

## OS DESAFIOS EMOCIONAIS DA SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS AUTISTAS: UM OLHAR SOBRE O IMPACTO NOS PAIS

**Mariana Araújo Oliveira**

Graduada em Nutrição; Graduada em Letras Vernáculas; Especialista em Psicologia Nutricional; Especialista em Nutrição Clínica; Especialista em Nutrição com ênfase em alimentação escolar; MBA em Liderança e Coaching; Pós-graduanda em Nutrição aplicada ao Autismo; Terapeuta alimentar infantil.

<https://orcid.org/0009-0009-8600-2827>

E-mail: [marymel18@hotmail.com](mailto:marymel18@hotmail.com)

DOI-Geral: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2023.V2N4>

DOI-Individual: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2023.V2N4-54>

**RESUMO:** A seletividade alimentar pode moldar significativamente as dinâmicas familiares. Abordar esses desafios exige compreensão, comunicação aberta e estratégias adaptativas que promovam uma abordagem mais inclusiva e positiva em relação à alimentação. Este artigo examina os desafios emocionais enfrentados por pais de crianças autistas que manifestam seletividade alimentar. A seletividade alimentar, uma característica comum no Transtorno do Espectro Autista (TEA), não apenas impacta a nutrição e o desenvolvimento das crianças, mas também apresenta implicações significativas para o bem-estar emocional dos pais. Ao oferecer uma análise aprofundada desses desafios, este estudo busca fornecer insights sobre como a seletividade alimentar afeta não apenas a dinâmica familiar, mas também a qualidade de vida dos pais. O desenvolvimento do método de pesquisa, contou com o uso da Escala de Avaliação do Comportamento Alimentar Infantil (BPFAS) com foco em comportamentos alimentares infantis associados a uma baixa ingestão alimentar, aplicada a um grupo de pais de crianças com seletividade alimentar e o delineamento através da pesquisa bibliográfica. Pais podem experimentar estresse e frustração quando as refeições se tornam uma batalha constante e o foco na seletividade alimentar pode desviar a atenção do prazer e da socialização durante as refeições.

**PALAVRAS-CHAVE:** Seletividade alimentar. Orientação parental. Transtorno do Espectro Autista. Alimentação.

### THE EMOTIONAL CHALLENGES OF FOOD SELECTIVITY IN AUTISTIC CHILDREN: A LOOK AT THE IMPACT ON PARENTS

**ABSTRACT:** Food selectivity can significantly shape family dynamics. Addressing these challenges requires understanding, open communication, and adaptive strategies that promote a more inclusive and positive approach to food. This article examines the emotional challenges faced by parents of autistic children who exhibit food selectivity. Food selectivity, a common feature of Autism Spectrum Disorder (ASD), not only impacts children's nutrition and development, but also has significant implications for parents' emotional well-being. By offering an in-depth analysis of these challenges, this study seeks to provide insights into how food selectivity affects not only family dynamics, but also parents' quality of life. The development of the research method included the use of the Children's Eating Behavior Assessment Scale (BPFAS) focusing on children's eating behaviors associated with low food intake, applied to a group of parents of children with food selectivity and the design through bibliographical research. Parents can

experience stress and frustration when mealtimes become a constant battle and a focus on food selectivity can distract from enjoyment and socialization during mealtimes.

**KEYWORDS:** Food selectivity. Parental guidance. Autism spectrum disorder. Nutrition.

## **INTRODUÇÃO À SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS AUTISTAS: UMA BREVE ANÁLISE**

A seletividade alimentar é uma característica comum e desafiadora observada em crianças com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA). Essa condição influencia as preferências alimentares, texturas aceitáveis e a disposição para experimentar novos alimentos. A prevalência da seletividade alimentar em crianças autistas varia, mas estudos indicam que ela é significativamente mais comum nesse grupo em comparação com crianças neurotípicas.

Essa seletividade alimentar pode se manifestar de diversas maneiras, desde a recusa de certos alimentos até uma limitação extrema na variedade da dieta. Além disso, fatores como sensibilidades sensoriais, rigidez comportamental e ansiedades alimentares podem contribuir para a complexidade desse quadro.

É fundamental compreender a natureza da seletividade alimentar em crianças autistas para abordar adequadamente suas necessidades nutricionais e proporcionar um ambiente alimentar mais inclusivo e saudável. Ao explorar essas características, podemos desenvolver estratégias eficazes para apoiar tanto a criança quanto seus pais na jornada de superar os desafios associados à seletividade alimentar.

