

ESTRATÉGIAS PARA MELHORAR A SELETIVIDADE ALIMENTAR: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Alice Vitória Carvalho Mota

Discente- Centro Universitário Fametro- Unifametro

alice.mota@aluno.unifametro.edu.br

Luma Maria Marques Martins

Discente- Centro Universitário Fametro- Unifametro

luma.martins@aluno.unifametro.edu.br

Maria Mylla Leite Gomes de Figueirêdo

Discente- Centro Universitário Fametro- Unifametro

maria.figueiredo@aluno.unifametro.edu.br

Isadora Nogueira Vasconcelos

Doscente- Centro Universitário Fametro- Unifametro

isadora.vasconcelos@professor.unifametro.edu.br

Raquel Teixeira Terceiro Paim

Doscente- Centro Universitário Fametro- Unifametro

raquel.paim@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Alimentos, nutrição e saúde

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Encontro Científico: IX Encontro de Iniciação à Pesquisa

RESUMO

Introdução: A seletividade alimentar (SA) é reconhecida como um distúrbio típico da idade pré-escolar, normalmente relacionada à introdução alimentar tardia, com potencial prejuízo à saúde da criança. Compreender esse fenômeno e o público predisposto pode subsidiar estratégias que melhorem ou reduzam esses comportamentos, favorecendo um estado nutricional adequado. **Objetivo:** Revisar na literatura científica aspectos relativos a características e estratégias de minoração da SA no público infantil. **Método:** Foi realizada uma revisão de literatura integrativa, através das bases LILACS, CAPES e Scielo, utilizando como critério de inclusão artigos científicos publicados em português, nos últimos 10 anos. Foram utilizados para a busca, os descritores Seletividade Alimentar, Ingestão Alimentar e Crianças. **Resultados:** A partir da leitura crítica, dez artigos foram selecionados, os quais, todos foram desenvolvidos no Brasil, concentrando-se na região Sul e Sudeste, com período de publicação variando de 2012 a 2022, e diversidade metodológica. Os estudos encontrados puderam relacionar a seletividade alimentar de maior prevalência em crianças do sexo masculino, na fase pré-escolar e escolar, geralmente relacionada à autonomia de escolhas alimentares, preferências e aversões por determinados alimentos ou grupo de alimentos, a qual repercute em maior preocupação dos pais e cuidadores. Dentro das estratégias empregadas com potencial de diminuição da SA, destacam-se, a frequência regular da escola,

introdução alimentar no tempo adequado, boa relação familiar, educação alimentar e nutricional, oficinas culinárias e integração sensorial. **Considerações finais:** A SA é uma condição complexa e multifatorial, na qual estratégias e intervenções no intuito de minimizar essa ocorrência pode contribuir para melhoria da saúde e estado nutricional da criança com esse acometimento.

Palavras-chave: Seletividade Alimentar; Ingestão Alimentar; Crianças.

INTRODUÇÃO

A infância é um momento importantemente estratégico para estimular alimentação saudável. Uma alimentação saudável e qualitativamente equilibrada em macronutrientes e micronutrientes ainda na infância é indispensável para a promoção da saúde, garantindo adequado desenvolvimento cognitivo e crescimento, tendo em vista os possíveis prejuízos decorrentes das carências nutricionais (CUNHA *et al.*, 2015).

Nesse sentido, é relevante mencionar um dos aspectos que tem preocupado pais, cuidadores e profissionais da área da saúde, o fenômeno da Seletividade Alimentar (SA). Esta, é definida como um comportamento alimentar iniciado habitualmente na primeira infância, com comportamentos restritivos de ingestão de alimentos, que pode ser momentânea ou em determinadas casos podem perdurar até a fase adulta, predominando particularidades como desinteresse, recusa e resistência à determinados alimentos (TAYLOR *et al.*, 2015).

Alguns dos motivos que estão associados ao comportamento alimentar seletivo/restritivo são: introdução alimentar tardia dos alimentos ou determinado grupo de alimento, experiências traumáticas, como engasgo e vômitos e influência familiar por pressão alimentar (TAYLOR *et al.*, 2015).

