UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE – UNESC
CURSO DE NUTRIÇÃO

GABRIELLE BARBOSA DA SILVEIRA

A IMPORTÂNCIA E A EFICÁCIA DA UTILIZAÇÃO DE UMA FICHA DE ANAMNESE DETALHADA NA ELABORAÇÃO DE PLANOS NUTRICIONAIS ESPECÍFICOS PARA INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.

ARARANGUÁ-SC
2025

GABRIELLE BARBOSA DA SILVEIRA

A IMPORTÂNCIA E A EFICÁCIA DA UTILIZAÇÃO DE UMA FICHA DE ANAMNESE DETALHADA NA ELABORAÇÃO DE PLANOS NUTRICIONAIS ESPECÍFICOS PARA INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.

Artigo apresentado ao Curso de Nutrição para cumprimento da disciplina TCC II na Universidade do Extremo Sul Catarinense.

Orientadora: Prof. Msc. Sharon Martins Freitas

ARARANGUÁ-SC

2025

GABRIELLE BARBOSA DA SILVEIRA

IMPORTÂNCIA DA UTILIZAÇÃO DE UMA FICHA DE ANAMNESE DETALHADA NA ELABORAÇÃO DE PLANOS NUTRICIONAIS ESPECÍFICOS PARA INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado pela Banca Examinadora para obtenção do Grau de Bacharel, no Curso de Nutrição da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC.

Araranguá, 14 de Abril de 2025

BANCA EXAMINADORA

Profa. Sharon Martins Freitas – Mestre – (Unesc) – Orientador

Prof. Edimar Torres Zanoni – Mestre – (Unesc)

Profa. Sabrina da Silva – Doutora – (Unesc)

A IMPORTÂNCIA E A EFICÁCIA DA UTILIZAÇÃO DE UMA FICHA DE ANAMNESE DETALHADA NA ELABORAÇÃO DE PLANOS NUTRICIONAIS ESPECÍFICOS PARA INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.

Gabrielle Barbosa da Silveira

RESUMO

Este artigo tem como objetivo analisar a importância e a eficácia da utilização de uma ficha de anamnese detalhada na elaboração de planos nutricionais específicos para indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA). A pesquisa destaca a relevância da anamnese nutricional para compreender as particularidades alimentares e sensoriais desses indivíduos, garantindo um atendimento mais preciso e individualizado. A metodologia adotada foi uma revisão de literatura baseada em artigos científicos e manuais de orientação nutricional. Os resultados sugerem que o uso de fichas específicas melhora a adesão ao plano alimentar e contribui para a saúde geral dos pacientes.

Palavras-chave: nutrição; transtorno do espectro autista; anamnese nutricional; plano alimentar individualizado.

1 INTRODUÇÃO

O TEA é uma condição neurológica caracterizada por dificuldades na comunicação, interação social e padrões de comportamento repetitivos (American Psychiatric Association, 2013).

Estudos indicam que indivíduos com TEA frequentemente apresentam desafios alimentares específicos, incluindo seletividade alimentar, aversões sensoriais e necessidades nutricionais diferenciadas, o que pode levar a déficits nutricionais importantes (Hyman *et al*., 2012; Mari-Bauset *et al*., 2014).

A utilização de uma ficha de anamnese detalhada pode ser uma ferramenta essencial para a adequação da dieta e melhoria da qualidade de vida desses pacientes, uma vez que permite um acompanhamento mais preciso das necessidades individuais, facilitando a identificação de padrões alimentares e deficiências nutricionais (Leandro, 2019; Keller; Brown, 2014).

Diante das particularidades alimentares de indivíduos com TEA e da escassez de instrumentos padronizados de avaliação nutricional, este estudo

justifica-se pela necessidade de aprimorar a prática clínica do nutricionista na promoção da saúde e bem-estar desses indivíduos, visto que um acompanhamento adequado pode minimizar deficiências nutricionais e melhorar a aceitação alimentar (Adams *et al*., 2011; Sociedade Brasileira de Nutrição, 2020).

1.1 OBJETIVO GERAL

Analisar a importância e a eficácia da utilização de uma ficha de anamnese detalhada na elaboração de planos nutricionais específicos para indivíduos com TEA.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Compreender a relação entre o TEA e abordagens nutricionais;
- Identificar os dados necessários para compor uma ficha de anamnese que abranja todos os aspectos relevantes para a nutrição de autistas, incluindo histórico médico, preferências e aversões alimentares, condições associadas e contextos familiares;
- Avaliar a importância da utilização de uma anamnese nutricional estruturada na adesão e na melhoria do estado nutricional de pessoas com TEA.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A nutrição desempenha um papel crucial na saúde e no bem-estar dos indivíduos com TEA. Autistas frequentemente apresentam necessidades nutricionais únicas e desafios alimentares específicos, como sensibilidades sensoriais, seletividade alimentar e condições médicas associadas, que demandam uma abordagem personalizada na elaboração de seus planos nutricionais. No entanto, a ausência de uma ficha de anamnese específica e detalhada para esse grupo compromete a capacidade dos nutricionistas de coletar informações essenciais e de fornecer um atendimento eficaz (Genial Care, 2024).

Segundo Marques *et al*. (2023), a ficha de anamnese é uma ferramenta fundamental para a prática nutricional, permitindo a coleta sistemática de dados sobre o histórico médico, hábitos alimentares, preferências e aversões, além de condições associadas que possam influenciar a nutrição do paciente. Para indivíduos com TEA, esses aspectos são ainda mais críticos devido às suas peculiaridades e à necessidade de um cuidado nutricional mais individualizado. Sem uma ficha de anamnese adaptada, muitos detalhes importantes podem ser negligenciados, resultando em planos nutricionais inadequados que não atendem plenamente às necessidades dos autistas, podendo afetar negativamente sua saúde e qualidade de vida (Marques *et al*., 2023).

