Neurosense

Seletividade Alimentar no Autismo

Cartilha para Pais

Dra Thais Caroline Pereira



Licenciado para Elizete de Sousa Carvalho de Paulo - - Protegido por Nutror.com

Sobre a Autora

Terapeuta Ocupacional. Mestra em Tecnologia em Saúde. Especializada em Reabilitação do Membro Superior - Terapia da Mão; Educação Especial com Ênfase em Inclusão; Saúde Mental: Psicopatologia e Psicanálise.
Com Certificação Internacional em Integração Sensorial pela Universidade do Sul da Califórnia.



Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução

Licenciado para Elizete de Sousa Carvalho de Paulo - - Protegido por Nutror.com

TRANSTORNO DO PROCESSAMENTO SENSORIAL

Há uma tendência em atribuir a seletividade alimentar aos aspectos sensoriais do autismo. Arrisco dizer que isso pode estar relacionado ao fato de que, a grande maioria dos casos de Transtorno do Espectro Autista (TEA) apresenta Transtorno do Processamento Sensorial (TPS). Esta relação entre o TEA e o TPS é tão íntima que, recentemente mais exatamente em setembro de 2013, foi lançada a 5ª. revisão do Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM V), onde o TPS foi acrescentado como um novo critério diagnóstico para o autismo. Este transtorno altera a interpretação que o cérebro faz dos estímulos que recebemos através dos sistemas sensoriais, como por exemplo a textura dos alimentos, resultando em comportamentos atípicos, os quais são observados no autismo.

Esta alteração do processamento sensorial foi inicialmente considerada pela terapeuta ocupacional Anne Jean Ayres, que no final da década de 1960 criou a Teoria da Integração Sensorial, a qual considera os aspectos referentes ao desenvolvimento, à aprendizagem, ao comportamento e ao processamento sensorial.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução

Licenciado para Elizete de Sousa Carvalho de Paulo - - Protegido por Nutror.com

Sistemas Sensoriais

Quando falamos sobre os nossos sistemas sensoriais, geralmente nos referimos a cinco sentidos:

- a **visão**, que nos permite ver as cores e formas do mundo que nos cerca;
- a **audição**, que nos permite ouvir os sons do ambiente, identificar se o som está perto ou longe, se é ameaçador ou não;
- o **tato**, que nos permite identificar a temperatura e a textura dos objetos que nos cercam, bem como nos defender de uma superfície que nos seja prejudicial;
- o **paladar**, que nos permite identificar os sabores dos alimentos, se é doce, salgado, azedo ou amargo; bem como nos defender daqueles que possam nos ser prejudiciais e, até mesmo, nocivos; e,
- o **olfato**, que nos permite sentir o cheiro do ambiente.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução

Licenciado para Elizete de Sousa Carvalho de Paulo - - Protegido por Nutror.com

Sistemas Sensoriais

Um grupo menor de pesquisadores menciona mais quatro sistemas sensoriais, e um grupo maior, mais dois sistemas sensoriais, a saber:

- o **sistema proprioceptivo**, localizado nos músculos, tendões e articulações: nos permite saber onde estão as partes do nosso corpo sem que seja necessário o auxílio da visão;
- o **sistema vestibular**, localizado no ouvido interno: está relacionado à atenção e ao equilíbrio.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliezer de Sousa da Paixão de Paula - Protegido por Patrotech

Sistema Proprioceptivo

Para compreender melhor sobre esses dois sistemas, na prática o que acontece é o seguinte:

SISTEMA PROPRIOCEPTIVO

Já ouviu falar em pessoas que não conseguem dormir sem uma coberta pesada?

Costumamos dizer que isso é mania, frescura!

Quando dormimos com um lençol leve, ele apenas toca a pele, de forma que acionamos apenas o sistema sensorial tátil. Quando dormimos, o nosso metabolismo desacelera e o nosso corpo fica com a temperatura mais baixa; desta forma, para algumas pessoas, mesmo no calor, utilizar um lençol e acionar apenas o sistema sensorial tátil não é suficiente para que o seu cérebro entenda que ela está coberta/protegida para dormir.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliane de Sousa Santana de Paula - Protegido por Patrotech

Sistema Proprioceptivo

Sendo necessário o uso de uma coberta pesada, que pressione o corpo, acionando o sistema proprioceptivo (como anteriormente citado, localizado em músculos, tendões e articulações, ou seja, abaixo da pele), para que o seu cérebro consiga entender que ela está protegida para dormir, conseguindo, então, atingir o sono profundo.

Se não for dessa forma, a pessoa atinge apenas o estágio do sono superficial, amanhecendo com a sensação de que não dormiu a noite inteira!

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliane de Sousa Santana de Paula - Protegido por Patrolmail

Sistema Vestibular

Já ouviu falar em pessoas que passam muito mal quando leem em um veículo em movimento?

SISTEMA VESTIBULAR

Quando lemos em um veículo em movimento estamos acionando pelo menos três sistemas sensoriais: a visão, que nos permite fazer a leitura do texto; a audição, que nos permite ouvir os ruídos do ambiente; e o sistema vestibular, que está sendo estimulado pelo movimento do veículo, que provoca alteração da posição da cabeça durante o trajeto. Essa integração das diferentes informações sensoriais pode ficar confusa para o cérebro interpretar, e o sistema que mais se manifesta nesses casos é o vestibular, o qual gera as sensações de desconforto, como **náusea e enjoo.**

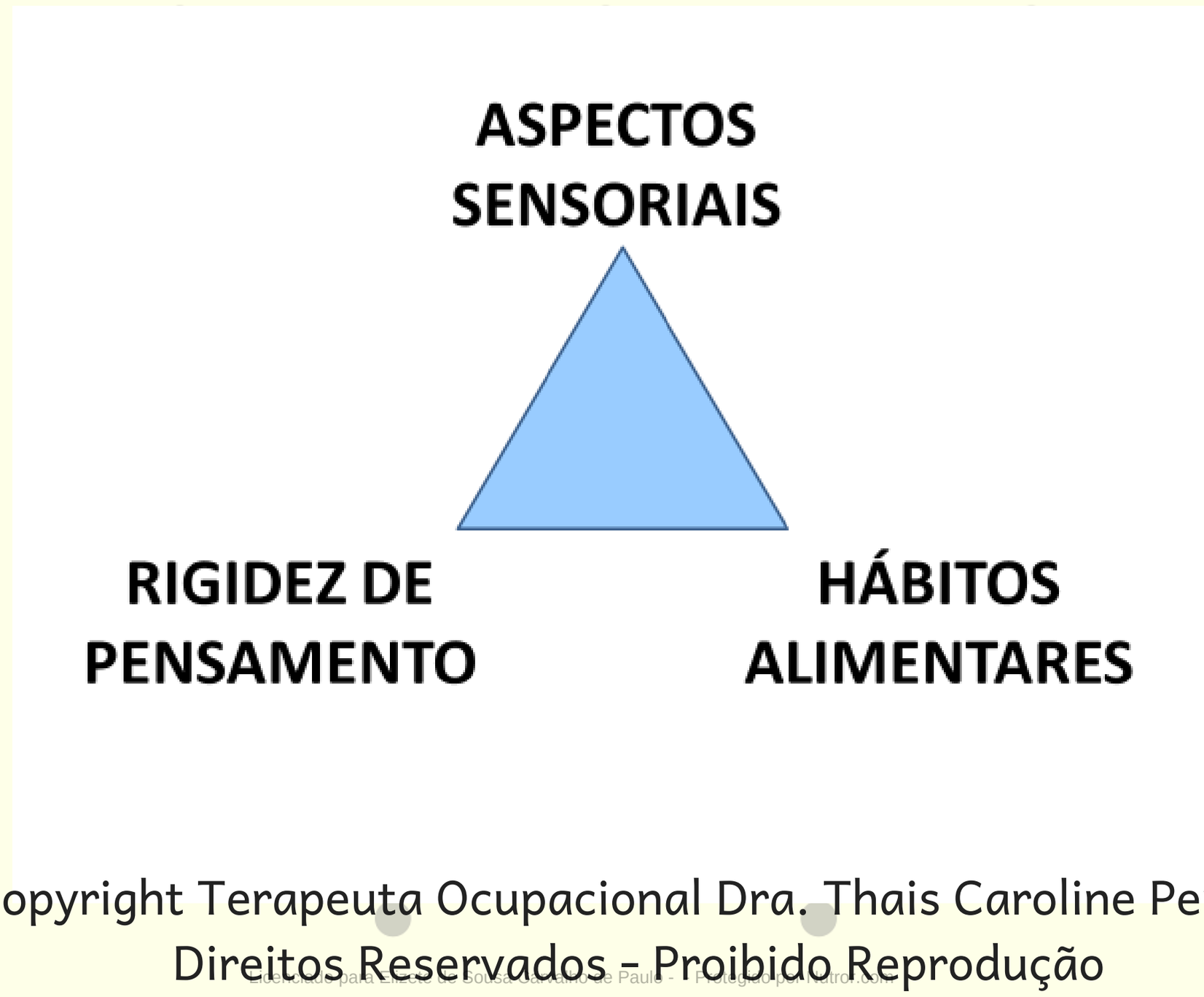
Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Elaborado para Eliezer de Sousa Carvalho de Paula - Protegido por Watro.com

