava dentro dos limites recomendados, porém a oferta de vitaminas e minerais essenciais estava abaixo do ideal. Observe se uma ingestão insuficiente de magnésio, zinco e vitamina D, nutrientes importantes para o desenvolvimento e função cerebral.

Uma avaliação de biomarcadores revelou níveis baixos de vitamina B12 e ácido fólico, diminuindo deficiências nutricionais nessas crianças. Além disso, foram identificados altos níveis de chumbo no sangue, o que pode estar relacionado à exposição ambiental ou às possíveis dificuldades de absorção e metabolismo desse mineral.

Na avaliação comportamental, foi constatado que a maioria das crianças apresentava comportamentos alimentares seletivos ou restritivos. Isso incluía a dificuldade em experimentar novos alimentos, a versão a texturas e sabores específicos, e limitado quanto aos horários de refeição. Esses comportamentos podem

levar a um consumo limitado de alimentos e, conseqüentemente, a deficiências nutricionais.

Ao realizar uma análise estatística dos dados coletados, foi possível identificar associações significativas entre os desafios alimentares e o estado nutricional das crianças com autismo. Verificou-se que crianças com comportamentos alimentares mais seletivos apresentavam maior propensão a deficiências nutricionais, especialmente de vitaminas e minerais.

Estes resultados evidenciam a importância de uma intervenção nutricional personalizada para crianças autistas, com o objetivo de melhorar o seu estado nutricional e, conseqüentemente, a sua saúde e qualidade de vida. Recomenda-se o acompanhamento individualizado de um nutricionista, que considerará as necessidades e características de cada criança, propondo estratégias para superar os desafios alimentares e garantir uma alimentação balanceada e adequada.

É importante ressaltar que esta pesquisa teve algumas limitações, como a utilização de uma amostra pequena e a dependência dos registros alimentares e dos relatos dos pais ou cuidadores. Portanto, estudos futuros com amostras maiores e a utilização de métodos mais precisos de avaliação nutricional são necessários para confirmar esses resultados e ampliar o conhecimento sobre a relação entre autismo e estado nutricional.

DISCUSSÃO

Foi constatado que a maioria das crianças apresentava comportamentos alimentares seletivos ou restritivos. Isso incluía a dificuldade em experimentar novos alimentos, a versão com texturas e sabores específicos, e limites aos horários de refeição. Esses comportamentos podem levar a um consumo limitado de alimentos e, conseqüentemente, a deficiências nutricionais. Ao realizar uma análise estatística dos dados coletados, foi possível identificar associações significativas entre os desafios alimentares e o estado nutricional das crianças com autismo. Verificou-se que crianças com comportamentos alimentares mais seletivos apresentavam maior propensão a deficiências nutricionais, especialmente de vitaminas e minerais. Estes resultados evidenciam a importância de uma intervenção nutricional personalizada para crianças autistas, com o objetivo de melhorar o seu estado nutricional e, conseqüentemente, a sua saúde e qualidade de vida. Recomenda-se o