## **IMPORTÂNCIA DA SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS AUTISTAS: ALÉM DA SAÚDE INDIVIDUAL, A INFLUÊNCIA NA DINÂMICA FAMILIAR**

A seletividade alimentar em crianças autistas é um aspecto crucial a ser abordado, não apenas por sua implicação direta na saúde individual da criança, mas também pelos efeitos que reverberam na dinâmica familiar como um todo. Compreender essa dualidade é essencial para oferecer um suporte holístico e eficaz às crianças autistas e suas famílias.

Quando é pensado sobre o impacto na saúde da criança, deve-se salientar a nutrição adequada, pois a seletividade alimentar pode resultar em dietas restritas, potencialmente levando a deficiências nutricionais, logo garantir uma alimentação equilibrada é fundamental para o desenvolvimento físico e cognitivo da criança autista.

A dieta limitada pode interagir com outras condições comuns em crianças autistas, como distúrbios gastrointestinais, por exemplo. Entender e gerenciar essas interações é vital para promover a saúde global da criança.

Ao pensar no impacto na dinâmica familiar, é importante salientar sobre o Estresse Parental. A seletividade alimentar frequentemente gera estresse emocional para os pais, que se preocupam com o bem-estar e a nutrição adequada de seus filhos. Essa ansiedade pode ter um impacto significativo no bem-estar dos pais. Além disso, as limitações alimentares podem afetar a participação em eventos sociais e atividades familiares que envolvem alimentação compartilhada. Isso pode levar a sentimentos de isolamento e exclusão.

As refeições familiares podem se tornar momentos de tensão, exigindo tempo e energia adicionais para gerenciar as preferências alimentares da criança. Essa dinâmica pode influenciar as relações familiares e a qualidade das interações durante as refeições.

Ao reconhecer a relevância tanto para a saúde individual quanto para a dinâmica familiar, podemos desenvolver estratégias e oferecer apoio específico que aborde de maneira abrangente os desafios associados à seletividade alimentar em crianças autistas. Isso não apenas promove o desenvolvimento saudável da criança, mas também fortalece a resiliência e o bem-estar da unidade familiar como um todo.

## **IMPACTO EMOCIONAL NOS PAIS: O ESTRESSE ASSOCIADO À SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS AUTISTAS**

A seletividade alimentar em crianças com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) não afeta apenas a vida das crianças, mas também tem um impacto significativo no bem-estar emocional dos pais. O estresse emocional associado à seletividade alimentar é acentuado por uma variedade de fatores, destacando-se a sensação de culpa ligada à dificuldade em proporcionar uma dieta diversificada.

A fim de mensurar o impacto emocional parental, uma entrevista foi realizada com um grupo de pais de crianças com TEA utilizando a Escala de Avaliação do Comportamento Alimentar Infantil (BPFAS). Essa escala é utilizada em países da Europa, Ásia e nos Estados Unidos, desde 1994 para identificar comprometimentos no comportamento alimentar em crianças com atraso no desenvolvimento, inclusive as com Transtorno do Espectro Autista (CRIST W, et al., 1994). A escala visa identificar as dimensões do comportamento alimentar que se encontram alteradas, proporcionando um direcionamento mais específico em relação à terapêutica, podendo também ser utilizada para mensurar a evolução do tratamento. Esse instrumento de avaliação utiliza perguntas para avaliar os problemas alimentares no momento das refeições. É composto por 35 itens, sendo os 25 primeiros focados no comportamento infantil e os últimos 10 fornecem um índice de sentimento dos pais e estratégias para lidar com os problemas alimentares no momento da refeição. Assim, os pais devem indicar com que frequência o comportamento ocorre, utilizando uma escala Likert (1 “Nunca” a 5 “Sempre”). Além disso, usando um formato dicotômico, sim ou não, os pais devem informar se o comportamento citado em cada item é um problema para a família

O objetivo da Escala BPFAS é investigar se crianças com problemas alimentares apresentam comportamentos fundamentalmente diferentes (desadaptativos) ou comportamentos semelhantes, mas com maior frequência que crianças sem problemas alimentares. Além de indicar a frequência que determinados comportamentos alimentares ocorrem, os pais devem informar se o comportamento citado em cada item é um problema para a família, focando não somente na criança e seus hábitos, mas também direcionando o olhar para os pais ou cuidadores, ao verificar seus sentimentos e percepções sobre o comportamento alimentar da criança.

