

Seletividade alimentar

A **seletividade alimentar infantil** é caracterizada pela recusa alimentar, pouco apetite e desinteresse da criança por um ou mais alimentos. Engloba questões comportamentais, sensoriais, motores orais e clínicas.



Seletividade alimentar

Pode ser leve ou alta e, embora possa estar associada a alguma doença orgânica, os alimentos não necessariamente ocasionam algum tipo de reação ou desconforto.

Alergias e restrições alimentares

Costumam ser associadas a uma reação anormal do organismo, que confunde alguns compostos como ameaças. Exemplos: alergia à frutos do mar, alergia ao glúten, intolerância à lactose.

X

Características

Preferência por texturas e sabores específicos

Exemplo: preferência por alimentos crocantes em vez de moles, pastosos em vez de sólidos ou podem rejeitar alimentos com sabor forte.

Rejeição de novos alimentos

A criança tende a recusar experimentar alimentos que não sejam familiares ou que pareçam diferentes dos alimentos que está acostumada.

Variedade limitada de alimentos

A criança costuma aceitar um conjunto muito restrito de alimentos e podem recusar até mesmo alimentos do mesmo grupo alimentar que os seus preferidos.

Fortes reações a determinados alimentos

Podem haver reações muito negativas ao serem expostas a alimentos que não gostam, manifestando sinais de angústia ou até mesmo vômitos.

Causas comuns

Condições de saúde disfuncionais, como: transtornos do espectro do autismo, de processamento sensorial e distúrbios gastrointestinais

Emocional: estresse, ansiedade, transtornos alimentares, etc.

Ambiente familiar: rotina das refeições, o que é oferecido e como os pais lidam com a alimentação.

Experiências desagradáveis: alergias, intoxicação e até a ingestão forçada de certos alimentos na infância.

Alta sensibilidade sensorial: dificuldade com texturas, sabores, odores e cores de alimentos



Leve

Comem uma menor variedade de alimentos e não aumentam essa variedade mesmo ao serem expostas. Costumam crescer e se desenvolvem adequadamente, pois, apesar da seletividade, normalmente conseguem consumir um montante adequado de nutrientes.

Alta

Apresentam resistência mais intensa e persistente. Costumam aceitar apenas alimentos com as mesmas características, grupos alimentares, marcas ou formas de preparo. Estão mais sujeitos à ingestão inadequada de nutrientes e possíveis deficiências nutricionais.