

CARACTERÍSTICAS RELACIONADAS À ALIMENTAÇÃO EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

João Pedro Duarte de Andrade¹

Lara Marques Barreto Meneses¹

Lucas Pereira Barreto e Silva¹

Thalysson de Souza Rangel¹

Vitor Ramos Dayrell Pereira¹

Karla Cristina Naves de Carvalho¹

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹

RESUMO

Introdução: O Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) é condição do neurodesenvolvimento marcada por dificuldades na comunicação/interação e comportamentos repetitivos; a intervenção precoce melhora o prognóstico. Evidências sugerem vínculos entre perfis sensoriais, seletividade alimentar e sintomas gastrointestinais. **Objetivo:** Analisar características da alimentação em crianças com TEA, incluindo padrões alimentares, qualidade da dieta, desfechos de saúde e intervenções para melhorar o padrão alimentar. **Método:** Revisão sistemática de literatura (2015–2025) nas bases SciELO, PubMed, LILACS e Google Acadêmico, com descritores em português e inglês relacionados a TEA e alimentação. Selecionaram-se estudos originais após triagem por título, resumo e texto completo. De 55 registros, 10 atenderam aos critérios. **Resultados:** A seletividade alimentar foi frequente (25,4% a 52%) e associada a hipersensibilidade sensorial (especialmente à textura) e a sintomas gastrointestinais (~70%). Observou-se maior consumo de ultraprocessados e risco de excesso de peso; estudos apontaram alterações gastrointestinais (refluxo, gases, distensão, diarreia, constipação) e possíveis repercussões no crescimento ao longo da adolescência. Intervenções multiprofissionais e centradas na família — como a abordagem Sequencial Oral Sensorial (SOS), oficinas culinárias e práticas domiciliares estruturadas — favoreceram dessensibilização, ampliação da variedade alimentar e redução da recusa. **Conclusões:** Crianças com TEA apresentam elevada seletividade alimentar e queixas gastrointestinais, com impactos no estado nutricional. Recomenda-se triagem precoce e periódica de dificuldades alimentares, acompanhamento nutricional sistemático, manejo de comorbidades gastrointestinais e estratégias educativas para reduzir ultraprocessados e ampliar a variedade dietética, integrando abordagens sensorial e comportamental.

Palavras-chave: Transtorno do Espectro Autista; Seletividade Alimentar; Sintomas Gastrointestinais.

INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) é um transtorno do desenvolvimento neurológico, caracterizado por dificuldades de comunicação e interação social, como também pela presença de comportamentos e/ou interesses repetitivos ou restritos. É um transtorno permanente, ainda não há cura, porém a intervenção precoce pode alterar o prognóstico e suavizar os sintomas. O TEA tem origem nos primeiros anos de vida, na maioria das vezes os sintomas são identificados entre os 12 e 24 meses de idade (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2019). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), 1 em 127 crianças têm Transtorno do Espectro Autista.

Se observa que os indivíduos com TEA apresentam alterações biológicas, como maior circulação de citocinas inflamatórias, modificações e inflamações intestinais inespecíficas, além de elevadas concentrações de aminoácidos e peptídeos de origem alimentar no sangue, no fluído cerebrospinal e na urina, originando uma teoria sobre a conexão entre autismo e problemas na metabolização de substâncias provenientes da alimentação (MONTEIRO *et al.*, 2020).

Dentre os fatores relacionados no desenvolvimento de TEA, algumas variáveis nutricionais têm sido estudadas, em que manifestações inadequadas relacionadas direta ou indiretamente com a alimentação estão presentes em 30 a 90 % dos casos, de modo que é mais comum a seletividade alimentar e alterações gastrointestinais como constipação, diarreia, dor abdominal, doença inflamatória intestinal, doença celíaca e intolerância alimentar (SILVA; SANTOS; SILVA, 2020).

O objetivo principal do estudo é analisar as características relacionadas à alimentação em crianças com TEA. Por sua vez, os objetivos específicos são caracterizar os padrões alimentares, qualidade da dieta, desfechos da saúde em crianças com TEA e discutir as intervenções voltadas à melhoria do padrão alimentar nesse grupo populacional.

MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia utilizada foi a de revisão sistemática de literatura. Foram selecionados 55 estudos nacionais e internacionais publicados nos últimos 10 anos (2015-2025) indexados nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Google Acadêmico. As buscas dos descritores foram feitas em português e em inglês. A pergunta norteadora da pesquisa foi: "Quais os principais aspectos da alimentação e desfechos nas crianças com diagnóstico de TEA?"