Desenvolver uma ficha de anamnese específica para autistas é, portanto, uma necessidade urgente. Este estudo visa preencher essa lacuna, criando e validando um instrumento que auxilie os nutricionistas a elaborarem planos alimentares mais precisos e eficazes. Espera-se que, com a implementação dessa ferramenta, haja uma melhora na adesão aos planos alimentares, na gestão de condições de saúde associadas e, principalmente, na qualidade de vida dos indivíduos com TEA.

A justificativa para este trabalho reside na necessidade de aprimorar o atendimento nutricional oferecido aos autistas, reconhecendo suas particularidades e proporcionando uma abordagem mais personalizada e humanizada. Além disso, o desenvolvimento e a validação de uma ficha de anamnese específica podem servir como um modelo para outros profissionais e áreas da saúde, destacando a importância da individualização no cuidado com pacientes com necessidades especiais.

2.1 CONCEITO DE TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio caracterizado pela alteração das funções do neurodesenvolvimento, que podem englobar alterações qualitativas e quantitativas da comunicação, seja na linguagem verbal ou não verbal, na interação social e do comportamento, como: ações repetitivas, hiperfoco para objetos específicos e restrição de interesses. Dentro do espectro são identificados graus que podem ser leves e com total independência, apresentando discretas dificuldades de adaptação, até níveis de total

dependência para atividades cotidianas ao longo de toda a vida (Ranjan; Nasser, 2015).

Indivíduos com TEA frequentemente apresentam seletividade alimentar e dificuldades gastrointestinais, impactando sua nutrição. Estudos demonstram que a hipersensibilidade sensorial pode influenciar a aceitação de diferentes tipos de alimentos, resultando em deficiências nutricionais importantes (Adams *et al.,* 2011; Hyman *et al.,* 2012). Além disso, pesquisas indicam que fatores genéticos e ambientais desempenham um papel significativo na relação entre TEA e hábitos alimentares (Leandro, 2019).

2.1.1 Possíveis Causas

A manifestação do TEA é frequentemente resultado da interação entre predisposições genéticas e influências ambientais. Essa combinação complexa pode levar a alterações no desenvolvimento neurológico, culminando nas características observadas no espectro autista (Neuropediatrics Brasil, 2023)

- Fatores Genéticos: Pesquisas indicam que características genéticas, sejam herdadas ou resultantes de novas mutações, desempenham um papel significativo no desenvolvimento do autismo. Essas alterações podem afetar processos biológicos essenciais, como a formação e migração neuronal, além do estabelecimento de sinapses no cérebro;
- Fatores Ambientais: Além dos aspectos genéticos, fatores ambientais durante a gestação e o desenvolvimento inicial também são considerados relevantes. A exposição a agentes como infecções maternas, uso de determinados medicamentos e poluição ambiental tem sido associada a um maior risco de desenvolvimento do TEA.

2.1.2 Aspectos Genéticos

Estudos têm mostrado que o TEA está fortemente associado a mutações genéticas que influenciam o desenvolvimento e a função sináptica. Variantes em genes como SHANK3, NRXN1 e NLGN3, que estão envolvidas na formação e manutenção das sinapses, têm sido associadas ao autismo. Essas alterações

podem levar a disfunções nas redes neurais, que são fundamentais para a cognição social e a comunicação (Teixeira; Scheuer, 2020).

2.1.3 Alterações Neurológicas no TEA

Estudos recentes destacam que indivíduos com TEA apresentam diferenças significativas na estrutura e função cerebral. Anormalidades em áreas como o córtex pré-frontal, cerebelo e amígdala têm sido observadas, sugerindo uma reorganização das conexões neurais. Essas alterações podem impactar a neuroplasticidade, influenciando a capacidade adaptativa do cérebro e contribuindo para os sintomas característicos do transtorno (Teixeira; Scheuer, 2020).

2.1.4 Disfunção de Redes Neurais

Pesquisas recentes realmente indicam que o autismo está associado a uma conectividade neural atípica. Estudos mostram que indivíduos com TEA apresentam hiperconectividade local, ou seja, maior comunicação entre regiões próximas do cérebro, e hipoconectividade global, que é uma menor comunicação entre regiões distantes. Essas diferenças na conectividade neural podem contribuir para os déficits nas habilidades sociais e os comportamentos repetitivos observados em indivíduos com TEA (Instituto Neurosaber, s.d).

2.1.5 Neuroinflamação

A neuroinflamação tem sido identificada como um componente importante na fisiopatologia do TEA. Estudos têm mostrado a presença de processos inflamatórios crônicos no cérebro de indivíduos com autismo, sugerindo que uma resposta imunológica desregulada pode estar associada à manifestação dos sintomas (Teixeira; Scheuer, 2020).

2.2 NUTRIÇÃO E TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Indivíduos com TEA frequentemente apresentam sensibilidades alimentares e preferências sensoriais que influenciam sua dieta e estado

nutricional (Adams, *et al*. 2011). destacam que deficiências nutricionais são comuns em crianças com TEA devido à seletividade alimentar e às dietas restritivas. As intervenções dietéticas, como a dieta sem glúten e caseína, têm sido investigadas, embora os resultados sejam variados e demandem mais estudos para comprovação de eficácia (Mari-Bauset *et al.,* 2014).

2.2.1 Desafios Na Alimentação De Autistas

Crianças atípicas que apresentam seletividade alimentar manifestam sintomas como desinteresse pela comida, falta de apetite e vários graus de comprometimento sensorial, comprometendo a qualidade de vida dos mesmos (Pereira *et al.,* 2023). Geralmente, possuem preferência por alimentos processados ricos em amido (Marques, 2021). O sabor, formato, temperatura e cor dos alimentos influenciam a alimentação de portadores do TEA, sendo necessários tratamentos que introduzem alimentos com poucos aditivos a fim de prevenir complicações relacionadas à dieta e à saúde. (Oliveira, 2021).

Problemas gastrointestinais são bastante comuns em pessoas com TEA. Estudos indicam que crianças com autismo têm mais de 3,5 vezes mais chances de sofrer com esses problemas do que crianças neurotípicas (Russo, 2023).

