

# AUTISMO Y NUTRICIÓN

Autora: Ana Sanroma Gómez

Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid



## INTRODUCCIÓN

- Autismo: enfermedad neuropsicológica con etiología confusa
- Incluido en Trastornos Generalizados del Desarrollo
- Manifestaciones que afectan a las principales áreas del desarrollo

Alteración microbiota gastrointestinal

Muchos tratamientos



Verdadero aumento

Más información sobre autismo

Definición menos estricta

## OBJETIVOS

- Búsqueda bibliográfica que establezca una relación entre el autismo y la nutrición seguida por estas personas.
- Conocer las alteraciones/deficiencias nutricionales que presentan en común los autistas.
- Encontrar y proponer soluciones o tratamientos que mejoren su situación a través de la dieta y hábitos alimentarios con evidencia científica.

## METODOLOGÍA

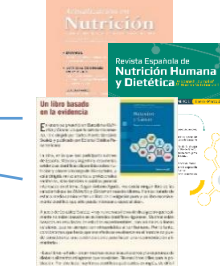
Búsqueda bibliográfica de artículos incluidos en bases de datos y libros relacionados con autismo y nutrición.



Autismo

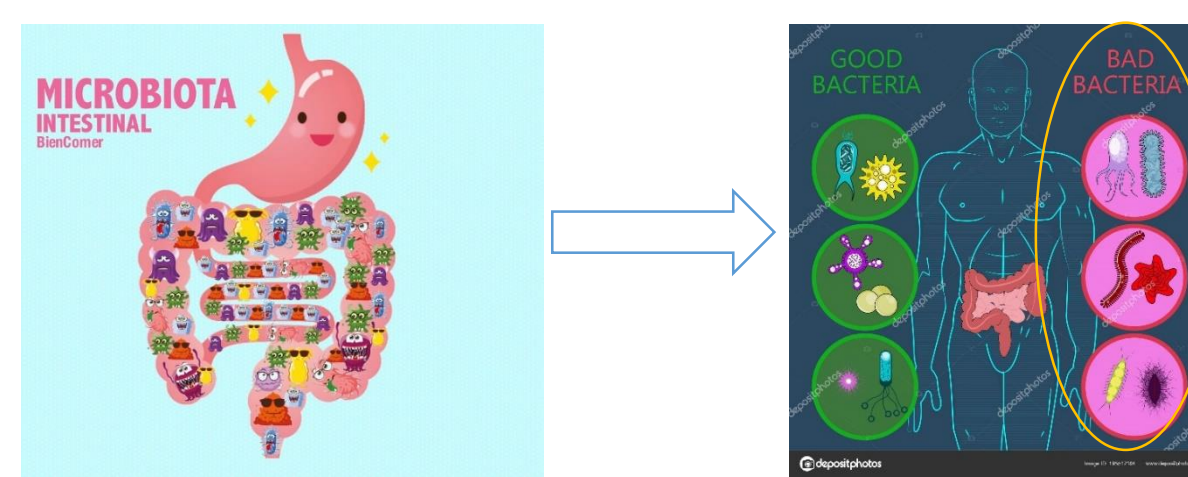


Nutrición



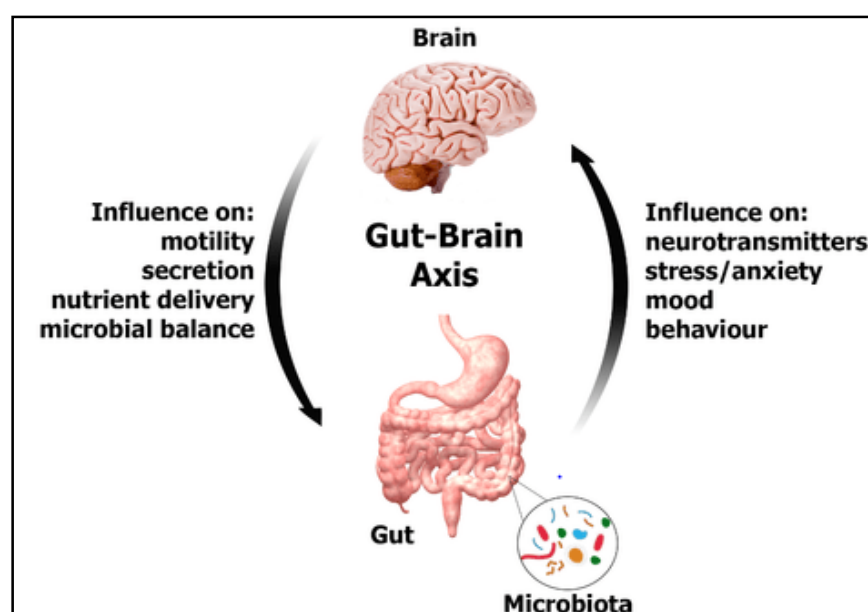
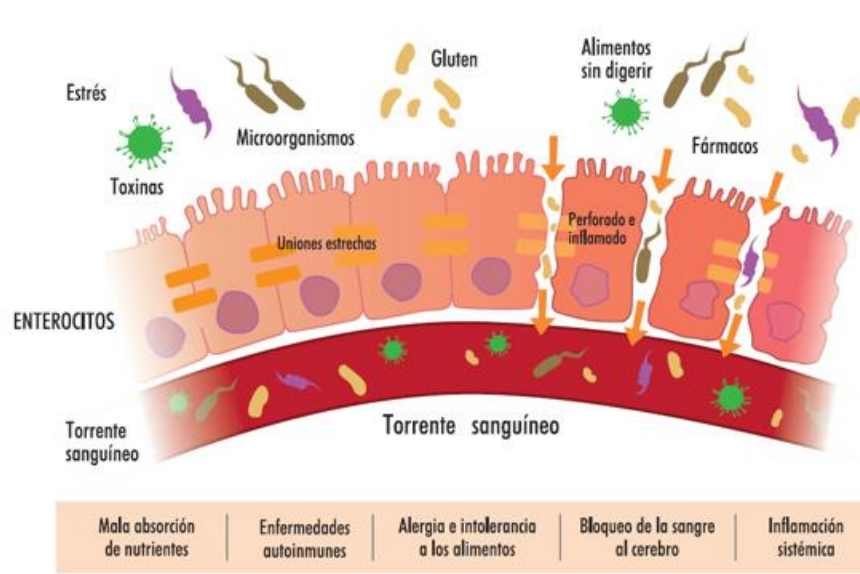
## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### MICROBIOTA GASTROINTESTINAL



AUTISMO

### PERMEABILIDAD INTESTINAL



### DEFICIENCIAS NUTRICIONALES Y SELECTIVIDAD EN LA DIETA

- ✓ Deficiencia piridoxal fosfato → vitamina B6 aumentada
- ✓ Ácidos grasos omega-3 y ácidos poliinsaturados disminuidos

