



NUTRICION EN NIÑOS Y NIÑAS CON AUTISMO.

Luz A. Ruiz Sánchez, MHScN, LND, RD
Diciembre, 2012

Objetivos

Al finalizar la conferencia, los participantes estarán en capacidad de:

- Conocer aspectos generales del autismo
- Conocer el proceso de alimentación normal
- Comprender como se afecta el estado nutricional del niño
- Distinguir los problemas de alimentación más comunes en el niño con autismo
- Identificar las diferentes alternativas de terapias para su manejo
- Aprender sobre las diferentes estrategias nutricionales

Derechos reservados LARuiz-2012

Aspectos generales

- El autismo ocurre en 1 de cada 500 nacimientos
- Se habla del Autismo como un continuum (Trastornos del Espectro Autista-TEA)
- Abril Mes del Autismo
- [Ley # 318](#) del 28 de diciembre de 2005

Derechos reservados LARuiz-2012

Aspectos generales

- Estimado de personas con autismo en PR es de 28,745¹
- Los TEA son 5 veces mas comunes en niños (1 en 54) que en niñas (1 en 252)²
- Según el CDC 1 de cada 88 niños ha sido identificado con TEA²

1. <http://www.salud.gov.pr/Publicaciones/Comunicados/Documents/cp2012/CP-11Marzo2012.pdf>

2. <http://www.cdc.gov/ncbddd/Spanish/autism/index.html>

Derechos reservados LARuiz-2012

Prevalencia identificada de los trastornos del espectro autista
Red ADDM 2000-2008
Datos combinados para todos los sitios

| Año de vigilancia | Año de nacimiento | Número de sitios de ADDM que reportaron | Prevalencia por cada 1,000 niños (Intervalo) | Esto es aproximadamente 1 por cada X niños... |
|-------------------|-------------------|---|--|---|
| 2000 | 1992 | 6 | 6.7 (4.5-9.9) | 1 in 150 |
| 2002 | 1994 | 14 | 6.6 (3.3-10.6) | 1 in 150 |
| 2004 | 1996 | 8 | 8.0 (4.6-9.8) | 1 in 125 |
| 2006 | 1998 | 11 | 9.0 (4.2-12.1) | 1 in 110 |
| 2008 | 2000 | 14 | 11.3 (4.8-21.2) | 1 in 88 |

Derechos reservados LARuiz-2012

¿Cómo se define?

- El **autismo** es una deficiencia en el desarrollo considerada como el resultado de una condición neurológica que afecta la **función del cerebro, la conducta, interacción social, comunicación** y otras destrezas básicas del desarrollo.

Derechos reservados LARuiz-2012

Posibles causas

- Condición heterogénea, multifactorial y multicausal
 - Genético: alteraciones cromosómicas
 - Efecto teratogénico : metales pesados, drogas, ambiente
 - Anomalías fisiológicas: intestino permeable, alergias
 - Anomalías físicas: desarrollo anormal del cerebro
 - Anomalías psicológicas: pérdida de control en el comportamiento

Derechos reservados LARuiz-2012

Equipo multidisciplinario

- Debe incluir a profesionales en:
 - Medicina y de áreas de inmunología, bioquímica y pediatría
 - Psicología
 - Neurología
 - Genética
 - Nutrición
 - Patología del habla
 - Terapia ocupacional y física

Derechos reservados LARuiz-2012

Tratamiento

- Evaluación e intervención por equipo multidisciplinario
- Ninguna droga o tratamiento cura el autismo
- Se ha comprobado que el tratamiento más eficaz consiste en:
 - Aplicar programas educativos especiales con métodos de modificación de conducta
 - Intervención nutricional y dietética apropiada

Derechos reservados LARuiz-2012

Proceso de Alimentación



Derechos reservados LARuiz-2012

Alimentación

- Es un proceso esencial por el cual un ser humano recibe los suficientes nutrientes para las funciones metabólicas, fisiológicas y calóricas



