

# Principais Agravos Relacionados à Seletividade Alimentar em Autistas

Main Injuries Related to Food Selectivity in Autistics

Principales Problemas Relacionados con la Alimentación Selectiva en Individuos Autistas

## RESUMO

**Introdução:** O transtorno do espectro autista (TEA), é um transtorno de desenvolvimento que é descrito por condições neurológicas atípicas que podem afetar a comunicação do indivíduo, convívio com outras pessoas, e também causar padrões que sejam repetitivos, além de afetar a alimentação de grande parte dos portadores por meio da seletividade alimentar que é um agravo que afeta diretamente a saúde do indivíduo, causando diversas doenças como deficiências nutricionais e doenças do trato gastrointestinal. **Metodologia:** Foi realizado uma revisão integrativa partir de conteúdos de artigos científicos selecionados através de plataformas de pesquisa, como: SciELO, periódicos CAPES, PubMed e BVS que abordaram o tema e acrescentaram informações importantes. **Resultados e Discussão:** A análise dos dados obtidos mostra que há presença de distúrbios provenientes da seletividade alimentar no autista, os artigos revelam que entre as doenças há maior prevalência de distúrbios gastrointestinais (88,9%), seguida de sobrepeso e obesidade (33,3%), menores prejuízos foram encontrados em distúrbios metabólicos (22,2%) e distúrbios de sono (11,1%). Com base nos estudos, se nota que a seletividade alimentar pode ser correlacionada com condições diversas. Tais comorbidades podem afetar de forma direta a vida e saúde do indivíduo, pois modifica o cotidiano do mesmo. **Considerações finais:** Observa-se, a partir dos achados que é de suma importância que seja prestado o cuidado em conjunto com uma equipe interdisciplinar para que sejam traçados meios para melhorar a alimentação de pessoas autistas e assim, sucessivamente, reduzir danos futuros.

**DESCRIPTORIOS:** Transtorno do Espectro Autista; Seletividade Alimentar; Risco à Saúde Humana.

## ABSTRACT-

**Introduction:** Autism spectrum disorder (ASD) is a developmental disorder that is described by atypical neurological conditions that can affect the individual's communication, coexistence with other people, and also cause patterns that are repetitive, in addition to affecting food intake. Most carriers suffer from food selectivity, which is a problem that directly affects the individual's health, causing various diseases such as nutritional deficiencies and diseases of the gastrointestinal tract. **Methodology:** An integrative review was carried out based on the contents of scientific articles selected through research platforms, such as: SciELO, CAPES journals, PubMed and VHL that addressed the topic and added important information. **Results and Discussion:** The analysis of the data obtained shows that there is a presence of disorders arising from food selectivity in autistic people, the articles reveal that among the diseases there is a higher prevalence of gastrointestinal disorders (88.9%), followed by overweight and obesity (33, 3%), smaller losses were found in metabolic disorders (22.2%) and sleep disorders (11.1%). Based on the studies, it is noted that food selectivity can be correlated with different conditions. Such comorbidities can directly affect the individual's life and health, as it changes their daily life. **Final considerations:** Based on the findings, it is observed that it is extremely important that care is provided in conjunction with an interdisciplinary team so that means can be devised to improve the nutrition of autistic people and thus, successively, reduce future damage.

**DESCRIPTORS:** Autism Spectrum Disorder; Food Fussiness; Health Risk.

## RESUMEN

**Introducción:** El trastorno del espectro autista (TEA) es un trastorno del desarrollo caracterizado por afecciones neurológicas atípicas que pueden afectar la comunicación, la interacción social y los patrones repetitivos de un individuo. También impacta significativamente los hábitos alimenticios de muchas personas con el trastorno a través de la alimentación selectiva, una condición que afecta directamente su salud, causando diversas enfer-