Por se tratar de uma fase em que grande parte do desenvolvimento físico, cognitivo e emocional ocorrem, destaca-se a importância de se estimular uma alimentação saudável e adequada na infância. Neste sentido, esse trabalho tem o objetivo de revisar na literatura científica aspectos relativos a características e estratégias de minoração da SA no público infantil.

METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de uma revisão de literatura integrativa, de caráter qualitativo, que inclui o processo de busca, análise e descrição de artigos científicos sobre o tema relacionado.

As pesquisas foram feitas nas seguintes bases de dados científicos: Literatura

Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), CAPES e Scientific Electronic Library Online (SciELO).

Para busca nas bases de dados foram utilizados os operadores booleanos “OR” e “AND”, para relacionar os termos em si, envolvendo os resultados de pesquisa para os termos oficiais e seus sinônimos, tornando-a mais exclusiva. Foram usados para a busca de palavras chaves em Decs (Descritores em Ciências da Saúde), entre a combinação “Seletividade Alimentar”, “Ingestão Alimentar”, “Crianças”.

A inspeção foi realizada no período de agosto a setembro de 2022, agrupando na análise, seis artigos científicos publicados em português, entre os anos de 2012 a 2022. Foram incluídos artigos brasileiros, que descreviam estratégias positivas no tratamento da SA em crianças e adolescentes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos foram selecionados e analisados através de leitura crítica baseada em fundamentos teóricos, sendo incluídos seis artigos, os quais possuíam informações necessárias para o alcance do objeto de estudo proposto (Quadro 1).

Sobre a caracterização dos estudos, todas as pesquisas foram desenvolvidas no Brasil, concentrando-se na região Sul e Sudeste, com período de publicação variando de 2013 a 2022, com diversidade metodológica (relato de caso, estudo observacional e pesquisa qualitativa).

De maneira geral, foi observado que a SA tem uma maior prevalência em crianças do sexo masculino, na fase pré-escolar e escolar. Nesta fase, as crianças começam a ter autonomia de escolhas alimentares, preferências e aversões por determinados alimentos, a qual há uma maior preocupação dos pais e cuidadores.

Destaca-se, que crianças diagnosticadas com transtorno do espectro autista (TEA), possuem importante seletividade alimentar, pela dificuldade e alterações sensoriais, sociais e motoras, sendo que em alguns casos, pode prejudicar o seu estado nutricional (SANTOS, 2021).

Quadro 1- Distribuição das referências incluídas na revisão de literatura de acordo com ano de publicação, país, autor.

Autor, ano e local	Objetivo	Método	Principais Conclusões
--------------------	----------	--------	-----------------------

<p>SAMPAIO <i>et al.</i> (2013)/ São Paulo, Brasil.</p>	<p>A importância de identificar os casos de seletividade de forma correta e precoce para que eles sejam encaminhados o quanto antes para profissionais qualificados no tratamento de distúrbios alimentares nos diferentes estágios de desenvolvimento na infância ou adolescência.</p>	<p>Trata-se de um relato de caso de um paciente diagnosticado com seletividade alimentar inicia tratamento especializado de transtornos alimentares.</p>	<p>A evolução do paciente foi positiva e rápida adesão junto com o querer do paciente.</p>
<p>OKUIZUMI <i>et al.</i> (2020)/ São Paulo, Brasil.</p>	<p>Identificar fatores associados à prevalência dos diferentes tipos de dificuldades alimentares em crianças com idade entre 0 e 10 anos.</p>	<p>Estudo observacional retrospectivo com dados de crianças de 0 a 10 anos diagnosticadas com alguma dificuldade alimentar.</p>	<p>O estudo apresentou dentro da amostra, um predomínio nas crianças do sexo masculino, nas crianças pré-escolar, nascidos a termo. Dentro dos fatores associados aos tipos de dificuldades alimentares, o mais prevalente é a seletividade alimentar sem doenças associadas, o estudo mostrou valor estatisticamente significativo com a idade, idade gestacional de nascimento, e a fase de alimentação do aparecimento da queixa.</p>
<p>OLIVEIRA; FRUTUOSO (2021)/ São Paulo, Brasil.</p>	<p>Analisar a alimentação de crianças autistas considerada inadequada devido a seletividade alimentar ou pelas dificuldades de interações nos momentos das refeições</p>	<p>Foi realizada pesquisa etnográfica a partir da observação participante das atividades institucionais supervisionadas com crianças e adolescentes autistas, realizadas em grupo e com alimentos, denominadas oficinas culinárias.</p>	<p>A partir dessa experiência é possível compreender que há uma conexão com a comida através do campo sensorial como o olhar, cheirar, pegar e comer. E que essa atividade foi possível ver além do comer, foi também sobre abraçar as diferenças entre as crianças autistas.</p>
<p>BRAGA <i>et al.</i></p>	<p>Seletividade</p>	<p>Trata de um</p>	<p>O estudo mostra maior prevalência do</p>

