

# DEL FORO DE ENFERMERAS DE SALUD MENTAL AEEESME / COMUNIDAD DE MADRID

## LOS PROBLEMAS DE ALIMENTACIÓN EN LAS PERSONAS CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA Y SU INTERVENCIÓN POR PARTE DE LA ENFERMERA DE SALUD MENTAL.

### INTRODUCCIÓN

Los **niños** con Trastorno del Espectro Autista (TEA) presentan **alteraciones en el funcionamiento neuronal** que afectan la **interacción social y la comunicación**. Además, muestran **patrones de comportamiento repetitivos y estereotipados**, acompañados de **alteraciones sensoriales** como hipersensibilidad o hiposensibilidad. Estos factores contribuyen a una **selectividad alimentaria** que **compromete la salud nutricional y aumenta el estrés familiar**. Las dificultades alimentarias en esta población pueden resultar en **ingestas insuficientes de nutrientes, bajos niveles de energía y problemas gastrointestinales**.

### OBJETIVOS

- Identificar **estrategias de evaluación e intervención en alimentación** desde la enfermería de salud mental.
- Proponer **prácticas de apoyo a las familias para mejorar la nutrición en niños con TEA**.

### METODOLOGÍA

Se realizó una **revisión narrativa** de **estudios recientes** sobre la **evaluación e intervención en selectividad alimentaria**, enfocada en **técnicas sensoriales y conductuales basadas en evidencia**.

### CONCLUSIONES

Un **abordaje integral** que combine **intervenciones sensoriales y conductuales** es esencial para mejorar la selectividad alimentaria en niños con TEA. La **enfermería de salud mental desempeña un papel fundamental** en estas intervenciones, **brindando apoyo a las familias y reduciendo el estrés en torno a la alimentación**, lo que beneficia tanto a niños como a cuidadores.

### BIBLIOGRAFÍA

- Esposito M, et al. Food Selectivity in Children with Autism: Guidelines for Assessment and Clinical Interventions. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(5092).
- Baratas M, et al. Guía de Intervención ante los Trastornos de la Alimentación en niños y niñas con TEA. Federación Autismo Madrid.
- Ha YN, Yoo E. Food exposure interventions to improve food selectivity among children with autism spectrum disorder: A systematic review. *Am J Occup Ther*. 2022;76(Supplement\_1):7610510209p1.
- Valenzuela-Zamora AF, et al. Food selectivity and its implications associated with gastrointestinal disorders in children with autism spectrum disorders. *Nutrients*. 2022;14(13):2660.

### DESARROLLO

El **diagnóstico de la selectividad alimentaria** incluye herramientas como el **Brief Autism Mealtime Behavior Inventory (BAMBI)** y la **Behavior Pediatric Feeding Assessment Scale (BPFAS)**, que evalúan el comportamiento en la comida y ayudan a planificar intervenciones personalizadas.

### Intervenciones

Antes de iniciar una terapia alimentaria, es esencial que el terapeuta cree un **ambiente tranquilo y seguro, con poca estimulación ambiental**. Se recomienda comenzar con **objetivos mínimos**, como que el niño **se siente** a la mesa y seleccionar **una sola comida al día para trabajar** inicialmente. Una vez logrado este paso, **se introducen gradualmente alimentos en cantidades mínimas y de características sensoriales familiares** al niño, con un enfoque de **exposición progresiva**. El uso de **técnicas de desensibilización sensorial** puede incluir **juegos con texturas** (arena, espuma) o **ejercicios de contacto oral** (como tocar la boca con una toallita) para **reducir la hipersensibilidad** oral. Estas técnicas ayudan al niño a **tolerar mejor los estímulos sensoriales** en la alimentación y facilitan la aceptación de nuevos alimentos. Otra estrategia es el **modelado de comportamiento**: el niño observa a personas en su entorno o a través de videos que demuestran actitudes positivas hacia los alimentos, promoviendo la imitación de estos comportamientos.

El **refuerzo positivo** es crucial: recompensar al niño por conductas adecuadas en la comida con elogios o pequeños premios. Para potenciar el refuerzo, se puede implementar un **sistema de recompensas o economía de fichas**, donde el niño gana puntos o fichas por probar nuevos alimentos, que luego puede canjear por actividades o premios de su preferencia.

Para abordar **conductas no deseadas**, se recomienda **ignorar las reacciones leves**, como quejas menores, y enfocarse en reforzar comportamientos adecuados. En casos de **conductas más graves**, como lanzar la comida, es mejor **redirigir la atención del niño y reforzar conductas apropiadas**. También es importante **permitir al niño expresar rechazo en otros contextos**, evitando que la comida sea el único espacio donde manifieste control.

### AUTORES

NATALIA MADUEÑO MORENO; ANA DEL CARMEN SOTOS SOLANO; MARINA BALBOA GARCÍA; BLANCA BELLOGÍN LÓPEZ