TRÍADE DA SELETIVIDADE ALIMENTAR NOS CASOS DE AUTISMO

Quando a seletividade alimentar observada nos casos de autismo se deve a questões sensoriais, grande parte dos pesquisadores menciona sobre a textura dos alimentos ser o motivo principal.

Porém, nem sempre a seletividade alimentar presente nos casos de autismo tem origem sensorial!

Diante disso, menciono a tríade sob a qual costuma estar pautada a seletividade alimentar nos casos de autismo. Para a sua identificação é importante a avaliação de um terapeuta ocupacional especializado em integração sensorial.



Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Elizete de Sousa Carvalho de Paula - Protegido por Nutror.com

ASPECTOS SENSORIAIS

Quando a origem do problema é sensorial, há dois sistemas que podem estar envolvidos, o tátil e o proprioceptivo, geralmente devido à hipersensibilidade de ambos.

Nesses casos, o indivíduo aceita apenas alimentos com texturas semelhantes, como alimentos secos e não acompanhados de caldo ou molho, ou simplesmente não aceita colocar na boca nenhum tipo de alimento.

Para regular a modulação sensorial, oriento aproveitar os momentos de higienização oral para estimular esta região. Se o indivíduo aceita a escova de dentes, pode aproveitar para passar não só nos dentes, mas também na língua, nas bochechas, nos lábios; se não aceita a escova, a mesma intervenção pode ser feita com dedeira (a mesma utilizada em bebês), gaze, fralda ou pano limpo.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliane de Sousa Santana de Paula - Protegido por Patrotech

ASPECTOS SENSORIAIS

E se o indivíduo não aceita nenhum desses materiais, se pode recorrer a líquidos gelados, como água, suco ou chá, chupar gelo, mastigar gelo moído, enfim... o que o indivíduo permitir e aceitar e a sua criatividade acompanhar. Mas em todos os casos há uma possibilidade! Em casos mais graves de restrição alimentar, geralmente está envolvido o sistema proprioceptivo, sendo necessário recorrer a materiais como mordedores e escova elétrica.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliane de Sousa Santana de Paula - Protegido por Patrotech

ASPECTOS SENSORIAIS

O mordedor, ao tocar a boca, estimula o sistema sensorial tátil, e, ao morder, está sendo acionado, também, o sistema proprioceptivo (localizado nos músculos, tendões e articulações).
A escova elétrica, ao tocar a boca, estimula o sistema sensorial tátil, e, ao vibrar, estimula, também, o sistema proprioceptivo.

Paralelamente a isso, é preciso identificar os alimentos aceitos e oferecer aqueles de texturas semelhantes, como por exemplo, se gosta de feijão, é possível oferecer abobrinha cortada em pedaços de tamanho semelhante ao grão de feijão, com cozimento por um tempo que favoreça a textura também semelhante à do grão de feijão, visando ampliar o repertório alimentar.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliezer de Sousa Santana de Paula - Protegido por Patrotech

ASPECTOS SENSORIAIS

Com o decorrer do tempo, após seguir essas orientações, as texturas dos alimentos que a criança já aceitava serão sutilmente modificadas, aos poucos. Por exemplo, o feijão será cozido cinco minutos a menos. Sendo aceito pela criança, após algumas semanas, experimente cozinhar por 10 minutos a menos. Observando a aceitação da nova textura, discretamente menos macia, ofereça alimentos com texturas semelhantes a esta. E assim por diante...