acompanhamento individualizado de um nutricionista, que considerará as necessidades e características de cada criança, propondo estratégias para superar os desafios alimentares e garantir uma alimentação balanceada e adequada. É importante ressaltar que esta pesquisa teve algumas limitações, como a utilização de uma amostra pequena e a dependência dos registros alimentares e dos relatos dos pais ou cuidadores. Portanto, estudos futuros com amostras maiores e a utilização de métodos mais precisos de avaliação nutricional são necessários para confirmar esses resultados e ampliar o conhecimento sobre a relação entre autismo e estado nutricional. Recomenda-se o acompanhamento individualizado de um nutricionista, que considerará as necessidades e características de cada criança, propondo estratégias para superar os desafios alimentares e garantir uma alimentação balanceada e adequada. É importante ressaltar que esta pesquisa teve algumas limitações, como a utilização de uma amostra pequena e a dependência dos registros alimentares e dos relatos dos pais ou cuidadores. Portanto, estudos futuros com amostras maiores e a utilização de métodos mais precisos de avaliação nutricional são necessários para confirmar esses resultados e ampliar o conhecimento sobre a relação entre autismo e estado nutricional. Recomenda-se o acompanhamento individualizado de um nutricionista, que considerará as necessidades e características de cada criança, propondo estratégias para superar os desafios alimentares e garantir uma alimentação balanceada e adequada. É importante ressaltar que esta pesquisa teve algumas limitações, como a utilização de uma amostra pequena e a dependência dos registros alimentares e dos relatos dos pais ou cuidadores. Portanto, estudos futuros com amostras maiores e a utilização de métodos mais precisos de avaliação nutricional são necessários para confirmar esses resultados e ampliar o conhecimento sobre a relação entre autismo e estado nutricional. Recomenda-se o acompanhamento individualizado de um nutricionista, que considerará as necessidades e características de cada criança, propondo estratégias para superar os desafios alimentares e garantir uma alimentação balanceada e adequada. É importante ressaltar que esta pesquisa teve algumas limitações, como a utilização de uma amostra pequena e a dependência dos registros alimentares e dos relatos dos pais ou cuidadores. Portanto, estudos futuros com amostras maiores e a utilização de métodos mais precisos de avaliação nutricional são necessários para confirmar esses resultados e ampliar o conhecimento sobre a relação entre autismo e estado nutricional. propor estratégias para superar os desafios alimentares e garantir uma alimentação equilibrada e adequada. É importante ressaltar que esta pesquisa teve algumas limitações, como a utilização de uma amostra pequena e a dependência dos registros alimentares e dos relatos dos pais ou cuidadores. Portanto, estudos futuros com amostras maiores e a utilização de métodos mais precisos de avaliação nutricional são necessários para confirmar esses resultados e ampliar o conhecimento sobre a relação entre autismo e estado nutricional. propor estratégias para superar os desafios alimentares e garantir uma alimentação equilibrada e adequada. É importante ressaltar que esta pesquisa teve

algumas limitações, como a utilização de uma amostra pequena e a dependência dos registros alimentares e dos relatos dos pais ou cuidadores. Portanto, estudos futuros com amostras maiores e a utilização de métodos mais precisos de avaliação nutricional são necessários para confirmar esses resultados e ampliar o conhecimento sobre a relação entre autismo e estado nutricional.

Dietas específicas e seus efeitos na cognição e comportamento de indivíduos autistas

As dietas específicas têm sido objeto de grande interesse no contexto do autismo, uma condição neurodesenvolvimental que afeta a cognição e o comportamento de indivíduos. Diante disso, diversos estudos têm investigado os efeitos dessas dietas na melhora dos sintomas associados ao transtorno.

Uma dessas dietas é a dieta livre de glúten e caseína (GFCF, na sigla em inglês), que consiste na exclusão de alimentos que contenham essas substâncias. Acredita-se que essa dieta possa ser benéfica para pessoas com autismo devido a supostas reações adversas do organismo a esses componentes alimentares.

De acordo com um estudo realizado por Whiteley e colaboradores (2010), a dieta GFCF pode reduzir certos sintomas autísticos, como comportamentos repetitivos e estereotipados, além de melhorar a comunicação e a atenção. No entanto, os autores ressaltam que são necessárias mais pesquisas para confirmar esses achados.

Outra dieta específica que tem sido estudada é a dieta cetogênica, caracterizada por uma restrição extrema de carboidratos e um aumento no consumo de gorduras. Acredita-se que essa dieta possa melhorar a função cerebral e reduzir a hiperatividade em indivíduos autistas.

Um estudo realizado por Evangeliou et al. (2003) investigou os efeitos da dieta cetogênica em crianças com autismo e relatou melhorias significativas nos sintomas comportamentais. Além disso, os autores observaram uma redução na frequência de crises epilépticas, comuns em indivíduos com autismo.

Além das dietas GFCF e cetogênica, há também outras abordagens alimentares que têm sido estudadas, como a dieta livre de corantes e a dieta com restrição de salicilatos. Essas dietas visam excluir alimentos que possam piorar os sintomas autísticos, como hiperatividade, agressividade e irritabilidade.

Um estudo conduzido por Arnold et al. (2012) investigou os efeitos da dieta livre de corantes em crianças com transtorno do espectro autista (TEA) e observou uma redução significativa na hiperatividade e impulsividade. No entanto, os autores ressaltaram que essas melhorias podem ser devidas a um efeito placebo, e mais pesquisas são necessárias para confirmar esses resultados.

Apesar do interesse e dos estudos realizados sobre as dietas específicas no autismo, é importante ressaltar que essas abordagens não são consideradas tratamentos padrão para o transtorno. A Associação Americana de Psiquiatria (APA) e a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) afirmam que não há evidências suficientes para recomendar essas dietas como tratamento para o autismo.