medades como deficiências nutricionais y enfermedades del tracto gastrointestinal. **Metodología:** Se realizó una revisión integrativa utilizando contenido de artículos científicos seleccionados a través de plataformas de investigación como SciELO, revistas CAPES, PubMed y BVS, que abordaron el tema y proporcionaron información importante. **Resultados y discusión:** El análisis de los datos obtenidos muestra la presencia de trastornos derivados de la alimentación selectiva en individuos autistas. Los artículos revelan que entre las enfermedades, hay una mayor prevalencia de trastornos gastrointestinales (88,9%), seguido de sobrepeso y obesidad (33,3%). Se encontró un deterioro menos significativo en los trastornos metabólicos (22,2%) y trastornos del sueño (11,1%). Con base en los estudios, se observa que la alimentación selectiva puede correlacionarse con diversas condiciones. Estas comorbilidades pueden afectar directamente la vida y la salud del individuo, ya que modifican su rutina diaria. **Consideraciones finales:** A partir de los hallazgos, se observa que es fundamental brindar atención en conjunto con un equipo interdisciplinario para identificar maneras de mejorar la dieta de las personas autistas y, así, reducir los daños futuros.

**DESCRIPTORES:** Trastorno del Espectro Autista; Irritabilidad Alimentaria; Riesgo a la Salud.

RECEBIDO EM: 07/01/2026 APROVADO EM: 22/01/2026

**Como citar este artigo:** Rezende MVO, Ribeiro RS, Gomes JB, Toledo LAP, Gonzaga WJC. Principais Agravos Relacionados à Seletividade Alimentar em Autistas. Saúde Coletiva (Edição Brasileira) [Internet]. 2026 [acesso ano mês dia];17(104):19224-19235. Disponível em: DOI: 10.36489/saudecoletiva.2026v17i104p19224-19235

**ID Maria Vitória Oliveira Rezende**  
Graduada em Enfermagem pela Universidade de Rio Verde – UniRV  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-1876-2380>

**ID Rosilene da Silva Ribeiro**  
Graduada em Enfermagem, Mestra em Saúde Coletiva pela Universidade Federal de Goiás, Docente na Universidade de Rio Verde – UniRV  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-7479-4328>

**ID Jordana Borges Gomes**  
Graduada em Psicóloga Especialista em Saúde Pública, Tanatologia e Cuidados Paliativos, e Formação complementar em Psicologia Hospitalar, Docente na Universidade de Rio Verde – UniRV  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-1939-3295>

**ID Luiz Alexandre Pereira de Toledo**  
Biomédico com habilitação em Patologia Clínica e Saúde Pública, Mestre em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Goiás (FM/UFG), Docente da Universidade de Rio Verde – UniRV  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4373-6950>

**ID Wigney Júnior Carvalho Gonzaga5,**  
Graduado em Enfermagem, Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Jataí – UFJ, Docente da Universidade de Rio Verde – UniRV  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3928-9588>

## INTRODUÇÃO

O transtorno do espectro autista (TEA), é um transtorno de desenvolvimento que vem sendo bastante abordado nos últimos anos, esse transtorno é caracterizado por uma condição neurológica que pode afetar a fala, a comunicação, o convívio social e o comportamento do indivíduo, além de causar padrões repetitivos, estereotípias e interesses restritos. Pode ser observado também, casos onde o indivíduo apresenta reações

agressivas e obsessivo-compulsivas, ansiedade, hiperatividade, déficit de atenção, distúrbios alimentares e distúrbios de sono<sup>[1]</sup>. O TEA apresenta maior prevalência em homens, sendo assim a questão do gênero é um fator de risco para essa condição, porém a causa para essa prevalência ainda não foi identificada<sup>[2]</sup>.

Acredita-se que a prevalência estimada de casos de TEA seja de 1 caso a cada 44 nascimentos e no Brasil estima-se que exista cerca de 2 milhões de pessoas com Transtorno do Espectro Autista<sup>[3]</sup>.