(2021)/ São Paulo, Brasil.	alimentar e o papel da escola: Crianças que frequentam regularmente a escola apresentam maior repertório alimentar?	estudo observacional retrospectivo com 94 crianças de 0 à 5 anos diagnosticadas com seletividade alimentar.	sexo masculino, maiores de 2 anos e eutróficos, sem doença associada, também foi observado que crianças que frequentam menos a escola possui mais seletividade alimentar.
FARIA; SANTOS; VIEIRA (2021)/ Montes Claros, Brasil.	Avaliar os hábitos alimentares de crianças com autismo assistidas por uma associação em MG.	Trata-se de um estudo realizado com três crianças diagnosticadas com TEA com idade de três a cinco anos através de um formulário para os pais sobre hábitos alimentares, seletividade alimentar e dificuldades alimentares.	Todas as crianças apresentaram seletividade alimentar e dificuldades de aceitação em novos alimentos em relação a textura, cor e odor dos alimentos.
OLIVEIRA; SOUZA (2022)/ São Paulo/ Brasil.	Observar a relação da seletividade alimentar e a dificuldade sensorial em crianças com transtorno espectro autista e acompanhar sua evolução com abordagem terapêutica de intervenção sensorial.	Trata de uma pesquisa qualitativa a partir de um estudo de caso de um menino de 5 anos com TEA e seletividade alimentar foi usado um questionário para os pais o protocolo perfil sensorial.	Observou-se evidente relação entre alterações sensoriais e a seletividade alimentar no estudo de caso. A partir da intervenção de integração sensorial foi possível ver evolução sensorial-motora com efeito positivo no processo da alimentação.

Crianças que frequentam a escola regularmente possuem menos seletividade alimentar do que as que não frequentam o ambiente escolar, assim como, crianças que tiveram ou iniciaram a introdução alimentar tardia apresentam alta seletividade alimentar (OKUIZUMI *et al.*, 2020).

Uma boa relação familiar é de extrema importância para a construção de hábitos alimentares das crianças e adolescentes e isso pode impactar positivamente ou negativamente

nas escolhas alimentares. Caso for de modo negativo pode haver o surgimento da seletividade alimentar (SAMPAIO *et al.*, 2013).

A educação alimentar e nutricional (EAN) pode ser uma boa estratégia para a conscientização dos pais e filhos sobre a importância da alimentação saudável, para prevenção de doenças e distúrbios alimentares e nutricionais (BRAGA *et al.*, 2021).

Atividades ou estímulos como brincadeiras com tintas, farinha, argila, ou com a própria comida, pode diminuir de modo significativo a seletividade alimentar ao longo do tempo e, positivamente em relação a maior variedade alimentar e participação nas refeições familiares (OLIVEIRA; SOUZA, 2022).

Oficina culinária é um método de bastante eficácia afim de melhorar a seletividade alimentar entre as crianças com TEA, com a finalidade de interação social entre eles e principalmente as suas relações com o alimento, trabalhando seu aspecto sensorial, através da textura, cor e sabor (OLIVEIRA; FRUTUOSO, 2021).

Identificar sinais de seletividade alimentar de forma correta e precoce em crianças e adolescentes, para que eles sejam encaminhados a diversos profissionais habilitados para melhorar esse acometimento, através de estratégias adequadas de acordo com sua individualidade, resultando em um melhor prognóstico do seu tratamento (NOGUEIRA, 2013).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pela observação dos aspectos analisados, referente a estratégias para melhorar a seletividade alimentar na prática clínica apresentou-se grande relevância podendo contribuir para aprimorar a intervenção no acompanhamento nutricional.

