



TRANSTORNO DO NEURODESENVOLVIMENTO E RECURSOS DA NUTRIÇÃO

Millene Inês Dias Moraes
Andressa Cristino de Oliveira

Resumo

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é uma condição neuropsiquiátrica comum que afeta crianças e adolescentes, caracterizada por sintomas persistentes de desatenção, hiperatividade e impulsividade. O aumento na prevalência do TDAH, acompanhado dos efeitos colaterais associados ao tratamento farmacológico convencional, como perda de apetite e distúrbios do sono, torna crucial a investigação de alternativas terapêuticas. Este estudo tem como objetivo revisar a literatura recente sobre o papel das intervenções nutricionais no manejo do TDAH, explorando abordagens como dietas restritivas e suplementação de micronutrientes em pacientes com deficiências nutricionais, com foco em alternativas ou complementos ao tratamento medicamentoso. Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura, que permite sintetizar as evidências existentes sobre o tema. Para a coleta de dados, foi realizada uma busca em bases de dados científicas, como PubMed, Scopus e Web of Science, por artigos publicados entre 2020 e 2024. Foram incluídos ensaios clínicos e revisões que examinassem a relação entre intervenções nutricionais e os sintomas do TDAH. A seleção dos estudos seguiu critérios de inclusão previamente estabelecidos, com foco em intervenções nutricionais aplicáveis a crianças e adolescentes diagnosticados com TDAH. Os resultados indicam que dietas com restrição de alimentos, como a dieta com poucos alimentos, e a suplementação com micronutrientes, incluindo zinco, ferro, magnésio e ácidos graxos ômega-3, estão associadas a melhorias nos sintomas comportamentais e cognitivos do TDAH. O uso de probióticos também demonstrou potencial em modulação da microbiota intestinal, o que pode contribuir positivamente para o controle dos sintomas. No entanto, a eficácia dessas intervenções varia de acordo com o perfil nutricional e as necessidades individuais dos pacientes, sugerindo a importância de abordagens personalizadas. As intervenções nutricionais podem representar uma estratégia eficaz no manejo do TDAH, especialmente em casos quando os tratamentos farmacológicos são mal tolerados. No entanto, são necessários mais estudos para consolidar essas práticas e estabelecer diretrizes clínicas claras. Recomenda-se uma abordagem interdisciplinar que combine nutrição, atividade física e tratamento convencional para otimizar os resultados terapêuticos.

Palavras-chave: Neurodesenvolvimento; Nutrição; TDAH.