De acordo com o DSM-5<sup>[4]</sup> (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais) (APA, 2014), o TEA é dividido em três níveis de suporte, sendo eles: Nível 1: necessidade de pouco apoio ou suporte; nível 2: necessidade moderada de apoio; nível 3: muita necessidade de apoio. A partir do diagnóstico é definido o nível de suporte para que o acompanhamento e tratamento do indivíduo seja mais eficaz.

Dentre os níveis de suporte do autismo, pode ser observado em muitos indivíduos a seletividade alimentar, isto é, a difícil

aceitação ou recusa a alimentos variados. Isso se dá devido aos interesses restritos e repetições que são características marcantes no transtorno. O autista é seletivo e resistente ao novo dificultando a inserção de alimentos diversos na sua dieta<sup>[5]</sup>.

A seletividade alimentar pode ser caracterizada como uma tríade, sendo ela “pouco apetite, recusa alimentar e desinteresse pelo alimento”. Outro fator associado é o estresse envolvido no horário das refeições, pois a inserção de novos alimentos de forma abrupta pode deixar o indivíduo autista estressado e com isso, desenvolver uma resistência maior em aceitar novos alimentos<sup>[6]</sup>.

Ademais, indivíduos com TEA podem apresentar alterações sensoriais que são divididas em: sensibilidade sensorial (recusa a ingesta de alimentos devido a sua textura e sabor); sensibilidade sensorial tátil (se nega a tocar o alimento) e sensibilidade sensorial olfativa (cheira o alimento e não consome). O que pode afetar o modo de se alimentar direta ou indiretamente<sup>[7]</sup>. Sendo assim, tanto em indivíduos neurotípicos ou neuroatípicos, a seletividade alimentar pode causar diversas deficiências nutricionais, onde pode ocorrer a carência de vitaminas e minerais que são essenciais para a vida. Fora essa deficiência, estudos apontam que alguns distúrbios gastrointestinais também são bastante presentes em pessoas autistas, dentre eles: o refluxo esofágico, dor abdominal, diarreia e constipação<sup>[8]</sup>. Portanto é de suma importância que a alimentação dos autistas seja acompanhada por profissionais, especialmente da nutrição e discutida acerca da seletividade que os mesmos apresentam, a fim de evitar distúrbios nutricionais ou outros problemas de saúde.

Diante do exposto, faz-se necessário destacar a importância desse estudo, pois, a seletividade alimentar é uma das características mais presentes e marcantes no TEA, sendo uma das preocupações mais comuns por conta dos prejuízos que podem ocasionar na saúde do indivíduo. No entanto também é importante ressaltar a carência de estudos envolvendo a temática, fazendo com que o presente estudo

possa servir futuramente para fomentar novas pesquisas e subsidiar planejamento de ações que buscam a resolatividade desse problema.

Dessa forma o presente trabalho destaca quais problemas de saúde estão relacionados a seletividade alimentar no indivíduo autista. Tem como objetivo geral: levantar os prejuízos causados à saúde do autista, ocasionado pela seletividade alimentar e objetivos específicos: discorrer sobre o transtorno do espectro autista e os níveis de suporte; descrever sobre a seletividade alimentar no indivíduo no autista; levantar as principais condições e agravos causadas pela seletividade alimentar.