Os materiais foram selecionados previamente com base na leitura dos títulos, resumo e metodologia. Posteriormente foram realizadas a leitura do artigo na íntegra. Como critérios de inclusão foram, adotaram-se estudos originais que abordassem o tema.

Assim, foram selecionados 35 artigos. Destes, 25 foram excluídos por não se tratar de artigos originais, artigos duplicados e por não serem relacionados ao tema desta pesquisa.

RESULTADOS

Padrão alimentar e suas consequências às crianças com TEA

Em relação à alimentação de crianças com TEA, segundo Magagnin *et al.* (2021), as crianças e adolescentes com TEA apresentam uma alimentação diversificada, em que há uma dificuldade no processamento sensorial que corrobora para os padrões alimentares restritivos decorrentes da recusa alimentar. No estudo de Magagnin *et al.* (2021) se observou aspectos comportamentais de rejeição alimentar em 25,4 % dos participantes, em que o consumo de alimentos ultraprocessados foi associado ao excesso de peso. A recusa alimentar em questão coloca em situação de alerta nutricional, considerando as possíveis carências nutricionais que essas crianças podem apresentar.

Ainda sobre a alimentação em crianças com TEA, Riccio *et al.* (2025) apresenta como resultados em seu estudo a presença da seletividade alimentar em 52 % dos indivíduos, em que se estabeleceu uma relação de significância entre a sensibilidade e seletividade alimentar. Assim, há forte associação entre seletividade alimentar e anormalidades sensoriais, especialmente em relação a textura dos alimentos, além disso, transtornos gastrointestinais também são frequentes (RICCIO *et al.*, 2025). Essa característica de seletividade alimentar também é confirmada por Lemes *et al.* (2023), em que em seu estudo cerca de 34,4 % das crianças apresentaram essa característica, como também se associou a seletividade alimentar e sintomas gastrointestinais em cerca de 70 % dos indivíduos estudados.

Em relação a consequências dessa alteração alimentar em crianças com TEA, Silva, Santos e Silva (2020) observaram que mais de um terço dos indivíduos avaliados em seu estudo apresentaram excesso de peso, apresentando também alterações gastrointestinais como refluxo, gases, distensão abdominal, diarreia e constipação. Segundo os pesquisadores foi expressivo o consumo de alimentos ultraprocessados, confirmado mais uma vez o padrão alimentar e as consequências dessa alimentação em crianças com TEA. Conforme observou Toscano *et al.* (2019), as crianças do estudo apresentaram um padrão normal em estatura próximo da

puberdade, e depois tiveram uma redução do crescimento da estatura durante a adolescência, além disso houve uma tendência de alta prevalência de sobrepeso e obesidade nas crianças com TEA.

Intervenções para melhora do padrão alimentar

Lemes *et al.* (2023) mostra que a experiência com a comida nas crianças com TEA, por meio de oficinas culinárias permite conexões sensoriais importantes como cheirar, tocar, lambear, além dos aprendizados alimentares envolvidos. Alves *et al.* (2023) afirma que nas crianças com TEA que apresentam seletividade alimentar é necessário a intervenção multiprofissional de psicólogos, terapeuta ocupacional e nutricionista.

Conforme Alves *et al.* (2023) a abordagem Sequencial Oral Sensorial (SOS) é um método que oferece um tratamento alternativo muito usado em crianças com seletividade alimentar, em que durante 12 semanas é feita uma dessensibilização por meio do ato de brincar, o profissional apresenta a comida considerada um estímulo, em que é feita uma abordagem multissensorial, de modo que essa abordagem pode diminuir a preocupação da criança frente à apresentação da comida.

CONCLUSÃO

Esta revisão sistemática identificou que crianças com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) apresentam com elevada frequência, seletividade alimentar e alterações sensoriais associadas, bem como maior consumo de alimentos ultraprocessados e ocorrência de sintomas gastrointestinais. Esses achados se relacionam a riscos nutricionais relevantes, seja por deficiência de micronutrientes quanto por excesso de peso, e a possíveis repercussões no crescimento ao longo da adolescência.