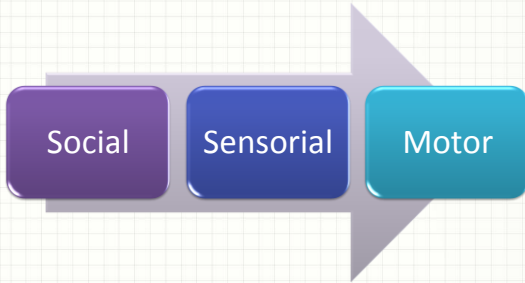
Derechos reservados LARuiz-2012

Nutrientes



Derechos reservados LARuiz-2012

El Proceso de la Alimentación es:



Derechos reservados LARuiz-2012

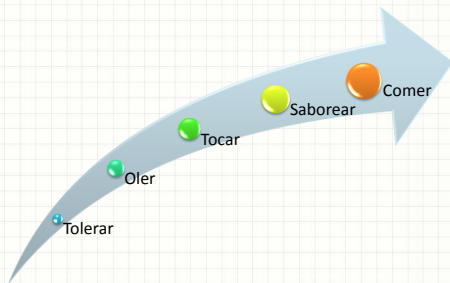
El arte de comer



- Comer y disfrutar un alimento **no** es tan simple como parece.
- Comer es un proceso interactivo con muchos pasos.

Derechos reservados LARuiz-2012

Pasos para comer



Derechos reservados LARuiz-2012

Problemas de Alimentación



Derechos reservados LARuiz-2012

¿Cómo se afecta el estado nutricional?

Médico/Nutricional

- Problemas gastrointestinales
- Alergias a alimentos
- Desordenes metabólicos
- Deficiencias nutricionales

Conducta

- Problemas de conducta al comer
- Dificultades sensoriales
- Factores familiares

Derechos reservados LARuiz-2012

¿Cómo se afecta el proceso de alimentación?

Social

Dificultad para:

- Mantenerse sentado por mucho tiempo
- Entender reglas sociales
- Comprender como sus acciones afectan a los demás
- Entender lenguaje no-verbal

Motora

- Ausencia de patrón lingual
- Dificultad con el tono muscular
- Tarda mucho en comer
- Puede retener comida en la boca

Sensorial

- Rechazan alimentos por la textura
- Sensible a la temperatura de los alimentos
- Evitan tocar los alimentos
- Prefieren líquidos en biberón

Derechos reservados LARuiz-2012

Problemas de alimentación percibidos por los padres

- Relacionado a los alimentos:
 - Son selectivos, quisquillosos, (*Picky eater*)
 - Prefieren y consumen con más frecuencia los que más daño les hacen
 - Fuerte preferencia por un solo color en los alimentos o los alimentos en un envase particular
 - Se vuelven adictos a la comida perjudicial
 - La transición de los alimentos colados a la dieta regular se hace difícil después del año

Derechos reservados LARuiz-2012

Problemas de alimentación percibidos por los padres

- Relacionado a los alimentos (cont...):
 - Preferencia por alimentos secos, crujientes como: cereal seco, pizza, galletas, soda, pan. Otros como: "hot dog", pasta sola, "chicken nuggets"
 - Rechazo a texturas suaves, blandas (papa majada, cereal cocido) y a ciertas temperaturas
 - Pobre ingesta de vegetales y frutas
 - Prefieren "finger foods" a utilizar cubiertos
 - Aceptan ciertas marcas o métodos de preparación

Derechos reservados LARuiz-2012

Selectividad al comer

| Conducta asociada con autismo | Posible efecto sobre la alimentación |
|---|---|
| Necesidad de una rutina, dificultad con las transiciones | <ul style="list-style-type: none"> • Problemas con cambios en la rutina de comer • Negativa hacia un alimento desconocido, plato o ubicación • Limitado número de alimentos aceptados • Aceptación tardía de los alimentos sólidos |
| Aumenta sensibilidad a textura, sabor, temperatura y olfato | <ul style="list-style-type: none"> • Restringe ingesta debido a: <ul style="list-style-type: none"> - Hipersensibilidad - Rechazo de un color específico, textura o temperatura • Dificultad para hacer la transición a nuevas comidas o texturas • Posibles náuseas con algunos olores, texturas o sabores vómitos |
| Fácilmente abrumado o sobrestimulado | |

Derechos reservados LARuiz-2012

Selectividad al comer

| Conducta asociada con autismo | Posible efecto sobre la alimentación |
|--|--|
| Corto periodo de atención | <ul style="list-style-type: none"> • Pierde interés en la comida después de unos pocos minutos |
| Deterioro en la interacción social y habilidades de comunicación | <ul style="list-style-type: none"> • Menos responsivo a los comportamientos positivos de comer modelado por otros |

Derechos reservados LARuiz-2012

Meta nutricional

- La meta de alimentación para las familias es: Lograr que el niño acepte una mayor variedad de alimentos.