## MATERIAIS E MÉTODOS

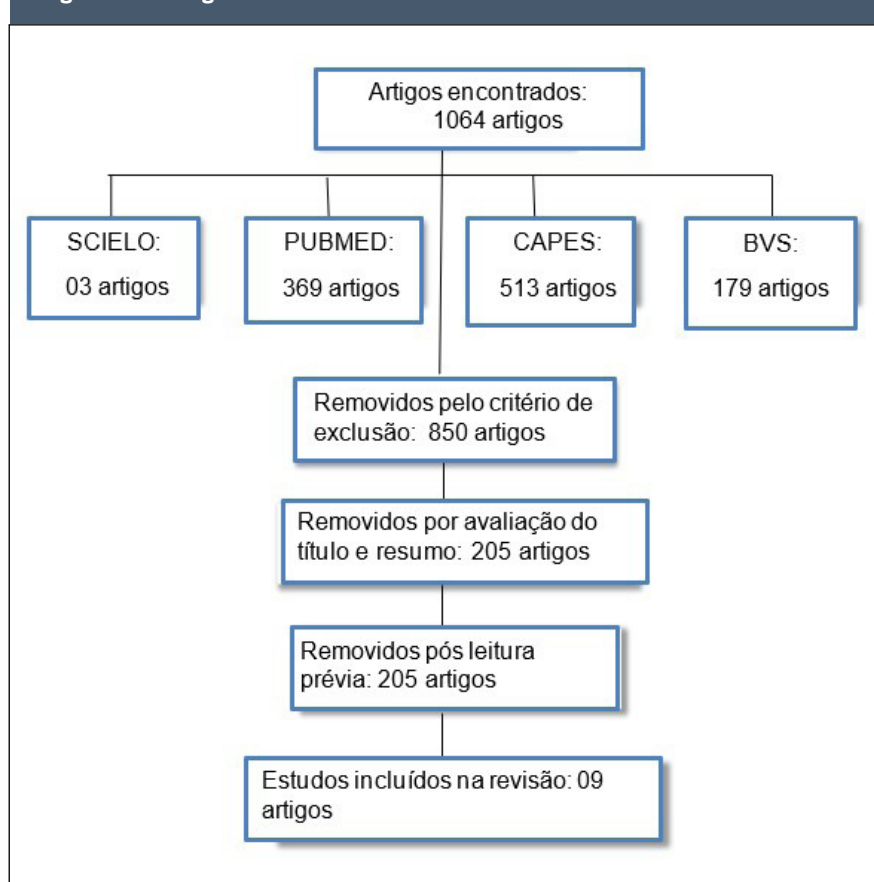
### TIPO DE PESQUISA

A presente pesquisa trata-se de uma

revisão integrativa, exploratória e transversal. O estudo foi realizado a partir de conteúdos de artigos científicos selecionados por meio de base de dados, como: SciELO, periódicos CAPES, PubMed e BVS. Tendo como Descritores das Ciências da Saúde (DecCS/MESH): autismo AND “seletividade alimentar” e autismo AND “food selectivity”.

A pesquisa teve como critérios de inclusão, artigos em inglês e português que estejam relacionados com o tema abordado, com ano de publicação entre 2018 e 2023. Tendo como critérios de exclusão, os trabalhos que não apresentem conteúdo que se enquadrem ao tema da pesquisa. Foram encontrados aproximadamente 1064 artigos, que após a leitura e fichamento, foram aproveitados 9 artigos para elaboração dos resultados e discussões.

Figura 1: Fluxograma



Fonte: própria autoria, 2024.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados encontrados mostram

que diversos são os problemas de saúde relacionados a problemática da seletividade alimentar nos autistas, que podem

contribuir de forma negativa para o surgimentos de outras condições e agravos de forma gradativa.

