

## **A NUTRIÇÃO COMO CONTRIBUIÇÃO NO DESENVOLVIMENTO COGNITIVO DA PESSOA COM AUTISMO**

Simone de Oliveira Castro<sup>1</sup>, Camila Mota da Silva<sup>1</sup>, Iasmin Magalhães Pinho<sup>1</sup>, Kátia Nogueira Pestana de Freitas<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Estudantes no Bacharelado em Nutrição da Faculdade Maria Milza (FAMAM); <sup>2</sup>Doutora em Genética e melhoramento (UFV, FAMAM).Emails:simoni.nutri.famam@hotmail.com;mila.smota@outlook.com;magalhãesiasmin00@gmail.com; katypestana@yahoo.com.br

O autismo é um transtorno neurológico caracterizado por comprometimento da comunicação verbal e não-verbal, interação social e comportamento restrito e repetitivo. Entre os problemas mais frequentemente identificados em indivíduos autistas estão as patologias gastrointestinais e carências de vitaminas. Embora tenha se conhecido alterações genéticas, a etiologia do autismo parece bastante difícil de esclarecer, revelando-se multifatorial. A suplementação multivitamínica, em ácidos graxos, ômega- 3 e em ácido fólico tem sido bastante utilizada para melhorar o estado nutricional desses indivíduos. Por outro lado, tem-se revelado crescente a aposta numa alimentação isenta de caseína e glúten. Neste sentido, o objetivo deste trabalho foi realizar um revisão de literatura referente a dieta sem glúten e sem caseína para portadores do autismo. Assim, inicialmente, foi realizado um levantamento bibliográfico a partir das bases de dados Scielo, Open Access, Unisepg e Pubmed, utilizando como palavras chave transtornos alimentares, autismo, dieta e nutrição. Em seguida, foram selecionados 3 artigos referentes ao tema colocado em estudo, publicados na língua portuguesa entre os anos de 2014 a 2016. Os artigos nos remete a entender a importância de uma boa dieta para os indivíduos autistas, abrindo leques para uma reflexão acerca da alimentação restrita a glúten e caseína. A exclusão dessas proteínas seria eficiente, devido à teoria dos peptídeos opioides de origem exógena. Muitos estudos demonstraram que o TEA (Transtorno do Espectro Autista) pode ser consequência da digestão incompleta de alimentos contendo glúten e caseína, estes por sua vez em excesso no trato gastrointestinal (TGI), passam para a corrente sanguínea devido a uma disfunção na permeabilidade da membrana intestinal e através da circulação atingem o sistema nervoso central (SNC), se ligam a neuroreceptores opioides criando uma atividade exacerbada e perturbando uma série de sistemas neurais, o que resultaria na sintomatologia e mudanças significativas em seu comportamento ficando na maioria das vezes agressivos. Mediante os resultados encontrados nos artigos foi possível observar os benefícios que a intervenção nutricional promove para o indivíduo autista. A restrição do glúten e caseína diminuiu significativamente os sintomas presente no TEA, sendo que a classificação passou de autismo levemente grave para autismo leve. Portanto se faz necessário que uma dieta restritiva seja aplicada continuamente, no sentido de assegurar ao indivíduo portador do autismo uma melhor qualidade devida.

**Palavras – chave:** Transtornos alimentares, autismo, dieta e nutrição.