Há, ainda, aqueles casos em que a dificuldade está em integrar diferentes estímulos sensoriais vindos de sistemas sensoriais diferentes. A alimentação é uma atividade que oferece diferentes estímulos. Nós, primeiramente, vemos os alimentos (visão), na sequência sentimos os cheiros dos alimentos (olfato), então sentimos o sabor dos alimentos (paladar). Para esses indivíduos, "é muita informação para o cérebro dar conta!". Esses são casos de difícil tratamento, mas também possíveis de tratar!

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Elizete de Sousa da Valle de Paula - Protegido por Patrion.com

RIGIDEZ DE PENSAMENTO

Quando a origem do problema está na rigidez de pensamento, isso se reflete na exigência de um padrão de cores e formas dos alimentos, como, por exemplo, que sejam na cor branca ou no formato palito. Nesses casos, a rigidez de pensamento não costuma aparecer apenas relacionada à alimentação, mas em várias áreas, com diferentes repertórios, como, por exemplo, utilizar sempre a mesma cor de lápis para pintar; se incomodar com a cor, o tecido ou a presença de botões ou zíperes nas roupas; se for combinado que vai no mercado, na farmácia e depois no banco, exigirá que esta seja a sequência, no caso de modificação, apresentará alteração do comportamento, podendo ser por meio de birras ou de comportamentos disruptivos diversos.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliane de Sousa Santana de Paula - Protegido por Patrotech

RIGIDEZ DE PENSAMENTO

É preciso identificar quais são os rituais, as manias, as exigências apresentadas diariamente pelo indivíduo e "quebrar este padrão", de forma sutil e respeitando os seus limites. Evite embates ou brigas. Tenha paciência e persistência, pois não é um processo fácil, e muito menos rápido, mas é uma questão a ser tratada emergencialmente, pois tende a se agravar com o tempo e a ampliar as suas formas de apresentação. Exemplo de como abordar: experimente fazer pequenas alterações quanto à cor, utilizando temperos no arroz ou alimentos com cores próximas às exigidas; faça pequenas alterações da forma dos alimentos exigida, cortando um pouco mais grosso, um pouco mais fino, um pouco maior, um pouco menor; quando há a exigência da mesma louça a ser utilizada na mesa para as refeições, leve o indivíduo para escolher novas louças, considerando sua cor preferida, desenho ou personagem preferido. Sempre de forma agradável, pois a refeição deve ser um momento prazeroso!

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliane de Sousa Santana de Paula - Protegido por Patronum

HÁBITOS ALIMENTARES

Nesses casos, uma alimentação que pode ser entendida como restrita devido a fatores sensoriais, porque costuma ser composta por alimentos secos, pode ser devida aos hábitos alimentares, exigindo maior investigação por parte do especialista.

Esses alimentos geralmente são compostos por macarrão instantâneo, salgadinho, bolacha recheada, ou seja, alimentos que não são saudáveis, mas que são comprados pelos pais, que, pela dificuldade de fazer o filho/filha se alimentar, acabam recorrendo a esses alimentos.

Obviamente isso é compreensível, mas é necessário ter em mente que esta é uma alimentação que não favorece o desenvolvimento da criança em termos nutricionais, de forma que, em algum momento da vida, será necessário mudar isso...

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliane de Sousa Santana de Paula - Protegido por Hotmart.com

HÁBITOS ALIMENTARES

Procure alimentos naturais, que precise descascar. Evite tudo o que vem em lata ou em pacote.
Em se tratando de autismo, é comum a ocorrência de alergias alimentares como comorbidades, acompanhando o autismo. Por isso, vale a pena evitar corantes, acidulantes, conservantes, tudo o que tem nos alimentos processados, industrializados. Acredite, esta mudança vai beneficiar a saúde de toda a família!