| Tabela 1: resultados dos artigos selecionados |                                                                                                                                                                                |                                                                |                                                                                        |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
|                                               | TITULO                                                                                                                                                                         | METODOLOGIA / ANO                                              | RESULTADOS                                                                             |
| 1                                             | Excesso de peso e sintomas gastrointestinais em um grupo de crianças autistas.                                                                                                 | Estudo transversal e descritivo, 2020.                         | Sobrepeso, refluxo, gases, distensão, diarreia e constipação.                          |
| 2                                             | Interesse nas concentrações de alimentos e triglicerídeos em crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista.                                                       | Estudo transversal, 2021.                                      | Sobrepeso e hiperlipidemia.                                                            |
| 3                                             | Status de peso e fatores de risco associados a comportamentos na hora das refeições entre crianças com transtorno do espectro do autismo.                                      | Estudo transversal, 2022.                                      | Constipação, diarreia, dor abdominal, vômito, obesidade e sobrepeso.                   |
| 4                                             | Distúrbios gastrointestinais e seletividade alimentar: relação com sono e comportamento desafiador em crianças com transtorno do espectro do autismo                           | Estudo observacional unicêntrico, 2023.                        | Anemia hipocrômica e hipovitaminose (B12), constipação e distúrbios de sono.           |
| 5                                             | Comportamento alimentar de crianças com transtorno do espectro autista                                                                                                         | Estudo prospectivo, transversal, descritivo e analítico, 2023. | Dor abdominal, constipação, refluxo esofágico e diarreia.                              |
| 6                                             | Monócitos aumentados estão associados ao excesso de peso em crianças e adolescentes com transtorno do espectro do autismo.                                                     | Estudo transversal, 2023.                                      | Sobrepeso e disfunção imunológica.                                                     |
| 7                                             | Comportamento alimentar e perfil nutricional de crianças com transtorno do espectro autista em centro de referência na Amazônia.                                               | Estudo transversal, descritivo e analítico, 2024.              | Constipação, gases e distensão abdominal.                                              |
| 8                                             | Correlatos clínicos e prevalência de seletividade alimentar em crianças com transtorno do espectro do autismo.                                                                 | Estudo transversal, 2024.                                      | Constipação e refluxo esofágico. abdominal, constipação, refluxo esofágico e diarreia. |
| 9                                             | A ingestão alimentar e os sintomas gastrointestinais estão alterados em crianças com Transtorno do Espectro do Autismo: a contribuição relativa dos traços ligados ao autismo. | Estudo transversal, 2024.                                      | Constipação, diarreia, gases e dor abdominal                                           |
| 7                                             | Comportamento alimentar e perfil nutricional de crianças com transtorno do espectro autista em centro de referência na Amazônia.                                               | Estudo transversal, descritivo e analítico, 2024.              | Constipação, gases e distensão abdominal.                                              |
| 8                                             | Correlatos clínicos e prevalência de seletividade alimentar em crianças com transtorno do espectro do autismo.                                                                 | Estudo transversal, 2024.                                      | Constipação e refluxo esofágico.                                                       |
| 9                                             | A ingestão alimentar e os sintomas gastrointestinais estão alterados em crianças com Transtorno do Espectro do Autismo: a contribuição relativa dos traços ligados ao autismo. | Estudo transversal, 2024.                                      | Constipação, diarreia, gases e dor abdominal                                           |

Fonte: Própria autoria, 2024.

Fonte: Própria autoria, 2024.

Com base nos achados das pesquisas descritos na tabela 1, foi possível evidenciar que a maior prevalência de distúrbios relacionados a seletividade alimentar está relacionada ao trato gastrointestinal somando 88,9% dos estudos, seguido de problemas relacionados ao ganho excessivo de peso como obesidade e sobrepeso representando 33,3% dos estudos. Também se observou a presença de distúrbios metabólicos na prevalência de 22,2% e distúrbios do sono em 11,1% dos estudos encontrados.

A seletividade alimentar é uma das características mais presentes em indivíduos com TEA, sua maior frequência é na primeira infância, momento em que ocorre a introdução alimentar e são oferecidos novos alimentos com sabores e texturas diferentes. A recusa de alimentos por parte do indivíduo com TEA na maioria das vezes pode ser acompanhada de comportamentos atípicos como choro, chateações diversas e negação ao alimento<sup>[9]</sup> <sup>[10]</sup>.

É notório, com base nos estudos atuais, que a seletividade alimentar dos indivíduos autistas tem correlação com diversos problemas e doenças que afetam a saúde dos mesmos, nos artigos selecionados os autores citam predominantemente a prevalência de distúrbios gastrointestinais, no entanto, também é possível observar a presença de outras comorbidades, como excesso de peso, distúrbios de sono e distúrbios metabólicos.