Alimentos seguros para autismo são aqueles que um indivíduo com autismo aceita consistentemente e consome de bom grado. Esses alimentos fornecem uma sensação de segurança e previsibilidade em um mundo que muitas vezes pode parecer opressor (Brites *et al*., 2021). A relação entre autismo e seletividade alimentar é bem documentada, com muitos indivíduos no espectro exibindo fortes preferências por certos alimentos e aversões a outros. O apelo de alimentos crocantes para o autismo é bem documentado. Muitos indivíduos autistas preferem texturas crocantes devido ao feedback sensorial claro que elas fornecem. A sensação previsível e o som de morder um alimento crocante podem ser reconfortantes e agradáveis (Brites *et al.,* 2021).

2.2.2 Comorbidades Nutricionais no TEA

O estudo de Burns *et al*. (2023) analisou 1858 crianças diagnosticadas com TEA e identificou que 29% delas apresentavam pelo menos uma comorbidade médica. As mais comuns incluíam:

- Comorbidades neurológicas (37% dos casos), como paralisia cerebral e epilepsia;
- Condições gastrointestinais (5,4%), incluindo refluxo gastroesofágico e dificuldades de alimentação;
- Deficiências nutricionais devido à seletividade alimentar.

Outros estudos corroboram essas evidências, apontando que indivíduos com TEA apresentam maior risco de deficiência de ferro, vitamina D e ácidos graxos essenciais (Hyman *et al.,* 2012; Sociedade Brasileira de Nutrição, 2020).

2.2.3 Impacto da Seletividade Alimentar

A seletividade alimentar, caracterizada por uma dieta restrita e forte preferência por determinados tipos de alimentos, pode levar a desequilíbrios nutricionais significativos. Estudos indicam que até 70% das crianças com TEA apresentam padrões alimentares altamente seletivos, tornando essencial uma abordagem personalizada para garantir a ingestão adequada de nutrientes (Lôbo *et al.*, 2024).

2.3 IMPORTÂNCIA DA ANAMNESE NUTRICIONAL

A anamnese nutricional é uma ferramenta essencial na prática clínica para a coleta de informações detalhadas sobre o histórico alimentar e médico do paciente. Uma anamnese bem conduzida pode identificar deficiências nutricionais, hábitos alimentares e condições médicas que influenciam diretamente a saúde do indivíduo. Em autistas, a anamnese deve ser ainda mais detalhada para capturar as especificidades sensoriais e comportamentais que afetam a alimentação. (Leandro *et al*., 2019).

A ausência de uma ficha de anamnese específica para autistas compromete a capacidade dos nutricionistas de elaborar planos alimentares eficazes. As ferramentas de avaliação adaptadas às necessidades dos autistas são cruciais para um atendimento nutricional eficaz. A coleta sistemática de

dados sobre preferências alimentares, sensibilidades sensoriais, e histórico médico permite a personalização do plano nutricional, aumentando a adesão e a eficácia das intervenções (Keller; Brown, 2014).

A criação de ferramentas específicas, como fichas de anamnese adaptadas, pode melhorar significativamente a qualidade do atendimento nutricional em autistas. Estudos-piloto e validações clínicas são passos importantes para assegurar que essas ferramentas sejam eficazes na prática (Arnold *et al*. 2003). Segundo Adams *et al.* (2011):

> [...] A nutrição desempenha um papel vital no desenvolvimento e na saúde dos indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Estudos têm mostrado que deficiências nutricionais são comuns em crianças com TEA devido à seletividade alimentar e às dietas restritivas. Essas deficiências podem afetar significativamente o comportamento, o humor e o desenvolvimento cognitivo desses indivíduos. A abordagem nutricional para o TEA deve ser cuidadosamente planejada, considerando as sensibilidades alimentares, preferências sensoriais e condições médicas associadas. A coleta de informações detalhadas por meio de uma ficha de anamnese específica é essencial para garantir que o plano nutricional atenda plenamente às necessidades individuais e promova uma melhor qualidade de vida. (Adams, *et al*., 2011)

2.3.1 Principais Evidências para a Necessidade de uma Ficha de Anamnese Nutricional Específica para Pacientes Autistas

Com base na revisão da literatura, destacam-se os seguintes pontos que justificam a implementação de uma ficha de anamnese específica para pacientes com TEA apontados por (Yu; Ozonoff; Miller, 2023)

- Personalização do Atendimento: indivíduos com TEA apresentam padrões alimentares seletivos, neofobia alimentar e repertório alimentar limitado, além de questões sensoriais;
- Identificação Precoce de Deficiências Nutricionais: embora inadequações de micronutrientes sejam cada vez mais relatadas, há resultados inconsistentes sobre a extensão e o tipo de deficiências nutricionais;

- Adesão ao Plano Nutricional: a compreensão das dificuldades alimentares e preferências do paciente com TEA é fundamental para introduzir novos alimentos de forma gradual e aumentar a variedade alimentar;
- Monitoramento e Ajustes Contínuos: a avaliação nutricional detalhada é essencial para que intervenções oportunas e intensivas sejam recomendadas;

2.3.2 Metodologia de Utilização de uma Ficha de Anamnese Detalhada na Elaboração de Planos Nutricionais para Indivíduos com Transtorno Do Espectro Autista (TEA)

A elaboração de planos nutricionais específicos para indivíduos com TEA requer uma abordagem cuidadosa e personalizada. Isso se deve à variabilidade nas necessidades alimentares e comportamentais desses indivíduos. A utilização de uma ficha de anamnese detalhada é fundamental para coletar informações essenciais que permitirão a criação de um plano alimentar adequado. A seguir, descreve-se a metodologia de utilização dessa ficha na prática clínica (Magagnin *et al*., 2021).