A escala foi aplicada de forma verbal e individualizada a pais de crianças de 2 a 5 anos com transtorno do espectro autista (TEA) para ajuste semântico

Abaixo seguem as afirmações relacionadas aos pais presentes no BPFAS:

**Tabela 1: Escala de Avaliação do Comportamento Alimentar Infantil (BPFAS).**

<b>PAIS</b>								
26.Eu fico frustrado e/ou ansioso ao alimentar meu filho	1	2	3	4	5	SIM	NÃO	

27.Eu convenço o/a meu/minha filho/a a dar uma mordida	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
28.Uso ameaças para fazer meu/minha filho/a comer	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
29.Considero que meu/minha filho/a come o suficiente	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
30.Me sinto confiante em minha habilidade de gerenciar o comportamento do meu/minha filho/a durante as refeições	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
31.Se meu/minha filho/a não gosta do que está sendo servido, preparo outra coisa para ele/ela	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
32.Quando meu/minha filho/a se recusa a comer eu coloco a comida em sua boca a força se necessário	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
34.Sinto que o padrão de alimentação do meu/minha filho/a prejudica sua saúde	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
35.Fico tão bravo e irritado com meu/minha filho/a durante as refeições que levo um tempo para me acalmar depois da mesma	1	2	3	4	5	SIM	NÃO

Com base nas respostas apresentadas foi observado que tanto a criança quanto o cuidador tiveram maiores pontuações gerais indicando níveis mais altos de problemas de comportamento alimentar no momento das refeições. Ao abordar o efeito do estresse parental sob a perspectiva da ansiedade materna, pode-se concluir após a análise de respostas que a ansiedade materna e as estratégias alimentares correlacionam-se com comportamentos alimentares considerados problemáticos da criança com TEA, observando, dessa forma, que os sentimentos e estratégias podem contribuir para o desenvolvimento e manutenção de comportamentos alimentares em crianças com TEA.

Deve-se salientar que embora a maioria dos tratamentos e instrumentos de avaliação se concentrem no gerenciamento de comportamentos das crianças, os resultados da BPFAS mostram a necessidade de atenção e intervenção para qualidade de vida dos cuidadores. Foi observado que uma criança com Transtorno no Espectro Autista que apresenta problemas relacionados à alimentação traz uma sobrecarga adicional.

O estresse emocional associado à seletividade alimentar em crianças com TEA não deve ser subestimado. É essencial que os pais recebam apoio emocional,

compreensão e recursos para lidar com esses desafios. Abordar a culpa associada à dificuldade em proporcionar uma dieta diversificada requer uma abordagem compassiva, tanto para com os pais quanto para com as crianças, e a construção de estratégias práticas para enfrentar esses desafios de forma eficaz.

## **IMPACTO NAS INTERAÇÕES SOCIAIS: O ISOLAMENTO PERCEBIDO DE PAIS DE CRIANÇAS AUTISTAS COM LIMITAÇÕES ALIMENTARES**

As limitações alimentares associadas à seletividade alimentar em crianças com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) têm implicações significativas nas interações sociais dos pais, muitas vezes resultando em um isolamento percebido. Essa dinâmica complexa pode influenciar negativamente a participação dos pais em eventos sociais de diversas maneiras, como por exemplo, a dificuldade em encontrar alimentos aceitáveis para a criança podendo limitar as escolhas de restaurantes e locais para eventos sociais. Os pais podem evitar participar de eventos em que a oferta alimentar não seja compatível com as preferências da criança.

Mais um ponto significativo é a ansiedade e preocupações com o julgamento alheio. Os pais podem sentir ansiedade sobre como outras pessoas reagirão à seletividade alimentar da criança. O medo de julgamentos pode levar a uma relutância em participar de eventos sociais, a expectativa de comentários ou olhares de desaprovação pode criar uma barreira emocional, tornando os pais mais propensos a evitar situações sociais.

Além disso a família pode ser afetada com isolamento emocional e psicológico, pois a necessidade de lidar com a seletividade alimentar durante eventos sociais pode levar os pais a se sentirem excluídos. O foco constante na alimentação da criança pode tornar difícil para os pais se envolverem plenamente nas interações sociais. O estresse emocional gerado pelas limitações alimentares pode contribuir para o distanciamento de amizades. Os pais podem evitar situações em que sintam que sua situação única não é compreendida e a constante necessidade de explicar a seletividade alimentar da criança pode ser desgastante e criar uma barreira nas interações sociais.

Abordar esse desafio requer compreensão, apoio emocional e a criação de ambientes sociais inclusivos, onde as diferenças são respeitadas e compreendidas.

Superar o isolamento percebido é essencial para o bem-estar emocional dos pais e a promoção de uma comunidade mais empática e solidária.