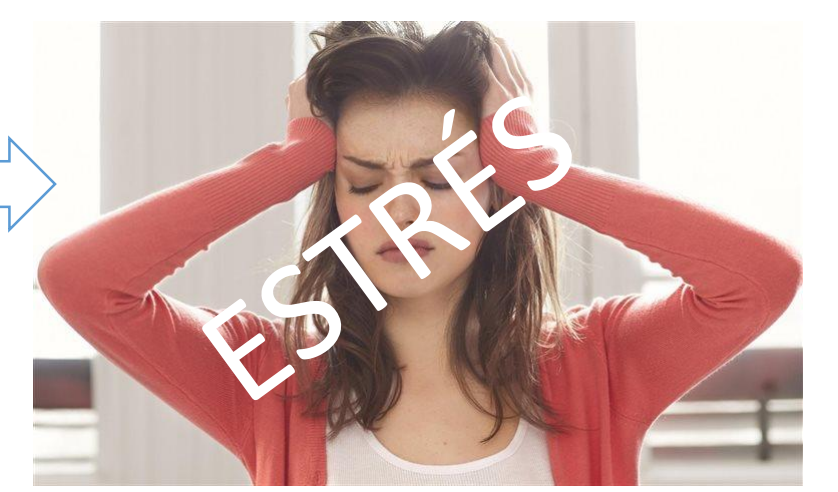
Selectividad alimentos

Dieta controlada por especialista y guiada por padres



### PAPEL DE PADRES DE NIÑOS CON TEA

Hora de comida familiar



Salud física de los padres

Bienestar general de padres

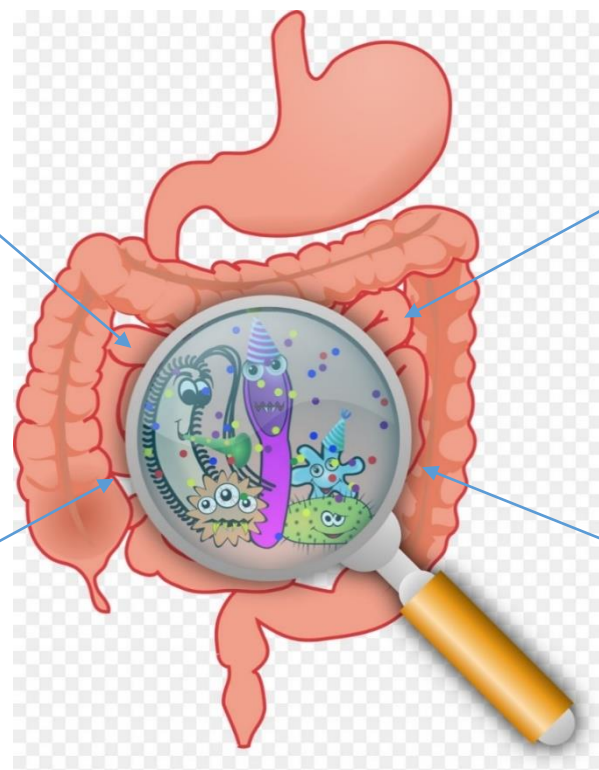
## TRATAMIENTO

MICROBIOTA INTESTINAL

AUTISMO

- ✓ Objetivo: remodelación de la microbiota intestinal

Antibióticos



DIETA

Prebióticos y probióticos

Farmacoterapia

### 1 Dieta libre de gluten y caseína



Gluteomorfinas Caseomorfinas = Opiáceos

Circulación sistémica

### 3 Dieta cetogénica

↑ Grasas ↓ Proteínas

↓ Hidratos de carbono

### 2 Dieta de carbohidratos específicos

- ✓ Objetivo: reestablecer la función normal del intestino y prevenir el desarrollo de patógenos



- Carne
- Queso natural
- Yogurt casero
- ✓ Verduras
- ✓ Fruta fresca
- ✓ Legumbres

### 4 Suplementos dietéticos

- ✓ Omega-3
- ✓ Probióticos



## CONCLUSIONES

- ✓ El autismo es un trastorno del desarrollo con prevalencia cada vez mayor y con etiología confusa.
- ✓ Cursa con graves problemas gastrointestinales.
- ✓ Las alteraciones en la microbiota gastrointestinal y su relación con el autismo hacen que esté en el punto de mira en el tratamiento del TEA con el fin de restablecerla.
- ✓ La alimentación de los individuos con TEA está condicionada por la selectividad, sensibilidad, rechazo de alimentos y alergias alimentarias derivadas de un aumento de la permeabilidad intestinal.
- ✓ Es recomendable que los niños con TEA sigan una dieta controlada por un especialista, y requieren la atención y el apoyo de los padres. Esto supone un estrés adicional para éstos, que en muchas ocasiones repercute de forma negativa en su salud.
- ✓ Entre los tratamientos dietéticos propuestos destacan el seguimiento de la dieta libre de gluten y caseína, dieta de carbohidratos específicos, dieta cetogénica o el uso de suplementos dietéticos, como los ácidos grasos omega-3 y los probióticos.

## BIBLIOGRAFÍA

- Liu F, Li J, Wu F, Zheng H, Peng Q, Zhou H. Composición y función alteradas de la microbiota intestinal en los trastornos del espectro autista: una revisión sistemática. *Psiquiatría Transl. [Internet]* 2019 [citado 9 Mar 2019]; 9 (1): 43.
- Audisio, A; Laguzzi, J; Lavanda, I; Leal, M; Herrera, J; Carrazana, C et al. Mejora de los síntomas del autismo y evaluación alimentaria nutricional luego de la realización de una dieta libre de gluten y caseína en un grupo de niños con autismo que acuden a una fundación. *Nutr. clín. diet. hosp. [Internet]* 2013 [citado 16 Feb 2019]; 33(3):39-47.
- Passos MDCF, Moraes-Filho JP. Microbiota intestinal en enfermedades digestivas. *Arq Gastroenterol. [Internet]* 2017 [citado 11 Mar 2019]; 54 (3): 255-262.
- David Raket. *Medicina integrativa*. 2ª ed. Barcelona: Masson; 2009
- Hubbard KL, Anderson SE, Curtin C, Must A, Bandini LG. A comparison of food refusal related to characteristics of food in children with autism spectrum disorder and typically developing children. *J Acad Nutr. Diet. [Internet]* 2014 [citado 21 Mar 2019]; 114 (12): 1981-7.

\*[Consultar el resto de la bibliografía en la memoria]