2.3.2.1 Preparação da Ficha de Anamnese

Segundo Leandro (2019) a ficha de anamnese deve ser estruturada para abranger todos os aspectos relevantes da saúde e do comportamento alimentar do indivíduo com TEA:

- Dados Pessoais: A coleta de dados pessoais é uma parte fundamental da avaliação nutricional e de saúde de indivíduos com TEA. Esses dados incluem informações básicas, como:
- Nome: identificação do paciente;
- Idade: a faixa etária influencia as necessidades nutricionais e os padrões de desenvolvimento;
- Gênero: algumas diferenças nutricionais podem ser observadas entre meninos e meninas;
- Peso e altura: esses dados são essenciais para calcular o índice de massa corporal (IMC) e avaliar o estado nutricional;

- Diagnóstico médico: o tipo de TEA (se for autismo clássico, síndrome de Asperger, entre outros) e comorbidades associadas, como transtornos gastrointestinais ou alergias alimentares;
- Informações sobre o desenvolvimento infantil: histórias sobre marcos de desenvolvimento, como o início da fala e habilidades motoras, são relevantes, pois o desenvolvimento pode impactar na seletividade alimentar e nos comportamentos repetitivos relacionados à alimentação.

Esses dados ajudam a elaborar um plano nutricional adaptado às necessidades individuais do paciente, levando em consideração suas condições médicas e de desenvolvimento conforme apontado por Falcão (2023) e Russo (2023):

- Avaliar o histórico alimentar, com as preferências alimentares, aversões, alergias, intolerâncias alimentares e uso de suplementos alimentares: no contexto de TEA, é comum a presença de comportamentos alimentares seletivos ou restritivos. Isso pode envolver uma forte aversão a determinados alimentos devido à sensibilidade a texturas, sabores, cheiros e cores, levando a uma dieta limitada e, às vezes, pobre em nutrientes essenciais. Crianças e adolescentes com TEA tendem a preferir alimentos familiares e previsíveis, o que pode resultar em uma ingestão insuficiente de vitaminas e minerais importantes, como cálcio e proteína;
- Padrões de refeição (quantidade, frequência e horários das refeições) e problemas de mastigação ou deglutição: esses comportamentos podem estar associados a rituais alimentares ou à necessidade de previsibilidade durante as refeições, e qualquer alteração na rotina pode ser mal tolerada. Além disso, muitos indivíduos com TEA podem enfrentar dificuldades relacionadas à mastigação e deglutição, o que também influencia suas escolhas alimentares.

Os comportamentos alimentares restritivos e seletivos em indivíduos com TEA são frequentemente influenciados por questões sensoriais (Silva, 2023). As crianças autistas podem ter reações exacerbadas a diferentes texturas, sabores, núcleos e cheiros dos alimentos, ou que levam à recusa de certos tipos de

alimentos, como aqueles que possuem texturas crocantes ou viscosas. Esse comportamento está diretamente relacionado à sensibilidade sensorial, uma característica comum entre as pessoas com TEA. Além disso, essas crianças podem demonstrar preferências restritas, repetindo frequentemente o consumo de certos alimentos e rejeitando mudanças, seja na aparência ou na marca dos produtos (Aguiar; Souza; Lisboa, 2024).

Esses hábitos alimentares têm impacto na nutrição, já que a seletividade pode levar à menor ingestão de nutrientes essenciais, afetando a saúde geral. É importante que o manejo dessas questões seja feito com a ajuda de profissionais capacitados, como nutricionistas e terapeutas ocupacionais, que podem proporcionar intervenções personalizadas para ajudar a introduzir novos alimentos de forma gradual e minimizar o desconforto sensorial (Lemes *et al*., 2023).

Além dos tratamentos específicos, as medidas que buscam ampliar o repertório alimentar de crianças com esse tipo de restrição incluem a exposição a texturas, cheiros, sabores e cores dos alimentos, pois o processo de introdução de novos alimentos na rotina de crianças com seletividade alimentar é longo e exige paciência. Não adianta forçá-las, a ideia é criar um contexto e promover uma aproximação de novos alimentos de forma progressiva (Magagnin *et al*, 2021)

Para indivíduos com TEA, o histórico médico e familiar desempenha um papel crucial no planejamento de intervenções nutricionais. Muitos pacientes com TEA apresentam comorbidades gastrointestinais como constipação, diarreia, e dor abdominal, que podem estar ligadas a alterações na microbiota intestinal. Essas disfunções intestinais também afetam neurotransmissores, como a serotonina, influenciando o comportamento e os sintomas de TEA (Magagnin *et al.,* 2021; Silva, 2023).

Além disso, condições como alergias alimentares e deficiências nutricionais, como a anemia ferropriva, são comuns devido à seletividade alimentar e à rejeição de grupos alimentares inteiros. Essas questões requerem uma abordagem nutricional adaptada às necessidades individuais, especialmente em relação à suplementação de vitaminas e minerais (Magagnin *et al*., 2021; Silva, 2023).

O histórico familiar também é relevante, pois certos problemas médicos e predisposições genéticas podem impactar o desenvolvimento e o comportamento alimentar do indivíduo com TEA. Isso requer uma investigação cuidadosa para identificar possíveis influências genéticas ou condições associadas que possam estar presentes na família (Magagnin *et al*., 2021).

A integração de fatores emocionais e sensoriais é fundamental na avaliação nutricional de indivíduos com TEA, visto que a seletividade alimentar e os comportamentos alimentares repetitivos estão associados a essas questões. O ambiente familiar e o suporte emocional são determinantes no processo de aceitação de novos alimentos. Além disso, o acompanhamento por uma equipe multidisciplinar, com destaque para a atuação do nutricionista, contribui significativamente para o progresso alimentar e qualidade de vida desses pacientes (Silva, 2023).

2.3.2.2 Coleta de Dados

A entrevista com a família e/ou cuidadores é uma etapa essencial no processo de coleta de informações para o cuidado de indivíduos com TEA. Durante essa entrevista, os responsáveis podem fornecer dados importantes sobre o histórico alimentar, comportamentos e preferências da criança ou do adulto com TEA. Para garantir a eficácia dessa coleta de informações, é fundamental que o nutricionista ou outro profissional de saúde crie um ambiente acolhedor e seguro, onde os cuidadores se sintam à vontade para compartilhar detalhes importantes. Estudos destacam que uma abordagem sensível e colaborativa permite que os cuidadores descrevam com mais clareza os desafios diários e ajudem o profissional a entender as necessidades do indivíduo, considerando suas particularidades alimentares e sensoriais (Instituto Pensi, 2023).