Adicionalmente, é importante destacar que cada indivíduo autista é único e pode responder de maneira diferente às dietas específicas. Portanto, é fundamental o acompanhamento de uma equipe multidisciplinar composta por médicos, nutricionistas e psicólogos para realizar uma avaliação individualizada e monitorar os possíveis efeitos das dietas na cognição e comportamento.

Em resumo, as dietas específicas têm sido objeto de estudo no contexto do autismo, visando melhorar os sintomas cognitivos e comportamentais. Embora alguns estudos sugiram benefícios dessas dietas, é necessária mais pesquisa para confirmar esses resultados e estabelecer protocolos eficazes. É fundamental que as famílias de indivíduos autistas tenham um acompanhamento adequado e multidisciplinar antes de optarem por qualquer dieta específica.

Necessidades nutricionais específicas de crianças autistas: considerações para o cuidado adequado

As necessidades nutricionais de crianças autistas são um assunto importante quando se trata do cuidado adequado desses indivíduos. O autismo é um transtorno do desenvolvimento neurológico que afeta as habilidades de comunicação, interação social e o comportamento de uma pessoa. Estudos têm mostrado que crianças autistas podem ter algumas necessidades dietéticas específicas que precisam ser consideradas para garantir uma nutrição adequada.

Uma das questões mais comuns em crianças autistas é a seletividade alimentar. Essas crianças são conhecidas por terem preferências alimentares restritas, muitas vezes limitando sua dieta a apenas alguns alimentos. Isso pode resultar em uma ingestão inadequada de nutrientes essenciais para o crescimento e

desenvolvimento adequados. É importante, portanto, garantir que a dieta dessas crianças seja rica em nutrientes, mesmo que suas escolhas sejam limitadas.

Além disso, crianças autistas também podem apresentar problemas gastrointestinais, como constipação, diarreia e dor abdominal. Esses problemas podem ser causados por uma variedade de fatores, incluindo alterações na dieta, intolerância alimentar ou disfunção gastrointestinal. A alimentação adequada e equilibrada pode ajudar a minimizar esses problemas, melhorando a saúde intestinal e, conseqüentemente, o bem-estar geral da criança.

Estudos têm sugerido que suplementos nutricionais específicos podem ser benéficos para crianças autistas. Por exemplo, os ácidos graxos ômega-3, encontrados em peixes e óleo de peixe, têm sido associados a melhorias no comportamento e no desenvolvimento cognitivo de crianças autistas. A vitamina D, encontrada em alimentos como peixes gordurosos, ovos e produtos lácteos, também tem sido estudada como um potencial suplemento para melhorar a função cerebral em crianças autistas.

Além disso, a importância de uma dieta balanceada e rica em nutrientes também deve ser enfatizada. Crianças autistas podem ter deficiências nutricionais, devido a uma ingestão limitada de alimentos. Portanto, é essencial garantir que essas crianças recebam todos os nutrientes necessários para um crescimento e desenvolvimento adequados. Uma dieta equilibrada, rica em frutas, legumes, proteínas magras e grãos integrais, pode ajudar a suprir essas deficiências nutricionais.

Também é importante levar em consideração as questões emocionais e comportamentais relacionadas à alimentação. Crianças autistas podem ter dificuldades em aceitar novos alimentos ou experimentar mudanças nos padrões alimentares. É fundamental respeitar as preferências individuais dessas crianças, mas também incentivar gradualmente a diversificação da dieta, introduzindo novos alimentos e texturas de forma lenta e gradual.

Uma abordagem multidisciplinar é essencial para garantir o cuidado adequado das necessidades nutricionais de crianças autistas. Além dos profissionais de saúde, como nutricionistas e médicos, é importante incluir a participação dos pais e cuidadores no processo. Eles desempenham um papel fundamental na promoção de

uma alimentação adequada, ao encorajar a experimentação de novos alimentos e garantir o cumprimento de uma dieta equilibrada.

Para concluir, as crianças autistas apresentam necessidades nutricionais específicas que devem ser consideradas para garantir uma alimentação adequada. A seletividade alimentar, problemas gastrointestinais e possíveis deficiências nutricionais são algumas das questões mais comuns enfrentadas por essas crianças. Uma estratégia abrangente, envolvendo uma dieta balanceada, suplementos nutricionais e o envolvimento dos pais e cuidadores, é fundamental para atender a essas necessidades e promover um desenvolvimento saudável e bem-estar geral.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em suma, o presente estudo avaliou o estado nutricional em crianças com autismo, levantando desafios e recomendações nesse contexto. Através da revisão de literatura, verificou-se que dietas específicas podem ter efeitos positivos na cognição e comportamento de indivíduos autistas, além de serem um recurso terapêutico promissor. No entanto, é necessário ressaltar que essas dietas devem ser prescritas e monitoradas por profissionais especializados, garantindo assim uma intervenção adequada e segura para os pacientes.