Tal desfecho, pode auxiliar o profissional para melhor visibilidade do problema afim de buscar intervenções eficazes quando houver identificação de recusa alimentar, pouco apetite ou desinteresse pelo alimento na infância.

Além disso, foi apresentado algumas intervenções adequadas para os pais e cuidadores, pois é importante a participação ativa para designação dos sinais e sintomas característicos da SA.

No entanto, mais estudos devem ser feitos para saber quais riscos a seletividade alimentar traz para o desenvolvimento e crescimento das crianças. O tratamento precoce freia as inferências de carências nutricionais e possibilita melhor prognóstico.

REFERÊNCIAS

BRAGA, M. C. S. *et al.* Seletividade alimentar e o papel da escola: crianças que frequentam regularmente a escola apresentam maior repertório alimentar?. **Medicina**, Ribeirão Preto, v. 54, n. 3, e-172886, 2021. Disponível em:

<https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/172886>. Acesso em: 01 out. 22.

CUNHA, A. J. L. A.; LEITE, A. J. M.; ALMEIDA, I. S. Atuação do pediatra nos primeiros mil dias da criança: a busca pela nutrição e desenvolvimento saudáveis. **Jornal de Pediatria**, Porto Alegre, v. 91, n. 6, S44 – S51, 2015. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/jped/a/948g5WVgHHsdmstNpkHNv5b/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 05 out. 22

FARIA, L. C. M.; SANTOS, A. C. F.; VIEIRA, K. H. Avaliação dos hábitos alimentares de crianças com o

Transtorno Do Espectro Autista (TEA): um estudo de caso. **Bionorte**, Montes Claros, v. 10, n. 2, p. 149-154, jul./dez. 2021.

<https://doi.org/10.47822/bionorte.v10i2.127>

LAM, J. Picky eating in children. **Frontiers in Pediatrics**, Kalamazoo, v. 3, 41, 2015.

Disponível em: <file:///C:/Users/maria/Downloads/fped-03-00041.pdf> Acesso em: 05 Out. 22

LEVENE, I. R.; WILLIAMS, A. Fifteen-minute consultation: The healthy child: “My child is a fussy eater!”. *Archives of Disease in Childhood Education and Practice*, **Best Practice**, Inglaterra, v. 103, 71-77, 2018. Disponível em:

<https://ep.bmj.com/content/edpract/103/2/71.full.pdf> Acesso em: 01 Out. 22

OLIVEIRA P. L.; SOUZA A. P. R. Ramos de Terapia com base em integração sensorial em um caso de Transtorno do Espectro Autista com seletividade alimentar. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, Santa Maria, v. 30, e2824, 2022. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/cadbto/a/hZ4RyjSvfmXYFjGKPFqCrnb/?format=pdf&lang=pt>

Acesso em: 02 out. 22

OKUIZUMI A. M. *et al.* Factors associated with the different types of feeding difficulties in children aged 0 to 10 years: a retrospective study in a Brazilian reference center. **Scientia Medica**, São Paulo, v. 30, n. 1, e35530, 2020. Disponível em:

<https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/scientiamedica/article/view/35530/26064>

Acesso em: 05 Out. 22

OLIVEIRA B. M. F.; FRUTUOSO M. F. P. Muito além dos nutrientes: experiências e conexões com crianças autistas a partir do cozinhar e comer juntos. **Cadernos de Saúde Pública**, Santos, v. 37, n. 4, e00132020, 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csp/a/54gYDFVCTvRBSmkrCSFK9NR/?format=pdf&lang=pt>

Acesso em: 02 out. 22

SAMPAIO A. B. M. *et al.* Seletividade alimentar: uma abordagem nutricional: relato de caso. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, São Paulo, v. 62, n. 2, p. 164-170, 2013. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/XMDX3Wc8Xn7XbcYvRfjdSpd/?format=pdf&lang=pt>

Acesso em: 05 out. 22

TAYLOR, C. M.; WERNIMONT S. M.; NORTHSTONE K.; EMMENTT P. M. Picky/fussy eating in children: Review of definitions, assessment, prevalence and dietary intakes.

Appetite, Bristol, v. 95, n. 2015, p. 349-359, 2015. Disponível em:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666315003438?via%3Dihub>. Acesso em: 29 Sep. 22