Além disso, essa coleta de informações também pode revelar fatores emocionais ou comportamentais relacionados à alimentação que são cruciais para a formulação de um plano nutricional individualizado e eficaz (Page *et al*., 2022). Perguntar sobre os alimentos que a criança/adulto consome regularmente, alimentos que recusa, e possíveis aversões alimentares ligadas a texturas ou sabores específicos. Essas dificuldades alimentares estão

frequentemente associadas à hipersensibilidade ou hipossensibilidade sensorial, comum em indivíduos com TEA, o que pode resultar em uma alimentação extremamente seletiva e influenciar negativamente sua saúde geral (Silva, 2023).

O levantamento do histórico de saúde de indivíduos com TEA) é uma etapa crucial no planejamento nutricional, especialmente para detectar condições associadas, como problemas gastrointestinais, alergias alimentares, e deficiências nutricionais. O uso de uma anamnese detalhada, que inclui informações sobre medicamentos, histórico de alergias e intervenções anteriores, é fundamental para a personalização das estratégias dietéticas (Arnold *et al.,* 2003).

A saúde intestinal, por exemplo, é um foco importante, visto que muitas crianças com TEA apresentam disbiose intestinal e má absorção de nutrientes, o que pode influenciar diretamente na escolha dos alimentos e suplementos a serem indicados. Além disso, fatores como a exposição a toxinas e a presença de inflamação crônica podem exigir ajustes alimentares e a inclusão de nutrientes anti-inflamatórios, como o ômega-3, para reduzir processos inflamatórios cerebrais (Silva, 2023; Pereira, 2023).

O acompanhamento do uso de medicamentos, que muitas vezes podem afetar o apetite ou a absorção de nutrientes, também deve ser contínuo, já que alguns remédios podem interagir com a nutrição, necessitando ajustes no plano alimentar (Page *et al.,* 2022).

As observações em ambientes naturais, como a casa do indivíduo, são cruciais para entender melhor os desafios enfrentados durante as refeições e para adaptar intervenções que atendam às necessidades individuais. Observar como o ambiente alimentar, incluindo o nível de ruído, iluminação e presença de outras pessoas, pode impactar a alimentação. Crianças com TEA frequentemente apresentam hipersensibilidade a estímulos como som, luz e textura dos alimentos, o que pode levar à rejeição de certos alimentos e comportamentos alimentares desafiadores. Esses fatores tornam o ambiente alimentar um componente crucial na gestão da alimentação dessas crianças (Lemes *et al*., 2023).

2.3.2.3 Interpretação dos Dados Coletados

Com base nas informações obtidas, o nutricionista deve analisar os dados para identificar padrões, necessidades específicas e potenciais desafios que possam interferir na alimentação adequada do indivíduo com TEA (Lemes *et al*., 2023).

Avaliar a dieta atual de indivíduos com TEA é essencial para identificar possíveis deficiências nutricionais, como falta de vitaminas, minerais ou calorias adequadas. A intervenção nutricional, incluindo a suplementação específica, tem mostrado benefícios substanciais na correção dessas deficiências. Isso pode melhorar tanto a saúde física quanto alguns sintomas comportamentais associados ao TEA (Lemes *et al*., 2023).

A importância de reconhecer e validar as preferências alimentares de indivíduos com TEA é amplamente discutida na literatura. Muitos indivíduos com TEA apresentam seletividade alimentar devido a aversões sensoriais a sabores, odores e texturas (Lemes *et al*., 2023).

Segundo alguns estudos, os distúrbios gastrointestinais afetam até 85% das pessoas com TEA. Apesar disso, nenhuma ligação genética ou neurológica conhecida foi encontrada para explicar essa prevalência. Ainda assim, muitas crianças e adultos com autismo se sentem desconfortáveis, talvez devido a distúrbios gastrointestinais (Vissoker; Latzer; Gal, 2015). Pistas comportamentais de que uma criança com TEA pode estar sentindo dor relacionada a distúrbios gastrointestinais (diarreia, constipação, gases ou evacuações dolorosas) incluem arquear as costas, pressionar a barriga ou ranger os dentes. Pode demorar um pouco para encontrar a causa dos distúrbios gastrointestinais em crianças com TEA, já que muitas adotam dietas restritas devido a sensibilidades sensoriais ou escolha dos pais (Mari-Bauset *et al*., 2014)

2.3.2.4 Elaboração do Plano Nutricional Personalizado

Com base em uma anamnese detalhada, o plano nutricional deve ser personalizado e adaptável, garantindo que atenda às necessidades específicas de cada indivíduo com TEA. Para isso, é essencial considerar suas preferências alimentares, limitações sensoriais e exigências nutricionais, promovendo uma

abordagem equilibrada e eficaz. A seletividade alimentar, comum entre pessoas com TEA, pode resultar em dietas monótonas, com baixa variedade de alimentos, o que aumenta o risco de deficiências nutricionais, como de vitaminas e minerais (Silva, 2023).

Para crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista (TEA), a introdução de novos alimentos deve ser realizada de maneira gradual e estratégica, respeitando o ritmo individual e as possíveis sensibilidades sensoriais envolvidas. A resistência a alimentos novos, texturas e sabores diferentes é comum, o que torna esse processo mais desafiador. No entanto, há estratégias comprovadas que ajudam a promover a aceitação de novos alimentos ao longo do tempo (Silva, 2023).

É recomendado que novos alimentos sejam apresentados em pequenas quantidades e, de preferência, junto com alimentos familiares e bem aceitos pela criança. Dessa forma, é possível aumentar gradualmente a aceitação sem provocar grande ansiedade ou recusa alimentar. Além disso, um ambiente calmo e estruturado durante as refeições pode reduzir o estresse e melhorar o foco no processo de experimentar alimentos novos (Silva, 2023).