Tendo em vista que, a seleção de alimentos está totalmente ligada a textura e consistência, ocorre uma aceitação parcial de frutas, verduras e legumes. Em contrapartida a seletividade aumenta o gosto por doces, salgadinhos e outros ultraprocessados, pois os mesmos chamam atenção por terem consistência crocante, textura, cor e formato chamativos causando a redução do teor nutritivo das refeições, gerando deficiência nutricional nos indivíduos<sup>[11]</sup>.

De forma predominante, os artigos apresentados trazem resultados em re-

lação aos distúrbios gastrointestinais no indivíduo com TEA, dos 9 artigos expostos, 8 deles se referem aos sintomas gastrointestinais como o prejuízo mais recorrente causado pela seletividade alimentar, sendo que, tal condição se dá pelas restrições e comportamentos repetitivos na hora de se alimentar. Entre os sintomas descritos foram citados pelos autores: constipação; refluxo esofágico; gases; distensão abdominal; vômito e diarreia.

Essas alterações do trato gastrointestinal ocorrem pois os indivíduos autistas apresentam uma microbiota intestinal diferente de indivíduos neurotípicos, que, em função, da seletividade alimentar encontra-se alterada, predispondo os sintomas gastrointestinais de forma mais recorrente e com maior facilidade<sup>[11]</sup>.

Em concordância com esses achados, Cardoso *et al.*<sup>[9]</sup> cita que os problemas gastrointestinais, estão presentes em cerca de 12% dos autistas, na maior parte dos casos os sintomas são: diarreia crônica, constipação, refluxo, flatulência excessiva e distensão abdominal.

Além da deficiência nutricional, foi possível observar nos artigos 1,2,3 e 6 da tabela, que muitos indivíduos com TEA podem acabar desenvolvendo sobrepeso ou mesmo obesidade, em função do alto consumo de calorias vazias (alimentos pobres em nutrientes e ricos em açúcares, carboidratos simples e gorduras saturadas), que são uma consequência direta da seletividade alimentar.

Pessoas autistas, em sua grande parte, são necessitados de rotinas pois são muito resistentes à mudança, eles costumam apresentar comportamentos repetitivos e estereotipados, uso constante de apenas um objeto, ecolalia, dificuldade em mudanças, principalmente em sua rotina, limitação de interesses a coisas específicas (hiperfoco); uma vez que são submetidos à mudanças no cotidiano, podem apresentar reações diversas, entre elas distúrbios do sono<sup>[12]</sup>.

O autor do artigo 4 da tabela, destaca a alta prevalência de disfunções no

sono nos indivíduos autistas, o mesmo relata acreditar que há correlação entre os distúrbios de sono, os distúrbios gastrointestinais e a seletividade alimentar. Além disso, indivíduos com TEA, podem apresentar um risco maior de desenvolver doenças cardíacas e metabólicas do que pessoas neurotípicas<sup>[13]</sup>.

Pode-se compreender portanto, que a partir da má alimentação, ingestão insuficiente de vitaminas, fibras e outros nutrientes na dieta de um indivíduo, pode predispor disfunções no metabolismo do mesmo, pois não há o consumo adequado de nutrientes para manter o bom funcionamento do organismo.

Também foi possível observar na pesquisa dos artigos 4 e 6 da tabela que os indivíduos analisados, apresentavam distúrbios metabólicos, como anemia, deficiência de vitamina B12 e elevada contagem de monócitos que pode acabar gerando disfunção imunológica nos indivíduos.