Derechos reservados LARuiz-2012

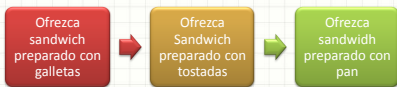
Estrategias para trabajar

- Haga pequeños cambios gradualmente
- Un niño típico puede necesitar exponerse 10 o más veces a un alimento nuevo antes de consumirlo
- Un niño con autismo que tiene sensibilidad a sabores, texturas, olores puede necesitar más exposiciones
- Es natural que el niño rechace algún alimento en algún momento

Derechos reservados LARuiz-2012

Estrategias para trabajar (Cont...)

- Introduzca alimentos en formas similares a los que él ya consume y haga cambios graduales. Ej. si el niño come galletas pero, rechaza el pan:



Derechos reservados LARuiz-2012

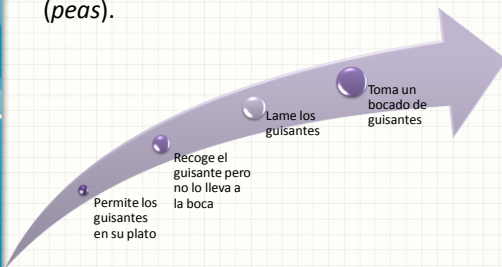
Estrategias para trabajar (Cont...)

- Establecer una rutina
- Evite servir porciones grandes, coloque pocos alimentos en su plato
- Evite ofrecer demasiado alimento y demasiadas opciones
- Espere cambios lentos, pero esperelos
- Diseñe intervenciones que sean consistentes con otros acercamientos efectivos

Derechos reservados LARuiz-2012

Establezca metas realistas

- Introducción de vegetales, ej. los guisantes (*peas*).



Derechos reservados LARuiz-2012

¿Cómo puede ayudar el maestro?

- Elegir un alimento objetivo para ofrecer a la hora de la merienda o almuerzo. El mismo debe darse al niño en su casa
- Usar reforzadores no alimentarios. Utilizar los alimentos como un reforzador enseña al niño a valorar este alimento y se puede enseñar a no valorar otros alimentos
- Incorpore hábitos alimentarios en el sistema de recompensas simbólicas del niño

Derechos reservados LARuiz-2012

¿Cómo puede ayudar el maestro?

- Desarrollar intervención para incluir alimentos nuevos
- Repetir exposición a nuevos alimentos y reforzar verbalmente para tocarlo, olerlo y saborearlo
- Hacer proyectos con materiales de olores y texturas de los alimentos



Derechos reservados LARuiz-2012

Estrategias no efectivas

- Sobornar al niño para comer un alimento, no es un método efectivo a largo plazo
- Obligar al niño a tomar un bocado de un alimento no preferido, no es efectivo
- Ofrecer un alimento preferido un dulce como recompensa para comer por ej. vegetales

Derechos reservados LARuiz-2012

Terapias alternativas

- Dietas especiales o populares
 - Dieta libre de gluten y de caseína
 - Dieta de carbohidratos específicos
 - “Body Ecology Diet”
 - Dieta baja en oxalatos
 - Dieta baja en grasa con restricción en algunos carbohidratos
- Aditivos, preservativos y colorantes
- Suplementos nutricionales

Derechos reservados LARuiz-2012

¿Cómo trabajar lo sensorial?