Outro ponto importante é respeitar as limitações sensoriais, oferecendo variedade de alimentos que atendam às preferências da criança e tentando introduzir mudanças de maneira leve e previsível (Silva, 2023).

A suplementação vitamínica ou mineral em pacientes com TEA é frequentemente necessária devido à alta prevalência de seletividade alimentar, que pode resultar em deficiências nutricionais (Adams *et al*., 2011). Pacientes com TEA muitas vezes evitam grupos alimentares importantes, como frutas, vegetais e proteínas, o que pode levar a carências de vitaminas, como a vitamina D, e minerais, como o ferro e o cálcio (Leandro, 2019).

A suplementação deve ser recomendada para corrigir essas deficiências, garantindo um desenvolvimento saudável e prevenindo complicações de saúde (Adams *et al*., 2011). Além disso, o acompanhamento regular é fundamental para ajustar a dosagem ou a inclusão de novos suplementos conforme o progresso do paciente ou mudanças nos hábitos alimentares (Leandro, 2019).

A suplementação nutricional pode ser uma ferramenta importante para melhorar o estado físico e comportamental de pacientes com TEA. Desequilíbrios nutricionais podem influenciar a irritabilidade e outros sintomas

comportamentais associados ao TEA. Portanto, é essencial que essas estratégias sejam acompanhadas por uma abordagem multiprofissional, envolvendo nutricionistas e outros profissionais da saúde, para garantir intervenções seguras e eficazes no contexto das demais terapias aplicadas ao paciente (Fraguas *et al*., 2019)

Para realizar o monitoramento e ajuste do plano nutricional de pessoas com TEA, é crucial manter um acompanhamento regular. Esse processo inclui a análise constante dos comportamentos alimentares e a identificação de quaisquer desafios que possam surgir ao longo do tempo, como alterações no padrão alimentar, seletividade extrema, ou intolerâncias a certos alimentos. As dificuldades alimentares associadas ao TEA, como seletividade ou sensibilidade sensorial, requerem ajustes contínuos para garantir uma ingestão balanceada de nutrientes (Keller; Brown, 2014). Além disso, a avaliação periódica permite que o nutricionista revise o progresso do paciente e ajuste as estratégias conforme necessário, considerando fatores como mudanças no comportamento alimentar ou no ambiente familiar. Essa abordagem dinâmica é fundamental para assegurar que o plano permaneça adequado às necessidades nutricionais do indivíduo, promovendo tanto o bem-estar físico quanto emocional da pessoa com TEA (Silva, 2023).

Para abordar a integração com outros profissionais de saúde no tratamento de pacientes com TEA, o trabalho colaborativo entre nutricionistas e outros profissionais, como terapeutas ocupacionais, psicólogos e fonoaudiólogos, é essencial. Essa interação multiprofissional garante que o plano nutricional esteja em harmonia com outras intervenções terapêuticas, resultando em um cuidado mais eficaz e personalizado para o paciente (Fraguas *et al*., 2019). Além disso, a atuação de um nutricionista no manejo da seletividade alimentar em pacientes com TEA é vital, uma vez que a seletividade e as preferências restritas de alimentos são comuns entre esses indivíduos. A colaboração entre nutricionistas e outros profissionais permite que todas as intervenções estejam sincronizadas, promovendo uma alimentação saudável e melhorias no estado nutricional do paciente (Fraguas *et al*., 2019).

No que diz respeito ao uso de uma ficha de anamnese detalhada, ela desempenha um papel crucial na coleta de informações necessárias para elaborar planos nutricionais específicos, levando em consideração as

particularidades alimentares de cada indivíduo, como seletividade alimentar e preferências sensoriais. Essas ferramentas ajudam o nutricionista a identificar padrões alimentares e a propor intervenções que melhorem a qualidade de vida e o bem-estar dos pacientes com TEA (Genial Care, 2024).

3 METODOLOGIA DE PESQUISA

3.1 TIPOS, MÉTODOS E ABORDAGENS DA PESQUISA

Trata-se de um estudo sobre uma revisão narrativa de literatura, com diferentes tipos de documentos (artigos, teses, dissertações, textos on-line). Esse tipo de método permite uma ampla descrição sobre o assunto, mas não esgota todas as fontes de informação, visto que sua realização não é feita por busca e análise sistemática dos dados. Sua importância está na rápida atualização dos estudos sobre a temática. Uma revisão de literatura compreende uma análise abrangente dos materiais publicados relacionados ao tópico em questão. Permite que o pesquisador possa identificar o que foi publicado, o que, por sua vez, favorece a análise do tópico e a formulação de conclusões inovadoras. Além de poder oferecer uma maior compreensão do tema e uma reflexão crítica sobre o tema (Marconi; Lakatos, 2005).

3.2 FONTE DE DADOS

Foram utilizadas as bases de dados PubMed, Scielo, sites governamentais e Google Acadêmico.

3.3 DESCRITORES

Para compor as chaves de busca foram utilizados os seguintes descritores:

- Transtorno Espectro Autista
- Anamnese clínica
- Nutrição personalizada

3.4 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram incluídos no presente estudo artigos científicos, publicados no período de 2000 a 2025, que estejam disponíveis na íntegra e de acordo com os objetivos propostos. Foram excluídos do estudo tudo o que foi publicado fora do período estabelecido e que não estejam de acordo com os objetivos do estudo.

3.5 ANÁLISE DE DADOS

A análise dos dados coletados foi realizada por meio da técnica de análise de conteúdo, conforme proposto por Bardin (2011), permitindo a identificação de padrões e relações entre os aspectos nutricionais e comportamentais dos indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA). A revisão de literatura evidenciou a importância de um acompanhamento nutricional detalhado para a elaboração de planos alimentares eficazes.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como resultado desta pesquisa, foram selecionados quatro artigos, pois eles fornecem uma visão abrangente sobre o impacto da elaboração de uma ficha de anamnese nutricional na adesão e na melhoria do estado nutricional de pessoas com TEA, oferecendo insights valiosos para abordagens terapêuticas e intervenções futuras.

