

A NUTRIÇÃO NO TRANSTORNO DE DEFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE (TDAH)

Sarah De Carvalho Guimarães, Vanessa De Castro Gomes Araújo.

Resumo: O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) pode ser classificado como um transtorno do neurodesenvolvimento, diagnosticado através de níveis prejudiciais de organização, impulsividade e desatenção. É um transtorno com maior frequência em parentesco de primeiro grau que não possui marcadores biológicos, por isso o diagnóstico não pode ser feito através de exames. O TDAH prejudica na rotina do indivíduo, principalmente quando este não é capaz de manter seu foco em situações cruciais. O déficit de atenção prejudica o ouvir e causa recorrentes esquecimentos, não havendo relação com a idade. Na hiperatividade, os comportamentos envolvem a dificuldade em esperar, em se manter sentado, realizam refeições rapidamente e não completam o raciocínio. Podem ocorrer pequenos atrasos quase imperceptíveis, nos primeiros passos, nas primeiras palavras e no aprendizado escolar (ler e escrever). Com isso o objetivo desse levantamento da literatura foi demonstrar os benefícios da alimentação no tratamento do TDAH. E evidenciar a atuação do profissional de nutrição para a evolução do tratamento do TDAH. O presente estudo trata-se de uma revisão da literatura baseada em análise de artigos. As fontes de pesquisa consultadas para coleta de dados foram: RSDjournal (Research, Society and Development), ISJ (International Scientific Journals), Revista Ibero-Americana de Humanidade, Ciências e Educação, Revista Perspectiva, Revista Saúde e Desenvolvimento Humano, BJD (Brazilian Journal of Development), American Psychiatric Association, Mosaico: Estudo em Psicologia. Foram usados os seguintes descritores: Nutrição no TDAH, Seletividade no TDAH, Disbiose Intestinal, Microbiota Intestinal e Deficiências Nutricionais no TDAH. Os critérios de seleção dos artigos foram feitos pelo ano de publicação do trabalho, incluindo as pesquisas publicadas entre 2019 a 2023. A deficiência nutricional é bem recorrente neste transtorno, pois durante a infância, em geral as crianças possuem uma seletividade alimentar, pois a hiperatividade dificulta a aceitação de alimentos, horários determinados para refeições e o fracionamento. Ações e escolhas como essa, causam a deficiência de vitaminas, minerais e impactam no crescimento e desenvolvimento das crianças. Nos casos onde há insuficiência da ingestão de micronutrientes, o ajuste da alimentação mostra-se eficaz, resultando em redução dos sintomas do transtorno e melhora no estado nutricional da criança. Conclui-se que o estilo de vida alimentar trará benefícios como melhora no desenvolvimento e crescimento que tem relação com toda criança e além disso trará melhor resposta cognitiva e melhoria na evolução neural, por isso acreditando no neurodesenvolvimento através da alimentação, nossa atenção precisa ser dobrada ao que comemos e bebemos, a fim de adquirir plenitude, saúde e disposição para viver.

Palavras-chave: TDAH; criança; alimentação; deficiência; disbiose intestinal; microbiota intestinal; neurodesenvolvimento.

ARAÚJO, A. K. F. P. *et al.* Consumo alimentar e as implicações de deficiências nutricionais em escolares com déficit de atenção e hiperatividade: uma revisão. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 10, p. 63, 2020.

MACHADO, F. *et al.* Perfil alimentar e nutricional de crianças com transtorno do déficit de atenção e hiperatividade. **PERSPECTIVA**, Erechim, v. 46, n. 173, p. 175-188, mar, 2022.

MARQUES, F. M. dos S.; ARAGÃO, J. C. N.; GOULART, R. C. A. F. Eficácia do ácido graxo Ômega-3 sobre o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em crianças (0 a 12 anos de idade): uma revisão de literatura. **Revista Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 10, n. 3, p. 01-10, out, 2022.

PANTOJA C. L. *et al.* Diagnóstico e tratamento da disbiose: Revisão Sistemática **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v.sup. 32, p. 01-07, set, 2019.