- Bañar al niño con texturas diferentes cada día
- Bañar al niño con un olor específico por un mes
- Secar al niño con una toalla pesada y áspera
- Frotar la piel con una crema de mano de olor escogido

Derechos reservados LARuiz-2012

Recomendaciones a los Padres

- Informarse bien sobre los posibles efectos secundarios del tratamiento
- Muchos de los estudios y evidencias de intervención nutricional efectiva no son concluyentes
- Ellos son una población vulnerable del mercadeo. No todo lo natural es bueno
- Los padres necesitan apoyo y entender lo que significa escoger una modalidad de terapia no aprobada
- Mantener una línea de comunicación siempre abierta con su proveedor de salud
- Evaluar respuestas al tratamiento que sean medibles

Derechos reservados LARuiz-2012

Papel del Profesional en Nutrición

- Conocer todo lo concerniente a la naturaleza de las diferentes alternativas de terapias
- Obtener información completa de la ingesta dietaria
- Identificar problemas de alimentación en el niño, para realizar una intervención nutricional apropiada
- Mantener un diálogo abierto con la familia para poder aconsejarla efectivamente
- Ofrecer una efectiva educación a los padres y familia del niño con autismo

Derechos reservados LARuiz-2012

Añade color a su alimentación



Derechos reservados LARuiz-2012

RECORDAR

- Ninguna terapia o método trabaja igual para todos los niños
- La asociación de alteraciones nutricionales en niños con autismo ha estado bajo debate científico y al día de hoy continua siendo motivo de evaluación y discusión
- El autismo es una área que presenta muchos retos para el profesional

Derechos reservados LARuiz-2012

RECORDAR

- Evaluación e intervención por equipo multidisciplinario
- Ninguna droga o tratamiento cura el autismo
- Se ha comprobado que el tratamiento más eficaz consiste en:
 - Aplicar programas educativos especiales con métodos de modificación de conducta
 - Intervención nutricional y dietética apropiada para evitar en el niño deficiencias

Derechos reservados LARuiz-2012

RECURSOS POR INTERNET

Sobre autismo y dieta

- www.autismNDI.com
- www.autism.com/ari
- www.yeastconnection.com
- www.gfcf.com
- www.gfcf.org
- www.glutensolutions.com
- www.gfmail.com
- www.gfcfdiet.com
- www.tacanow.com

Derechos reservados LARuiz-2012

RECURSOS POR INTERNET (Cont...)

Compañías que elaboran productos sin gluten y sin caseína

- www.ener-g.com
- www.enjoylifefoods.com/index.asp
- www.envirokidz.com
- www.usmillsinc.com/usmills/index.php
- www.groceries-usa.com/hvc.htm
- www.lundberg.com/home.html
- www.malt-o-meal.com/index.htm
- www.naturespath.com
- www.schaer.com

Derechos reservados LARuiz-2012

Referencias

- Arroyo, C.N. (2009). Las dietas especiales y el autismo. Conferencia 6to. Congreso Educativo Sistema Universitario Ana G. Méndez <http://www.suagm.edu/congreso>
- Elder, J. H. (2008). The gluten-free, casein-free diet in autism: an overview with clinical implications. *Nut Clin Pract.*, 23, 583-588.
- Feuchth, S., Ogata B., & Lucas B.(2010). Nutrition concerns of children with autism spectrum disorders. *Nutrition Focus*, 25(4),1-13.
- Johnson, T.W. (2006). Dietary considerations in autism. *Top Clin Nutr.*, 21 (3): 212-225.
- Rentas, Y. (2009). Los problemas de alimentación y desordenes dentro del continuo de autismo. Conferencia ofrecida en la Escuela Graduada de Salud Pública, RCM.

Derechos reservados LARuiz-2012

Dudas o Preguntas



Derechos reservados LARuiz-2012

GRACIAS

*“Mira en el niño el futuro de la humanidad.
Procura, por lo mismo, solidarizarte con todas las obras
en bien de ellos.
Colabora en la recuperación de los niños desajustados,
principalmente con tus ejemplos de hombre digno y
noble.
En todos los campos, el niño es siempre el futuro , y
necesita, por lo mismo, de nuestra ayuda atenta en
todos los momentos”*

*C. Torres Pastorino
Minutos de sabiduría*

Derechos reservados LARuiz-2012