Tabela 1 – Informações importantes dos estudos analisados, tipo de estudo e resultado encontrado:

AUTOR	ANO	TÍTULO	TIPO DE ESTUDO	RESULTADO

Adams et al	2011	Effect of a vitamin/mineral supplement on children and adults with autism	Estudo clínico com suplementação	Demonstraram que indivíduos com TEA frequentemente apresentam deficiências de vitaminas e minerais, como ferro, vitamina D e ácidos graxos essenciais, em decorrência da seletividade alimentar.
Hyman et al	2012	Nutrient intake from food in children with autism	Estudo observacional transversal	Apontaram que aproximadamente 70% das crianças com TEA possuem padrões alimentares restritivos, o que pode levar a déficits nutricionais significativos e a impactos no desenvolvimento cognitivo e motor.
Keller e Brown	2014	Nutrition and health in autism spectrum disorders. In J. L. Matson (Ed.), Comorbid conditions among children with autism spectrum disorders	Revisão de literatura	Reforçaram a necessidade de um instrumento padronizado para a coleta de dados nutricionais, permitindo um melhor entendimento das particularidades alimentares dos indivíduos com TEA e possibilitando intervenções mais personalizadas.

Leandro M.	2019	Nutrição e Transtornos do Espectro Autista: Evidências Científicas e Práticas Clínicas	Revisão bibliográfica sistemática	Destacaram a relevância de estratégias nutricionais adaptadas, considerando não apenas as necessidades biológicas, mas também os fatores comportamentais e sensoriais envolvidos na alimentação de indivíduos com TEA.

A presente pesquisa analisou quatro estudos que abordam a relação entre o TEA e a nutrição, com ênfase na importância da utilização de uma ficha de anamnese nutricional específica para essa população. Os estudos selecionados — Adams *et al*. (2011), Hyman *et al.* (2012), Keller e Brown (2014) e Leandro (2019) — oferecem contribuições relevantes ao demonstrar como as particularidades alimentares e sensoriais das pessoas com TEA impactam diretamente seu estado nutricional e a efetividade das intervenções dietéticas.

Adams *et al*. (2011) e Hyman *et al*. (2012) apresentam dados empíricos que evidenciam deficiências nutricionais frequentes entre indivíduos com TEA, associadas à seletividade alimentar e padrões alimentares restritivos. Enquanto Adams et al. destacam carências específicas como ferro, vitamina D e ácidos graxos essenciais, Hyman et al. reforçam que cerca de 70% das crianças com TEA manifestam essas restrições, o que compromete o desenvolvimento cognitivo e motor. Ambos os estudos apontam para a necessidade de avaliações nutricionais detalhadas e sistematizadas.

Já os estudos de Keller e Brown (2014) e Leandro (2019) ampliam a discussão ao abordar os aspectos metodológicos e práticos da intervenção nutricional, além de enfatizar a carência de instrumentos padronizados para coleta de dados nutricionais em indivíduos com TEA, propondo a elaboração de ferramentas específicas — como a ficha de anamnese — que considerem variáveis comportamentais e sensoriais. Leandro (2019), por sua vez, sustenta que estratégias nutricionais eficazes devem integrar fatores biológicos,

psicológicos e ambientais, reforçando a importância de um planejamento alimentar individualizado.

Dessa forma, os achados dos quatro estudos convergem ao evidenciar que a criação e aplicação de uma ficha de anamnese específica para indivíduos com TEA é fundamental para promover intervenções nutricionais mais assertivas. Essa ferramenta pode não apenas auxiliar na identificação precoce de deficiências e dificuldades alimentares, mas também favorecer maior adesão ao tratamento e melhoria na qualidade de vida dos pacientes e seus familiares.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa permitiu compreender, de maneira aprofundada, a importância da elaboração e aplicação de uma ficha de anamnese nutricional voltada especificamente para indivíduos com TEA. A análise da literatura científica evidenciou que a complexidade das questões alimentares enfrentadas por esse público, como a intensa seletividade alimentar, as aversões sensoriais e as dificuldades comportamentais que exige uma abordagem nutricional personalizada, sensível às especificidades clínicas, emocionais e sociais de cada paciente.

A sistematização da anamnese mostrou-se não apenas um instrumento técnico de coleta de dados, mas uma ferramenta estratégica que orienta intervenções nutricionais mais eficazes, contribui para o fortalecimento do vínculo terapêutico e favorece a adesão do paciente e de sua família ao plano alimentar proposto. Ao considerar os aspectos individuais, a ficha torna-se um recurso indispensável para garantir um cuidado nutricional mais humano, ético e cientificamente embasado.

O principal mérito deste trabalho está em evidenciar a necessidade de se repensar práticas nutricionais padronizadas, ampliando o olhar para as nuances comportamentais e sensoriais que impactam diretamente a alimentação no contexto do TEA. Assim, o estudo reafirma a importância de uma atuação interdisciplinar, na qual nutricionistas, psicólogos, terapeutas ocupacionais e demais profissionais compartilham saberes em prol de uma intervenção integral e eficiente.

Como perspectiva para pesquisas futuras, propõe-se o desenvolvimento e a validação de modelos de anamnese nutricional específicos para indivíduos dentro do espectro, com aplicação prática em contextos clínicos e escolares. Estudos longitudinais também são recomendados para mensurar, com maior precisão, os impactos da atuação nutricional individualizada na evolução alimentar, comportamental e nutricional de pessoas com TEA.

Conclui-se, portanto, que a adoção de uma ficha de anamnese nutricional específica constitui um avanço necessário e promissor no cuidado a indivíduos com autismo, contribuindo significativamente para a promoção da saúde, do bem-estar, da adaptabilidade ao plano alimentar e da qualidade de vida desses indivíduos.

REFERÊNCIAS

ADAMS, J. B. et al. Effect of a vitamin/mineral supplement on children and adults with autism. **BMC Pediatrics,** v. 11, n. 1, p. 1-30, 2011. Disponível em: https://link.springer.com/article/10.1186/1471-2431-11-111. Acesso em: 27 de fevereiro de 2025.

AGUIAR, Júlia Viana de; SOUZA, Maria Carla de Jesus; LISBOA, Cinthia Soares. Alimentação seletiva em crianças com o transtorno do espectro autista: revisão de literatura. **Rev. Saúde Multidisciplinar**, 2024, vol.16, 1ªed. Disponível em: https://revistas.famp.edu.br/revistasaudemultidisciplinar/article/view/762/389. Acesso em: 05 de março de 2025.

ARNOLD, G. L.; HYMAN, S. L.; MOONEY, R. A.; KIRBY, R. S. Plasma amino acids profiles in children with autism: potential risk of nutritional deficiencies. **Journal of Autism and Developmental Disorders.** v. 33, n. 4, p. 449-454, 2003. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12908813/. Acesso em: 01 de março de 2025.

BURNS, J. *et al.* Comorbidities Affecting Children with Autism Spectrum Disorder: A Retrospective Chart Review. **Children**. v. 10, p. 1414, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.3390/children10081414. Acesso em: 17 de março de 2025.

FRAGUAS, D. *et al*. GENIAL CARE. O que é anamnese? Disponível em: https://genialcare.com.br/blog/o-que-e-anamnese/. Acesso em: 17 de março de 2025.

HYMAN, S. L. *et al.* Nutrient intake from food in children with autism. **Pediatrics,** v. 130, supl. 2, p. S145–S153, nov. 2012. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3446170/. Acesso em: 17 de março de 2025.

INSTITUTO PENSI. A alimentação da criança com transtorno do espectro autista. 2023. Disponível em: https://institutopensi.org.br/a-alimentacao-da-crianca-com-transtorno-do-espectro-autista/. Acesso em: 17 de março de 2025.

INSTITUTO NEUROSABER. Como o autismo afeta o cérebro. [S.l.], [s.d.]. Disponível em: https://institutoneurosaber.com.br/artigos/como-o-autismo-afeta-o-cerebro/. Acesso em: 17 de março de 2025.

MATSON, J. L. (Ed.). Comorbid conditions among children with autism spectrum disorders. **Springer**, 2014. p. 161-177. Disponível em: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4614-4788-7_10. Acesso em: 12 de março de 2025.

LEANDRO, M. M. Nutrição e Transtornos do Espectro Autista: Evidências Científicas e Práticas Clínicas. Rio de Janeiro: Editora Ateneu, 2019.

LEMES, *et al.* Comportamento alimentar de crianças com transtorno do espectro autista. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 72, n. 3, 2023. Disponível em: https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/t4CjvXxkH4VvL9qGSZG8MDr/?lang=pt. Acesso em: 19 de março de 2025.

LÔBO, C. R. *et al.* Seletividade alimentar em crianças com transtorno do espectro autista. **Revista de Gestão Social e Ambiental**, Fortaleza, v. 8, n. 1, p. 15–27, 2024. Disponível em: https://rgsa.openaccesspublications.org/rgsa/article/view/8605/3942. Acesso em: 15 de março de 2025.

MAGAGNIN, T. *et al.* Aspectos alimentares e nutricionais de crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 1, e310104, 2021. Disponível em: https://www.scielo.br/j/physis/a/WKnC7ffTK4CJZbgbCJRcChS/?lang=pt. Acesso em: 10 de março de 2025.

MARI-BAUSET, S. *et al.* Evidence of the gluten-free and casein-free diet in autism spectrum disorders: a systematic review. **Journal of Child Neurology**, v. 29, n. 12, p. 1718-1727, 2014. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24789114/. Acesso em: 19 de março de 2025.

NEUROPEDIATRICS BRASIL. As causas do autismo. Disponível em: https://neuropediatricsbrasil.com.br/as-causas-do-autismo/. Acesso em: 20 de março de 2025.

PAGE, B. F. *et al.* Food selectivity in children with autism spectrum disorder: a systematic review. **Research in Autism Spectrum Disorders**, v. 89, 2022. Disponível em: https://link.springer.com/article/10.1007/s10803-021-04947-4. Acesso em: 17 de março de 2025.

PEREIRA, L. F. Abordagem nutricional na prevenção e tratamento do autismo. **Revista de Medicina Integrativa**, v. 3, n. 3, p. 45-55, 2023. Disponível em: https://revistamedicinaintegrativa.com/abordagem-nutricional-na-prevencao-e-tratamento-do-autismo/. Acesso em: 19 de março de 2025.

RANJAN, S.; NASSER, J. A. Nutritional status of individuals with autism spectrum disorders: do we know enough? **Advances in Nutrition**, v. 6, n. 4, p. 397-407, 2015. DOI: 10.3945/an.114.007914. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26178024/. Acesso em: 3 de abril de 2025.

SILVA, J. A. Impactos da seletividade alimentar em crianças com transtorno do espectro autista (TEA). **Revista Praxis**, v. 1, n. 1, p. 1-10, 2023. Disponível em: https://revistas.unifoa.edu.br/praxis/article/view/3803. Acesso em: 19 de março de 2025.

TEIXEIRA, J. C.; SCHEUER, C. I. Neurobiologia do transtorno do espectro do autismo: uma revisão dos aspectos genéticos e epigenéticos. **Revista Brasileira de Psiquiatria,** v. 42, n. 2, p. 163-172, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1516-4446-2019-0575. Acesso em: 22 de março de 2025.

VISSOKER, R. E.; LATZER, Y.; GAL, E. Eating and feeding problems and gastrointestinal dysfunction in Autism Spectrum Disorders. **Research in Autism Spectrum Disorders.** v. 12, p. 10-21, 2015. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1750946715000227?via%3Dihub. Acesso em: 3 de abril de 2025.