

**XI JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

**SUPLEMENTAÇÃO DE VITAMINA D E QUALIDADE DE VIDA EM
CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA: REVISÃO
DE LITERATURA**

**MARIANA RÚBIA GOMES BRITO¹; RAYSSA MADALENA OLIVEIRA LIMA
CHAVES²; MARIA VERIDIANE GOMES BARROS DE CASTRO³; YSADORA SILVA
BARBOSA⁴; ISADORA NOGUEIRA VASCONCELOS⁵**

¹Centro Universitário Fametro – Unifametro; mariana.brito@aluno.unifametro.edu.br

²Centro Universitário Fametro – Unifametro; rayssa.chaves02@unifametro.edu.br

³Centro Universitário Fametro – Unifametro; maria.barros@aluno.unifametro.edu.br

⁴Centro Universitário Fametro – Unifametro; ysadora.barbosa01@aluno.unifametro.edu.br

⁵Centro Universitário Fametro - Unifametro;
isadora.vasconcelos@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: NUTRIÇÃO CLÍNICA

Introdução: O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio do neurodesenvolvimento caracterizado por dificuldades na comunicação e interação social, além de padrões de comportamento repetitivos e restritos. O neurodesenvolvimento pode ser afetado por diversos fatores, como deficiência de folato, uso de medicamentos antiepilepticos e antidepressivos, e deficiência de vitamina D. Esta vitamina lipossolúvel é essencial para o desenvolvimento humano, apresentando função endócrina e atuação como neuroesteroide em regiões cerebrais em desenvolvimento e também em áreas relacionadas à aprendizagem e memória na fase adulta, sendo crucial para a manutenção de níveis séricos adequados de 25(OH)D. Em crianças com TEA, a deficiência de vitamina D pode estar associada à baixa exposição solar e à seletividade alimentar, fatores que dificultam a obtenção adequada da vitamina por meio da dieta. Dessa forma, a suplementação torna-se necessária. As doses de manutenção recomendadas são de 400 a 1.000 UI/dia para crianças menores de 1 ano, e de 600 a 1.000 UI/dia para aquelas entre 1 e 18 anos. Essa suplementação pode ser administrada por meio de cápsulas, comprimidos ou soluções líquidas. **Objetivo:** Revisar os efeitos da suplementação de vitamina D na qualidade de vida de crianças com Transtorno do Espectro

**XI JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

Autista (TEA). **Métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura baseada na pergunta norteadora: “Qual o efeito da suplementação de vitamina D em crianças com Transtorno do Espectro Autista?”. A busca foi realizada nas bases de dados PubMed e Scientific Electronic Library Online (SciELO), em abril de 2025. Os critérios de inclusão foram: estudos sobre suplementação de vitamina D, amostras compostas por crianças com TEA, e discussão de fatores de risco associados à hipovitaminose D, publicados entre 2019 e 2024. Foram excluídos trabalhos de conclusão de curso, revisões de literatura que relacionassem outras doenças, vitaminas ou minerais. Os descritores utilizados (DeCS/MeSH) foram: “deficiência de vitamina D”, “autismo infantil” e “transtornos do neurodesenvolvimento”, combinados com o operador booleano AND. A busca inicial resultou em 81 artigos, dos quais, após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 33 foram selecionados, sendo utilizados 4 na presente revisão. **Resultados:** Em um estudo realizado em 2020, 52 crianças com idade entre 3 e 13 anos e diagnóstico de TEA foram divididas aleatoriamente em dois grupos: um recebeu vitamina D (n=26) e o outro, placebo (n=26), durante 15 semanas. O grupo experimental recebeu 300 UI/kg de vitamina D ao dia, até o máximo de 6.000 UI/dia em forma de xarope. Dos participantes, 43 completaram o estudo. Observou-se aumento significativo nos níveis séricos de 25(OH)D no grupo suplementado, com melhora na qualidade de vida. Outro estudo com 1.529 crianças e adolescentes com TEA, com idades entre 3 e 18 anos, identificou 100 participantes elegíveis após aplicação de critérios de exclusão. Constatou-se que 57,7% apresentavam deficiência ou insuficiência de vitamina D, sendo os níveis mais baixos observados no segundo grupo comparativo. Um estudo que avaliou os níveis séricos de vitamina D de 189 crianças do sexo masculino com idade média de 5 anos, sendo 83 com TEA e 108 controles saudáveis, mostrou que as crianças com TEA apresentaram níveis significativamente mais baixos de vitamina D em comparação aos controles. Embora tenha sido observada uma associação significativa entre TEA e a deficiência de vitamina D, não foi identificada correlação direta entre esses níveis e alterações na atividade cerebral. **Conclusão/Considerações finais:** Esta revisão da literatura indica que a deficiência de vitamina D é comum em crianças com TEA, sendo influenciada por fatores como baixa exposição solar e seletividade alimentar. A suplementação de vitamina D demonstrou efeitos positivos na qualidade de vida, bem-estar físico e mental dessas crianças, reforçando sua

XI JORNADA DE NUTRIÇÃO

CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

importância como estratégia complementar de cuidado. A suplementação monstra ser positiva, mas são necessários mais estudos rigorosos para confirmar seus efeitos e orientar tratamentos mais eficazes.

Referências:

DE CARVALHO, C. et al. **Hipovitaminose D em pediatria: diagnóstico, tratamento e prevenção – Atualização.** 2020. Disponível em:
https://www.sbp.com.br/fileadmin/11/DC_HipovitD_diagn-tratam-prevenc_Atualiz.pdf. Acesso em: 3 abr. 2025.

JAVADFAR, Z. et al. Effects of vitamin D supplementation on core symptoms, serum serotonin, and interleukin-6 in children with autism spectrum disorders: A randomized clinical trial. **Nutrition**, v. 79–80, p. 110986, nov. 2020. DOI:
<https://doi.org/10.1016/j.nut.2020.110986>.

PETRUZZELLI, M. G. et al. Vitamin D deficiency in autism spectrum disorder: A cross-sectional study. **Disease Markers**, v. 2020, p. 1–5, 19 set. 2020. DOI:
<https://doi.org/10.1155/2020/4701349>.

ŞENGENÇ, E.; KIYKIM, E.; SALTIK, S. Vitamin D levels in children and adolescents with autism. **The Journal of International Medical Research**, v. 48, n. 7, 15 jul. 2020. DOI:
<https://doi.org/10.1177/0300060520938605>.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA. **Vitamina D: novos valores de referência.** 2021. Disponível em: <https://www.endocrino.org.br/vitamina-d-novos-valores-de-referencia/>. Acesso em: 3 abr. 2025.

Palavras-chave: Deficiência de vitamina D; Autismo infantil; transtorno do neurodesenvolvimento.