



Seletividade alimentar

A seletividade alimentar é um comportamento comum, principalmente entre crianças em fase pré-escolar, caracterizado pela preferência por um número limitado de alimentos e pela recusa persistente em experimentar novos alimentos. Este padrão pode variar desde uma aversão leve, até uma rejeição extrema a certos grupos de alimentos, podendo impactar negativamente na variedade e na qualidade da dieta.

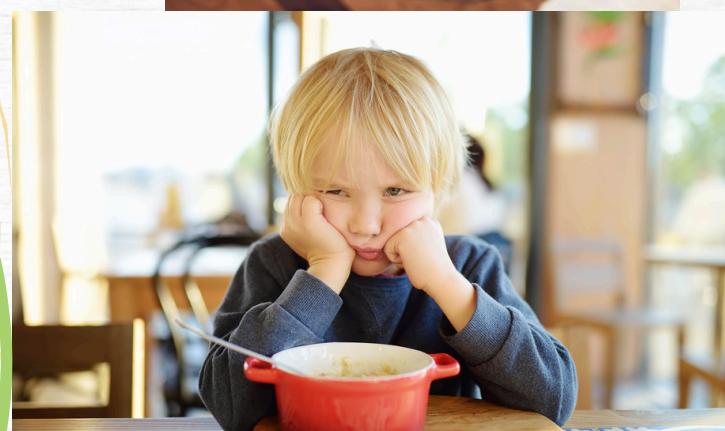
Essa tendência pode ser influenciada por fatores como a textura, o aroma, a aparência ou até mesmo experiências passadas negativas com determinados alimentos.

Embora seja comum em fases específicas do desenvolvimento infantil, a seletividade alimentar pode ser motivo de preocupação quando persiste por longos períodos ou quando leva a deficiências nutricionais. Em alguns casos, pode estar associada a condições médicas como o Transtorno de Seletividade Alimentar, que requer intervenção especializada para melhorar a aceitação alimentar, ou até mesmo ser característico de outro transtorno pré existente, como é comum no Transtorno do espectro autista.

Abordagens para lidar com a seletividade alimentar incluem estratégias educacionais e comportamentais:

- ✓ oferecer alimentos de maneiras diferentes
- ✓ envolver as crianças no preparo das refeições
- ✓ estabelecer rotinas alimentares consistentes.

É crucial para os pais e cuidadores manterem uma abordagem paciente e positiva, incentivando gradualmente a exploração de novos alimentos sem forçar ou pressionar.



Seletividade alimentar

Consultar um profissional nutricionista, pode fornecer orientações específicas e personalizadas para lidar com a seletividade alimentar, garantindo que as crianças recebam uma dieta equilibrada e adequada às suas necessidades de crescimento e desenvolvimento.

Como será conduzido os casos de seletividade alimentar no ambiente escolar?

Serão atendidos mediante apresentação de laudo médico com o diagnóstico ou CID (Classificação Internacional de Doenças) que justifique a seletividade alimentar do aluno. Após o recebimento do laudo médico com o diagnóstico que justifique a seletividade alimentar, a conduta é realizar adaptações no cardápio com base nos alimentos disponíveis na Alimentação Escolar. As restrições alimentares podem contribuir para déficits nutricionais, acarretando problemas de saúde e comprometendo o desenvolvimento infantil. Por isso, não devemos restringir a alimentação da criança sem acompanhamento de profissionais da saúde.



Compreender a seletividade alimentar como um fenômeno comum, mas passível de intervenção e suporte, é essencial para promover hábitos alimentares saudáveis desde a infância até a idade adulta.