Sendo assim, é preciso repensar os alimentos a serem comprados e ofertados à criança e mudar o hábito alimentar da família. É importante que todos participem. Não será possível mudança se a criança não puder comer determinado alimento, mas ver que ele está no armário de casa, ou pior, ver os pais comendo este mesmo alimento!

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliane de Sousa Santana de Paula - Protegido por Hotmart.com

Deve ser Considerado que essa Tríade pode Ocorrer de Forma Isolada ou Combinada

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliezer de Sousa Salvano de Paula - Protegido por Patrotech

ORIENTAÇÕES COMPLEMENTARES

• Ter uma rotina diária ajuda o indivíduo a se organizar internamente / a se preparar para os estímulos as serem vivenciados nos momentos das refeições.
• Estabelecer horários para a alimentação, ajuda a ter fome no momento das refeições.
• Ter rotina, ajuda a dar disciplina, o que contribui para que a criança respeite o horário das refeições no que se refere a parar as atividades que está fazendo, sentar à mesa, evitar comer doce antes das refeições, entre outros.
• Evitar distrações nos momentos das refeições, como, por exemplo, a televisão.
• Estimular a autonomia incentivando a escolha do que deseja comer.
• Nomear os alimentos.
• Iniciar a alimentação, oferecendo os alimentos individualmente para cheirar e provar.
• Permitir a exploração manual dos alimentos.
• Favorecer que o momento das refeições seja agradável.
• Manter a oferta dos alimentos, com paciência e persistência.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução
Licenciado para Eliane de Sousa Santana de Paula - Protegido por Patrocinium

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. (DSM – V). Disponível em: < http://www.psych.org/practice/dsm/dsm5>. Acesso em 02 de março de 2014.

BARANEK G. T. Efficacy of sensory-motor interventions for children with autism. Journal of Autism and Developmental Disorders. 32(5), 397-422, 2002.

BEN-SASSON et al. A meta-analysis of sensory modulation symptoms in individuals with autism spectrum disorders. J Autism Dev Disord. 39:1-11, 2009.

GOLDSTEIN, Ariela. O Autismo Sob o Olhar da Terapia Ocupacional - Um guia de orientação para pais. São Paulo: Casa do Novo Autor, 2011.

LANE A. E.; YOUNG, R. L.; BAKER, A. E.; ANGLEY, M.T. Sensory Processing Subtypes in Autism: association with adaptive behavior. J Autism Dev Disord. 40:112-122, 2010.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução

Licenciado para Eliete de Sousa Carvalho de Paula - Protegido por Nutror.com

MARCELLI, Daniel; COHEN, David. Infância e Psicopatologia. 8ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

MOMO, Aline; SILVESTRE, Claudia. Integração Sensorial nos Transtornos do Espectro Autista. In: SCHWARTZMAN, José Salomão; De ARAÚJO, Ceres Alves. Transtorno do Espectro Autista - TEA. São Paulo: Memnon, 2011.

SCHAAF, R. C.; MILLER, L. J. Occupational therapy using a sensory integrative approach for children with developmental disabilities. Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews, 11, 143–148, 2005.

SCHWARTZMAN, José Salomão. Transtornos do Espetro do Autismo: conceito e generalidades. In: ____; De ARAÚJO, Ceres Alves. Transtorno do Espectro Autista - TEA. São Paulo: Memnon, 2011.

SPD Fundation. Sensory Processing Disorder. Disponível em: <http://www.sinetwork.org/about-sensory-processing-disorder.html>. Acesso em 19 de maio de 2012.

WATLING, R. L.; DIETZ, J. Immediate effect of Ayres's sensory integration-based occupational therapy intervention on children with autism spectrum disorders. American Journal of Occupational Therapy, 61, 574-583, 2007.

Copyright Terapeuta Ocupacional Dra. Thais Caroline Pereira
Direitos Reservados - Proibido Reprodução

Elaborado para Eliete de Sousa Salvano de Paula - Protegido por Vitru.com

Parceria



www.oportunidadesdigitais.com.br/

Licenciado para Elizete de Sousa Carvalho de Paulo - - Protegido por Nutror.com