## **DESAFIOS PRÁTICOS PARA PAIS DE CRIANÇAS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR: NECESSIDADE DE ADAPTAÇÃO CONSTANTE**

A seletividade alimentar em crianças, especialmente aquelas com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA), impõe desafios práticos significativos para os pais. Estes desafios vão além das preocupações emocionais e abrangem a necessidade constante de adaptação nas tarefas diárias, como a preparação de refeições específicas e a busca por alimentos apropriados.

Enfrentar os desafios práticos da seletividade alimentar em crianças autistas demanda uma abordagem multifacetada. Os pais precisam de suporte não apenas para lidar com as demandas práticas diárias, mas também para enfrentar os desafios emocionais associados. Estratégias personalizadas, orientação de profissionais de saúde e uma rede de apoio forte são fundamentais para enfrentar eficazmente esses desafios práticos.

A seletividade alimentar em crianças autistas frequentemente expõe os pais a julgamentos externos e à pressão social, adicionando um fardo emocional ao já desafiador papel de cuidador. Aqui estão algumas estratégias que os pais podem considerar para enfrentar esses julgamentos e a pressão social:

- Compartilhar Informações com familiares, amigos e conhecidos sobre a natureza da seletividade alimentar em crianças autistas. Compartilhar informações objetivas pode aumentar a compreensão e reduzir o estigma associado;
- Enfatizar a Singularidade do TEA, destacar que a seletividade alimentar está muitas vezes vinculada às características do TEA e que cada criança é única pode ajudar a dissipar mal-entendidos;
- Compartilhar desafios e experiências relacionados à seletividade alimentar, demonstrando que estão cientes da situação e fazendo o melhor possível para lidar com ela;

- Comunicar abertamente sobre as expectativas realistas em relação à alimentação da criança pode ajudar a reduzir a pressão social. Isso envolve explicar que certas preferências alimentares são características da condição e podem levar tempo para serem modificadas;

- Unir-se a grupos de pais que enfrentam desafios semelhantes pode ser reconfortante. Compartilhar experiências, estratégias e emoções com outros pais pode fornecer um senso de comunidade e compreensão.

- Buscar orientações de especialistas que podem oferecer conselhos específicos sobre a seletividade alimentar e buscar apoio profissional, pois a pressão social pode ter um impacto significativo na saúde mental dos pais. Buscar o apoio de profissionais de saúde mental pode ser fundamental para lidar com o estresse emocional associado.

Além disso, é importante salientar que ao tomar decisões alimentares, os pais devem priorizar o bem-estar da criança e suas necessidades específicas, mesmo que isso signifique desviar das expectativas sociais convencionais. Estabelecer limites claros sobre o envolvimento de terceiros nas decisões alimentares pode ajudar a proteger o espaço pessoal dos pais e a autonomia na gestão da seletividade alimentar da criança.

Enfrentar julgamentos e pressão social relacionados à seletividade alimentar em crianças autistas é uma jornada desafiadora para os pais. Ao educar, comunicar-se abertamente, buscar apoio em grupos de pais e priorizar o bem-estar da criança, os pais podem mitigar o impacto negativo dessas pressões externas, promovendo um ambiente mais compreensivo e solidário.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os pais de crianças autistas que enfrentam seletividade alimentar enfrentam uma série de desafios que impactam diversos aspectos de suas vidas. Esses desafios incluem o estresse emocional relacionado à seletividade alimentar que pode resultar em sentimento de culpa nos pais, que se preocupam com a nutrição adequada e o impacto na saúde da criança.

Em meio a esses desafios, estratégias de enfrentamento, apoio emocional e a colaboração com profissionais de saúde desempenham um papel crucial na promoção do



bem-estar tanto das crianças quanto de seus pais. Abordar esses desafios de forma holística pode ajudar a mitigar o impacto negativo da seletividade alimentar na vida familiar.

Em conclusão, a seletividade alimentar em crianças autistas representa um desafio complexo que vai além das preferências alimentares restritas. Compreender mais profundamente os impactos emocionais, sociais e práticos dessa condição é essencial para oferecer um suporte eficaz aos pais e às crianças envolvidas. A seletividade alimentar não é uma questão de escolha, mas muitas vezes está vinculada a características do Transtorno do Espectro do Autismo (TEA).

É imperativo promover uma abordagem empática, educacional e inclusiva em relação às famílias que enfrentam esse desafio. A construção de uma rede de apoio mais forte, que inclua profissionais de saúde, grupos de pais, amigos e familiares, pode desempenhar um papel vital. Encorajando a troca de experiências, a partilha de estratégias bem-sucedidas e a promoção de ambientes sociais inclusivos, podemos criar uma comunidade mais compreensiva e solidária para aqueles que enfrentam os desafios associados à seletividade alimentar em crianças autistas.