Portanto é notório a problemática relacionada à saúde do indivíduo com TEA, causada entre outros fatores, pela seletividade alimentar. Os diversos problemas abordados, podem impactar diretamente a vida e saúde do sujeito autista, modificando e/ou impossibilitando o seu bem-estar. Por tais motivos é que se faz necessário o acompanhamento multidisciplinar desse indivíduo desde quando diagnosticado, para amenizar ou evitar possíveis danos à sua saúde.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos achados nesse estudo, é possível observar que diversos são os problemas de saúde que apresentam uma correlação com o comportamento seletivo do autista nos momentos de alimentação. A restrição de alimentos com alto teor nutricional e o consumo excessivo de alimentos ricos em calorias mostra-se fator de risco para o desenvolvimento de diversas condições e agravos, algumas delas com potencial para cronificar e gerar prejuízos importantes

ao longo da vida do indivíduo.

O indivíduo com TEA pode ser entendido não apenas como um sujeito em situação de vulnerabilidade social, mas também, mais vulnerável a desenvolver diversas condições e agravos em sua saúde,

em função de seu comportamento de evitação alimentar.

Diante do exposto acima é preciso enfatizar a necessidade de que essas pessoas autistas sejam assistidas com qualidade, de forma integral e por equipe multipro-

fissional com o intuito de mitigar os danos causados pela seletividade alimentar por meio de estratégias que facilitem a introdução alimentar, aumentando assim o suporte nutricional do indivíduo, melhorando a qualidade de vida e saúde.

## REFERÊNCIAS

1. Lázaro CP, Siquara GM, Pondé MP. Escala de Avaliação do Comportamento Alimentar no Transtorno do Espectro Autista: estudo de validação. *J Bras Psiquiatr.* 2019; 68 (4):. DOI 10.1590/0047-2085000000246.
2. Borges VM, Moreira LMA. Transtorno do espectro autista: descobertas, perspectivas e Autism Plus. *Revista de Ciências Médicas e Biológicas*, 2018; 7 (2); 230-235. DOI <http://dx.doi.org/10.9771/cmbio.v17i2.21828>.
3. Rodrigues ES, Carvalho E da S, Carvalho JC. Os impactos da seletividade alimentar no estado nutricional da criança com transtorno do espectro autista: uma revisão bibliográfica, Trabalho de conclusão de curso - Graduação em nutrição. Guanambi, Bahia, 2023.
4. APA - DSM-5 – manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: American Psychiatric Association; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento, et al.; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli ... [et al.]. – 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
5. Vieira ITS,. et al. Seletividade alimentar em crianças portadoras de transtorno do espectro autista. *Anais do EVINCI –UniBrasil*, Curitiba, v.8, n.2, [S. l.], p. 114-114, 1 out. 2022.
6. Lima KQ. De, Santos MS da C, Mariz VA. Terapia alimentar e nutricional em crianças no transtorno do espectro autista (tea): uma revisão narrativa, 2023.
7. Brito BGF, Santos DS, Santos RF. Seletividade alimentar em crianças com transtorno do espectro autista, 2023.
8. Araruna LL, Silva MC da. Influência da alimentação no tratamento de crianças com transtorno do espectro do autismo. Trabalho de conclusão de curso – Faculdade de ciências da educação e saúde – Curso de nutrição. 2018.
9. Cardoso BS,. et al. Autismo e seletividade alimentar, 2022.
10. Andrade BR, Santos FB, Silva RPR. Estratégias nutricionais para seletividade alimentar em crianças com transtorno do espectro autista (TEA). Trabalho de Conclusão de Curso - graduação em Nutrição da Universidade Salvador, Bahia. 2023.
11. Felipe JS. et al. Relação entre o espectro autista e os transtornos alimentares. *Brazilian Journal of Health Review*, 2021; 4(1): 1310-1324. DOI 10.34119/bjhrv4n1-113.
12. Oliveira GOM. De, Almeida M de S. Seletividade alimentar e suas complicações nutricionais em crianças com transtorno do espectro autista (tea): um estudo de revisão. Trabalho de Conclusão de Curso - Graduação em Nutrição da Universidade Salvador, 2023.
13. Weir EM. Autismo, problemas de saúde física e necessidade de reforma. 2023; 77(3):229- 230..