Os estudos apontam benefícios de estratégias multiprofissionais e centradas na família, como a abordagem Sequencial Oral Sensorial (SOS), oficinas culinárias e práticas domiciliares estruturadas, com participação ativa de responsáveis e cuidadores. Tais intervenções parecem favorecer a dessensibilização aos alimentos, ampliar a variedade dietética e reduzir comportamentos de recusa, além de sugerirem potenciais ganhos quando complementadas por recursos lúdicos e educacionais. Em termos práticos, recomenda-se triagem precoce e periódica de dificuldades

alimentares nos serviços de saúde e educação, acompanhamento nutricional sistemático, manejo de comorbidades gastrointestinais e ações educativas voltadas à redução do consumo de ultraprocessados e à promoção de um padrão alimentar variado e adequado.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, Beatriz Grazielle Thomaz; CAPELLI, Jane de Carlos Santana; MONTEIRO, Luana Silva; SPERANDIO, Naiara; OLIVEIRA, Cinara Costa de; VIVIANI, Ana Glauca Guariento; JEVAUX, Giulia Daflon; PAES, Carina de Aquino. Seletividade alimentar e perfil sociodemográfico de crianças com transtorno do espectro autista de um movimento social de Macaé, Rio de Janeiro. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, **30**, e023035, 2023. DOI: 10.20396/san.v30i00.8673758.

LEMES, Mauricio Alexsandro; GARCIA, Guilherme Pinho; CARMO, Barbara Lima do; et al. Comportamento alimentar de crianças com transtorno do espectro autista. **J. Bras. Psiquiatr.**, **72**, n. 3, p. 136-142, 2023. DOI: 10.1590/0047-2085000000414. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000414>. Acesso em: 17 set. 2025.

LUCARDO, Josiane da Cunha; MONK, Giliane Fraga; DIAS, Mariane da Silva; et al. Interest in food and triglyceride concentrations in children and adolescents with autistic spectrum disorder. **Jornal de Pediatria**, **97**, p. 103-108, 2021. DOI: 10.1016/j.jped.2020.01.003.

MAENNER, Matthew J.; WARREN, Zachary; WILLIAMS, Amy R.; et al. Prevalence and characteristics of Autism Spectrum Disorder among children aged 8 years—Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 sites, United States, 2020. **MMWR Surveillance Summaries**, **72**, n. 2, p. 1–14, 2023. DOI: 10.15585/mmwr.ss7202a1. Disponível em: <https://doi.org/10.15585/mmwr.ss7202a1>.

MAGAGNIN, Tayná; SILVA, Marco Antônio da; NUNES, Rafael Zaneripe de Souza; et al. Aspectos alimentares e nutricionais de crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, **31**, n. 1, e310104, 2021. DOI: 10.1590/S0103-73312021310104.

MONTEIRO, M.A et al. Transtorno do Espectro Autista: Uma revisão sistemática sobre intervenções nutricionais. **Rev Paul Pediatr.** 2020;38: e2018262. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1984-0462/2020/38/2018262>.

RICCIO, Maria Pia; MARINO, Maria; GAROTTI, Raffaele; et al. Food selectivity in Autism Spectrum Disorder: implications of eating, sensory and behavioural profile. **Frontiers in Psychiatry**, **16**, art. 1587454, 2025. DOI: 10.3389/fpsy.2025.1587454.

SILVA, Vaneza Desiderio da; SANTOS, Priscila Nina Micheline dos; SILVA, Daniel Alves de Oliveira. Excesso de peso e sintomas gastrointestinais em um grupo de crianças autistas. **Revista Paulista de Pediatria**, **38**, e2019080, 2020. DOI: 10.1590/1984-0462/2020/38/2019080.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Departamento Científico de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento. **Manual de Orientação: Transtorno do Espectro do Autismo**, 2019. Disponível em: sbp.com.br/fileadmin/user_upload/21775c-MO_-_Transtorno_do_Espectro_do_Autismo.pdf.

TOSCANO, Chrystiane V. A.; FERREIRA, José P.; GASPAR, Joana M.; et al. Growth and weight status of Brazilian children with autism spectrum disorders: a mixed longitudinal study. **Jornal de Pediatria**, **95**, n. 6, p. 705-712, 2019. DOI: 10.1016/j.jped.2018.06.008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Autism spectrum disorders. **WHO Fact Sheet**, 2019/2022.

Zablotsky B, Black LI, Maenner MJ, Schieve LA, Blumberg SJ. Estimated Prevalence of Autism and Other Developmental Disabilities Following Questionnaire Changes in the 2014 National Health Interview Survey. **Natl Health Stat Report**. 2015;(87):1–20.