

RODA DE CONVERSA SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA

Maria Yasmin Silva de Sousa¹, Elysa Sousa de Oliveira², Maria Eliana Peixoto Bessa³

¹Discente do curso de enfermagem, UVA, Sobral/CE, mariayasminsilva77@gmail.com

²Discente do curso de Enfermagem, UVA, Sobral/CE, elysaoliveirasousa@gmail.com

³Docente do curso de Enfermagem, UVA, Sobral/CE

A alimentação saudável é fundamental para o desenvolvimento neuropsicomotor infantil, visto que os hábitos alimentares adequados oferecem nutrientes essenciais que atuam de forma efetiva na produção e na manutenção de células, tecidos e órgãos de todo o corpo. No entanto, a seletividade alimentar em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) dificulta sobremaneira a garantia de uma dieta composta por alimentos nutritivos e essenciais. Diante desse contexto, torna-se necessário desenvolver estratégias que auxiliem pais e cuidadores na elaboração de ações voltadas à minimização dessa dificuldade, como a realização de rodas de conversa que possibilitem a partilha de experiências, ideias e soluções. O presente trabalho objetiva relatar a experiência de acadêmicas da Liga de Enfermagem em Saúde da Criança (LIESC) em uma roda de conversa realizada com pais de crianças com TEA, abordando o manejo da seletividade alimentar e a importância da alimentação saudável. Trata-se de um relato de experiência. A atividade foi realizada no dia 26 de junho de 2025, no turno da tarde, com duração de 40 minutos. O encontro contou com a participação de duas mães e dois pais, sendo realizado na área da piscina do Centro de Ciências da Saúde (CCS), local escolhido em virtude do projeto Nado Adaptado, desenvolvido com crianças com TEA acompanhadas por seus responsáveis, público-alvo da ação. Durante a atividade, foram utilizados *folders* educativos sobre alimentação saudável, contendo informações acerca de práticas alimentares adequadas e da seletividade alimentar — característica comum no autismo. O material foi entregue aos participantes e, em seguida, realizou-se uma partilha sobre as vivências e dificuldades enfrentadas pelos pais na gestão da alimentação dos filhos. Os participantes relataram divergências entre os tratamentos indicados pelos terapeutas e a viabilidade de aplicá-los no cotidiano. Em resposta, foram sugeridas estratégias simples para lidar com essas situações, incentivando a realização de aproximações sucessivas aos novos alimentos, de modo que a criança passe gradualmente a aceitá-los. Também foi recomendada a oferta de alimentos semelhantes aos já aceitos, respeitando sempre os limites da criança. Ademais, ressaltou-se a importância da busca por apoio das equipes de saúde para um melhor acompanhamento terapêutico. A atividade educativa e as discussões realizadas sobre a importância da alimentação saudável para crianças com TEA possibilitaram um espaço de troca de ideias, esclarecimentos e aprendizado coletivo. A ação contribuiu significativamente para a formação das acadêmicas, ao possibilitar o reconhecimento das dificuldades enfrentadas por pais atípicos e o desenvolvimento de estratégias de apoio mais efetivas. Além disso, favoreceu a comunicação e a escuta ativa, ampliando o conhecimento sobre a temática.

Palavras-chave: Dieta saudável; Transtorno do Espectro Autista; Saúde da Criança