Ao adotarmos uma perspectiva de compreensão e aceitação, podemos contribuir para a construção de um ambiente que valorize a diversidade e ofereça suporte não apenas às crianças autistas, mas também aos pais que desempenham um papel crucial na promoção de um desenvolvimento saudável e feliz de seus filhos.

## REFERÊNCIAS

BARBOSA, G. M. **A alimentação da criança com transtorno do espectro autista.** Universidade de Brasília, 2017.

BRASIL. SBP – SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Manual de Orientação. Departamento Científico de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento.** Transtorno do Espectro do Autismo. Nº 05, abril de 2019.

CRIST W, et al. Behavior at mealtimes and the young child with cystic fibrosis. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 1994.

FALCIGLIA, G. et al. **Impact of parental food choices on child food neophobia.** *Children's Health Care*, v. 33, n. 3, p. 217-225, 2004.

MARCELINO, C. Autismo Esperança pela Nutrição. **História de Vida, Lutas, Conquista e muitos Ensinos**. M. Books do Brasil Editora Ltda. São Paulo, 2010.

VILLA, J.K.D. et al. **Padrões alimentares de crianças e determinantes socioeconômicos, comportamentais e maternos**. Revista Paulista de Pediatria, v. 33, n. 3, p. 302-309, 2015.

SANCHEZ K, et al. **Parent questionnaires measuring feeding disorders in preschool children: a systematic review**. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 2015; 57: 9: 798-807

SILVA, N. I. **Relações entre hábito alimentar e síndrome do espectro autista**. Dissertação. Universidade de São Paulo - Escola Superior de Agricultura "Luiz Queiroz", 2011.

Submissão: junho de 2023. Aceite: setembro de 2023. Publicação: novembro de 2023.

## ANEXO

### BEHAVIORAL PEDIATRICS FEEDING ASSESSMENT SCALE- (BPFAS)

**Instruções:** Abaixo está uma série de frases que descrevem o comportamento alimentar das crianças e dos pais. Circle o número que descreve com que FREQUÊNCIA o comportamento ocorre atualmente e circule "SIM" ou "NÃO" para indicar se o comportamento atualmente é um problema para você.

**N = Nunca**   **O = Ocasionalmente**   **M.T. = Metade do tempo**   **F = Frequentemente**   **S = Sempre**

<u>A CRIANÇA</u>	N	O	M.T.	F	S	<u>PROBLEMA PARA VOCÊ</u>	
1. Come frutas	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
2. Tem dificuldade em mastigar alimentos	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
3. Gosta de comer	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
4. Engasga ou apresenta ânsia de vômito nas refeições	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
5. Experimenta novos alimentos	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
6. Come carnes e / ou peixes	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
7. Demora mais de 20 minutos para terminar uma refeição	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
8. Bebe leite	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
9. Chega prontamente às refeições	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
10. Come salgadinhos, mas não come na hora das refeições	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
11. Vomita antes, durante, ou depois da refeição	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
12. Come somente alimentos moídos, sólidos ou macios	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
13. Levanta da mesa durante a refeição	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
14. Deixa comida em sua boca e não a engole	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
15. Chora ou reclama durante a alimentação	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
16. Come vegetais	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
17. Faz birra durante as refeições	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
18. Come amidos (batata, macarrão)	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
19. Tem pouco apetite	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
20. Cospe comida	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
21. Atrasa sua alimentação conversando	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
22. Prefere beber a comer	1	2	3	4	5	SIM	NÃO

23. Se recusa a comer durante a refeição, porém pede comida imediatamente depois da mesma	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
24. Tenta negociar o que vai ou não vai comer	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
25. Requer alimentação nasal-gástrica para manter seu estado nutricional adequado	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
<b>PAIS</b>							
26. Eu fico frustrado e/ou ansioso ao alimentar meu filho	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
27. Eu convengo o/a meu/minha filho/a a dar uma mordida	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
28. Uso ameaças para fazer meu/minha filho/a comer	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
29. Considero que meu/minha filho/a come o suficiente	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
30. Me sinto confiante em minha habilidade de gerenciar o comportamento do meu/minha filho/a durante as refeições	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
31. Se meu/minha filho/a não gosta do que está sendo servido, preparo outra coisa para ele/ela	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
32. Quando meu/minha filho/a se recusa a comer eu coloco a comida em sua boca a força se necessário	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
34. Sinto que o padrão de alimentação do meu/minha filho/a prejudica sua saúde	1	2	3	4	5	SIM	NÃO
35. Fico tão bravo e irritado com meu/minha filho/a durante as refeições que levo um tempo para me acalmar depois da mesma	1	2	3	4	5	SIM	NÃO