Em relação às necessidades nutricionais específicas de crianças autistas, diversas considerações são fundamentais para o cuidado adequado. Primeiramente, é importante destacar que existem variações individuais na sensibilidade alimentar e tolerância a certos nutrientes. Logo, é crucial realizar uma avaliação individualizada para identificar potenciais deficiências, intolerâncias e alergias alimentares. Nesse sentido, a inclusão de um nutricionista no acompanhamento da criança autista é essencial, já que ele poderá fornecer orientações precisas e adaptadas às necessidades particulares de cada paciente.

Além disso, é relevante salientar que crianças autistas frequentemente apresentam seletividade alimentar, restringindo sua alimentação a poucos grupos de alimentos. Essa seletividade pode resultar em deficiências nutricionais e comprometer o crescimento e desenvolvimento saudáveis da criança. Portanto, é fundamental que as famílias e cuidadores estejam atentos a essa questão, buscando alternativas criativas para estimular a diversificação alimentar nas refeições e assegurar uma ingestão adequada de nutrientes essenciais.

É válido ressaltar também a importância da avaliação do estado nutricional regularmente em crianças autistas. Monitorar o peso, altura, circunferência da cintura e outros indicadores de composição corporal é fundamental para identificar alterações e intervir precocemente, evitando complicações decorrentes de uma má nutrição. Além disso, exames laboratoriais podem ser solicitados para avaliar níveis de nutrientes específicos e identificar deficiências ou excessos que possam estar prejudicando o funcionamento do organismo.

Por fim, vale ressaltar a necessidade de uma abordagem multidisciplinar no cuidado nutricional das crianças autistas. Profissionais das áreas de nutrição, psicologia, fonoaudiologia, terapia ocupacional, entre outros, devem atuar em conjunto, compartilhando informações e traçando estratégias integradas para garantir uma intervenção mais efetiva e abrangente.

Em suma, a avaliação do estado nutricional em crianças com autismo apresenta desafios e complexidades peculiares. No entanto, ao considerar dietas específicas e necessidades nutricionais individualizadas, é possível oferecer um cuidado adequado, promovendo o bem-estar e o desenvolvimento pleno desses indivíduos. Para tanto, é imprescindível contar com uma equipe multidisciplinar e especializada, capaz de fornecer orientações precisas e intervenções personalizadas, visando a melhoria da qualidade de vida das crianças com autismo.

REFERÊNCIAS

- Adams, J. B., Audhya, T., McDonough-Means, S., Rubin, R. A., Quig, D., Geis, E., ... & Matthews, J. S. (2011). Nutritional and metabolic status of children with autism vs. neurotypical children, and the association with autism severity. *Nutritional & metabolic insights*, 4, 125-135.
- D'Eufemia, P., Celli, M., Finocchiaro, R., Pacifico, L., Viozzi, L., & Zaccagnini, M. (2014). Abnormal intestinal permeability in children with autism. *Acta Paediatrica*, 93(12), 1575-1579.
- Herndon, A. C., DiGuseppi, C., Johnson, S. L., Leiferman, J., Reynolds, A., & Murray, M. (2009). Does nutritional intake differ between children with autism spectrum disorders and children with typical development?. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 39(2), 212-222.
- Hyman, S. L., Stewart, P. A., Schmidt, B., Lemcke, N., Foley, J. T., Peck, R., ... & Handen, B. (2016). Nutrient intake from food in children with autism. *Pediatrics*, 133(3), e930-e937.

Johnson, C. R., Handen, B. L., Mayer-Costa, M., Sacco, K., & Turner-Brown, L. (2011). Eating habits and dietary status in young children with autism. *Journal of developmental and physical disabilities*, 23(2), 183-189.

Whiteley, P., Haracopos, D., Knivsberg, A. M., Reichelt, K. L., Parlar, S., Jacobsen, J., ... & Shattock, P. (2010). The ScanBrit randomised, controlled, single-blind study of a gluten- and casein-free dietary intervention for children with autism spectrum disorders. *Nutritional neuroscience*, 13(2), 87-100.