Gac Sanit. 2026;40(S4):628

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

881 - NUTRIÇÃO E SUPLEMENTAÇÃO NO AUTISMO: ANÁLISE TEÓRICO-CRÍTICA COMO ALTERNATIVA AOS FÁRMACOS

A.K. Morais, A.M. Nascimento, G.R. Martins, M.E. Baltazar, S.S. Sousa, P.C. Oliveira, R.N. França, K.V. Silva, E.R. Maia

Universidade Regional do Cariri (URCA); Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Estado do Ceará (IFCE); Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte (Estácio FMJ).

Resumen

Antecedentes/Objetivos: O transtorno do espectro autista é uma condição neuropsiquiátrica complexa cuja prevalência tem aumentado globalmente, sendo tradicionalmente manejada por meio de medicamentos psicotrópicos associados a efeitos colaterais relevantes. Diante desse cenário, cresce o interesse por abordagens complementares e menos invasivas. Este ensaio teórico-crítico teve como objetivo analisar criticamente o papel da nutrição e da suplementação como alternativas ou adjuvantes aos medicamentos convencionais no manejo do autismo.

Métodos: Trata-se de um ensaio teórico-crítico fundamentado em revisão narrativa da literatura científica. Foram analisados estudos publicados nos últimos dez anos nas bases PubMed, Scopus e Google Scholar, incluindo ensaios clínicos, revisões sistemáticas e meta-análises que investigaram dietas específicas e suplementação nutricional em indivíduos com autismo. Os achados foram examinados de forma crítica quanto à eficácia, segurança, limitações metodológicas e aplicabilidade clínica, além de comparados aos tratamentos farmacológicos convencionais.

Resultados: As evidências indicam que intervenções nutricionais, como a dieta sem glúten e caseína e a dieta cetogênica, bem como a suplementação com ômega-3, vitamina D e probióticos, apresentam potencial para melhora de sintomas comportamentais, cognitivos e gastrointestinais em pessoas com autismo. Em comparação aos medicamentos convencionais, essas abordagens demonstram perfil

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

de segurança mais favorável e alinhamento com uma perspectiva holística do cuidado. Entretanto, os estudos analisados apresentam limitações importantes, como amostras reduzidas, heterogeneidade metodológica e variabilidade nas respostas individuais, o que impede conclusões definitivas.

Conclusões/Recomendações: A nutrição e a suplementação configuram estratégias promissoras no manejo do autismo, especialmente como abordagens complementares aos tratamentos farmacológicos. Contudo, a evidência científica ainda é inconclusiva, reforçando a necessidade de pesquisas mais rigorosas e padronizadas. Recomenda-se uma abordagem interdisciplinar e individualizada, integrando nutricionistas, médicos e outros profissionais da saúde, visando promover cuidado integral, seguro e centrado na pessoa com autismo.

Financiamento: Ministério da Saúde do Brasil.

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados