

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS
CURSO DE NUTRIÇÃO**

Marina Miranda Loures

**Nutrição e Transtorno do Espectro Autista no Instagram: uma análise de conteúdo
temporal**

**Juiz de Fora
2026**

Marina Miranda Loures

Nutrição e Transtorno do Espectro Autista no Instagram: uma análise de conteúdo temporal

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado na graduação de Nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Nutrição

Orientadora: Michele Pereira Costa Neto

**Juiz de Fora
2026**

Marina Miranda Loures

Nutrição e Transtorno do Espectro Autista no Instagram: uma análise de conteúdo temporal

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado na graduação de Nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Nutrição

Juiz de Fora, 13 de janeiro de 2026.

BANCA EXAMINADORA

Presidente: Prof. Dra. Michele Pereira Netto

Membro avaliador: Isa Polastri

Membro avaliador: Ligia Maria Honorato

AGRADECIMENTOS

O meu amor pela nutrição nasceu dentro de outra paixão: o esporte. Desde pequena, vivi em um mundo azul, entre tijolos quadrados e raias que, hoje entendo, não serviam para me separar dos outros, mas para me ensinar a olhar para mim mesma. A natação acompanhou grande parte da minha vida, foi com ela que comecei a sonhar, aprendi sobre disciplina e construí amizades que levarei para sempre. Mas, em determinado momento, ela precisou sair de cena para que a nutrição pudesse entrar. Uma escolha difícil, mas que hoje me orgulho muito.

Ingressar em uma universidade federal virou, então, meu novo grande objetivo, um sonho que só se tornou possível porque, como sempre, tive o apoio incondicional dos meus pais, Cássio e Luciana. Minha mãe, que abriu mão do vestibular dos seus sonhos ao descobrir a minha chegada, e meu pai, que tão jovem precisou assumir responsabilidades para criar uma bebê. Vocês trabalharam incansavelmente para que, diferente de vocês, eu tivesse tranquilidade para estudar e conquistar essa meta. Minha eterna e imensurável gratidão. Fazer vocês sentirem orgulho de mim é, e sempre será, o maior objetivo da minha vida.

Agradeço a Deus, que me sustentou durante toda essa caminhada, me fortaleceu e acalmou meu coração nos momentos de angústia. Sinto sua presença diariamente, guiando cada passo meu.

Ao meu namorado, que tantas vezes acreditou mais em mim do que eu mesma, e que sempre encontrou um jeito de demonstrar apoio, carinho e parceria. Te admiro profundamente e agradeço todos os dias por podermos compartilhar a vida. O encerramento deste ciclo marca também o início de uma nova fase que sonhamos juntos por tanto tempo.

Às minhas tias, Monik e Rafaela, e à minha madrinha, Thaiz, que, cada uma à sua maneira, estiveram presentes em todos os momentos importantes da minha vida, inclusive nesta etapa que agora se encerra.

Aos amigos que caminharam comigo nesses anos, meu muito obrigada. Vocês tornaram os dias mais leves e essa jornada, mais bonita. E, em especial, deixo minha gratidão à irmã que a faculdade me deu, Juliana. Sua força, determinação, foco e coragem me inspiraram a ser melhor. Obrigada por estar ao meu lado em cada desafio, ter você ao meu lado foi essencial.

Sou grata, por fim, a todos os professores que tive a oportunidade de conhecer e aprender. Em destaque, minha professora e orientadora, Michele Neto, que não apenas compartilhou seu conhecimento, mas também me ofereceu apoio e incentivo para a conclusão deste trabalho.

“Para que todos vejam, e saibam, e considerem,
e juntamente entendam que a mão do Senhor fez
isto”

Isaías 41:20

RESUMO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento cujo diagnóstico tem apresentado crescimento significativo nas últimas décadas, fato amplamente documentado por estudos epidemiológicos recentes. Diante da crescente representatividade das mídias sociais no compartilhamento de conteúdos informativos, torna-se essencial avaliar a qualidade dessas informações e identificar como são apresentadas ao público. Objetivo: analisar o conteúdo das postagens relacionadas à nutrição e ao TEA no Instagram, considerando características do autor, formato, tema principal, objetivos, tipo de linguagem, citação de evidência científica, presença de desinformação, e nível de engajamento. Metodologia: uma análise de conteúdo, com uma amostra inicial de 150 postagens provenientes dos primeiros 50 posts de 3 hashtags com mais de 1000 publicações: #nutricaoautismo, #nutricaoautismo e #nutriaautismo e amostra final de 129 posts após aplicados critérios de exclusão. Resultados: comprovou-se predominância de postagens produzidas por nutricionistas, com foco em seletividade alimentar, suplementação e deficiências nutricionais no TEA. A ausência de fundamentação científica explícita esteve presente na maior parte das publicações, apesar de a maioria apresentar informações sem mitos. Houve ainda destaque para a presença de linguagem acessível ou emocional, além de um engajamento maior em publicações que sensibilizavam ou promoviam produtos. Conclusão: o estudo mostrou que o Instagram é uma ferramenta relevante de divulgação de informações nutricionais sobre TEA, porém com limitações importantes. A ausência da citação de referências abre espaço para presença concomitante de conteúdos descontextualizados, favorecendo a desinformação ou confusão dos usuários. Portanto, deve-se incentivar a citação explícita de estudos para publicações informativas, visando maior segurança dos usuários e promovendo letramento digital.

Palavras-chave: Transtorno do Espectro Autista; Nutrição; Redes sociais; Instagram; Análise de conteúdo.

ABSTRACT

Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurodevelopmental condition whose diagnosis has shown significant growth in recent decades, a fact widely documented by recent epidemiological studies. Given the increasing importance of social media in sharing informative content, it becomes essential to evaluate the quality of this information and identify how it is presented to the public. Objective: to analyze the content of posts related to nutrition and ASD on Instagram, considering author characteristics, format, main theme, objectives, type of language, citation of scientific evidence, presence of misinformation, and level of engagement. Methodology: a content analysis, with an initial sample of 150 posts from the first 50 posts of 3 hashtags with more than 1000 publications: #nutricaoautismo, #nutriçãoautismo and #nutriautismo, and a final sample of 129 posts after applying exclusion criteria. Results: a predominance of posts produced by nutritionists was found, focusing on food selectivity, supplementation, and nutritional deficiencies in ASD. The absence of explicit scientific basis was present in most publications, although most presented information free of myths. The use of accessible or emotional language was also highlighted, as well as greater engagement in publications that raised awareness or promoted products. Conclusion: the study showed that Instagram is a relevant tool for disseminating nutritional information about ASD, but with important limitations. The absence of citations creates space for the simultaneous presence of decontextualized content, favoring misinformation or confusion among users. Therefore, explicit citation of studies should be encouraged in informative publications, aiming for greater user safety and promoting digital literacy.

Keyword: Autism Spectrum Disorder; Nutrition; Social media; Instagram; Content analysis.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
2. OBJETIVOS	10
2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	10
3. REVISÃO DA LITERATURA.....	11
3.1 TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA E NUTRIÇÃO	11
3.2 REDES SOCIAIS E O CONSUMO DE INFORMAÇÃO SOBRE NUTRIÇÃO.....	12
4. MATERIAIS E MÉTODOS	14
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO	17
5.1 RESULTADOS.....	17
5.2 DISCUSSÃO.....	20
6. CONCLUSÃO.....	24
REFERÊNCIAS	26

1 INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento cujo diagnóstico tem apresentado crescimento significativo nas últimas décadas, fato amplamente documentado por estudos epidemiológicos recentes. Esse aumento está relacionado, sobretudo, ao aprimoramento dos critérios diagnósticos e à ampliação da vigilância em saúde, refletindo maior identificação de indivíduos em diferentes níveis do espectro (BAIO et al., 2018; ZEIDAN et al., 2023). Paralelamente ao avanço do diagnóstico, observa-se um interesse crescente por estratégias de cuidado integral, nas quais a alimentação e a nutrição ocupam papel central.

A literatura científica evidencia que indivíduos com TEA apresentam maior vulnerabilidade a alterações no comportamento alimentar, com destaque para a seletividade alimentar. Essa condição caracteriza-se por repertório alimentar restrito, recusa persistente de alimentos e forte preferência por características sensoriais específicas, como textura, cor e temperatura. Estudos indicam que a seletividade alimentar é altamente prevalente em crianças e adolescentes com TEA e pode resultar em ingestão inadequada de macro e micronutrientes, impactando negativamente o estado nutricional e o desenvolvimento global (POSTORINO et al., 2018; SHARP et al., 2023; KINNAS et al., 2023). Evidências adicionais sugerem que a seletividade alimentar no TEA está associada a fatores sensoriais e comportamentais complexos, tornando o manejo nutricional um desafio clínico relevante (PIOVANI et al., 2022; MARÍN et al., 2024).

Além da restrição alimentar, intervenções dietéticas específicas têm sido amplamente discutidas no contexto do TEA, a exemplo da exclusão do glúten e caseína da alimentação, divulgada como estratégia potencial para melhora de sintomas gastrointestinais e comportamentais. No entanto, estudos clínicos e revisões sistemáticas apontam resultados inconsistentes quanto à eficácia dessa abordagem. As evidências disponíveis não sustentam benefícios claros e generalizáveis para indivíduos com TEA, indicando que os efeitos observados são limitados ou inexistentes na maioria dos casos (PUSPANJALI et al., 2017; HURTADO et al., 2018; NAVARRO et al., 2020; PIEKARZ et al., 2021; SATHE et al., 2021). Ademais, a adoção de dietas restritivas sem adequada orientação profissional pode aumentar o risco de inadequações nutricionais, especialmente em indivíduos que já apresentam padrão alimentar seletivo.

Outro aspecto amplamente abordado na literatura refere-se à suplementação nutricional no TEA. Vitaminas, minerais, ácidos graxos poli-insaturados, probióticos e outros compostos vêm sendo investigados quanto ao seu potencial impacto sobre sintomas comportamentais, cognitivos e gastrointestinais. Estudos recentes demonstram que os resultados relacionados à suplementação são heterogêneos, com benefícios pontuais descritos em contextos específicos, mas sem consenso científico que respalde sua utilização de forma ampla e indiscriminada (ROSSIGNOL; FRYE, 2021; AL-AYADHI et al., 2021; SATHE et al., 2022; HENDREN et al., 2023; LI et al., 2024; WU et al., 2024).

Nesse contexto, a nutrição no TEA deve ser compreendida a partir de uma perspectiva individualizada, considerando tanto as evidências científicas disponíveis quanto às particularidades comportamentais e sensoriais de cada indivíduo. Estudos publicados reforçam que intervenções nutricionais devem ser conduzidas com cautela, priorizando a avaliação clínica, o acompanhamento profissional e a promoção de práticas alimentares adequadas, em detrimento de abordagens restritivas ou não comprovadas (COSTA et al., 2021).

Paralelamente ao avanço da produção científica sobre nutrição e TEA, observa-se uma transformação significativa na forma como essas informações são disseminadas para a população. O ambiente digital, especialmente as redes sociais, tornou-se um espaço central para a busca e o compartilhamento de conteúdos relacionados à saúde e à alimentação. No Brasil, o Instagram destaca-se como uma das principais plataformas utilizadas para consumo de informações, inclusive aquelas relacionadas a temas de saúde e bem-estar (ALÁFIA LAB, 2024). Essa realidade amplia o alcance do conhecimento, mas também favorece a circulação de informações simplificadas, descontextualizadas ou sem respaldo científico.

No Instagram, conteúdos sobre TEA e nutrição são frequentemente produzidos por profissionais de saúde, influenciadores digitais, familiares e indivíduos autistas, abordando temas como seletividade alimentar, dietas restritivas, suplementação e estratégias nutricionais associadas ao diagnóstico. Embora essa diversidade de fontes contribua para a visibilidade do tema, estudos indicam que a divulgação de informações sem adequada contextualização científica pode influenciar negativamente as decisões alimentares das famílias e cuidadores, reforçando práticas potencialmente inadequadas (ROSSIGNOL; FRYE, 2021; SATHE et al., 2021).

Diante desse cenário, a educação alimentar e nutricional no ambiente digital assume relevância estratégica, especialmente no que se refere ao TEA. A análise de conteúdo de publicações no Instagram permite identificar quais narrativas predominam, quais temas são mais recorrentes e de que forma os achados científicos sobre nutrição, seletividade alimentar, glúten, suplementação e diagnóstico são apropriados e comunicados ao público. Tal abordagem possibilita avaliar o alinhamento dessas informações com as evidências científicas disponíveis e identificar possíveis lacunas ou distorções no processo de comunicação em saúde.

Assim, este trabalho visa analisar a educação alimentar e nutricional no ambiente digital, com foco na análise de conteúdo de publicações sobre TEA no Instagram. Ao investigar como os principais temas relacionados à nutrição e ao autismo são apresentados nessa rede social, pretende-se contribuir para a reflexão crítica sobre o papel das mídias digitais na disseminação de informações em saúde e para o fortalecimento de práticas educativas baseadas em evidências científicas no contexto do Transtorno do Espectro Autista.

2 OBJETIVO

Analisar quantitativa e qualitativamente o conteúdo de postagens no Instagram relacionadas à nutrição e ao Transtorno do Espectro Autista, analisando as #nutricaoautismo, #nutriçãoautismo e #nutriautismo.

2.1 Objetivo Específico

- Analisar a qualidade das informações divulgadas, considerando a veracidade por meio da comparação das informações das redes sociais com informações divulgadas por estudos científicos.

3 REVISÃO DA LITERATURA

3.1 Transtorno do Espectro Autista e Nutrição

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é classificado como um transtorno do neurodesenvolvimento caracterizado por déficits persistentes na comunicação social e por padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades. Essas características repercutem diretamente no comportamento alimentar, tornando a alimentação um dos domínios mais afetados no cotidiano de indivíduos com TEA. A literatura aponta que dificuldades alimentares estão presentes na maioria dessa população, sendo a seletividade alimentar um dos fenômenos mais recorrentes, persistentes e clinicamente relevantes (SHARP et al., 2018; BANDINI et al., 2021).

A seletividade alimentar no TEA manifesta-se por meio da recusa sistemática de determinados alimentos ou grupos alimentares, frequentemente associada a aspectos sensoriais como textura, cor, odor, sabor e temperatura. Estudos indicam que essa seletividade não se limita a preferências alimentares comuns, mas configura um padrão rígido e restritivo, que pode comprometer a variedade da dieta ao longo do tempo. Evidências mostram que crianças com TEA consomem dietas significativamente menos diversificadas quando comparadas a crianças neurotípicas, com maior dependência de alimentos altamente palatáveis e processados (BANDINI et al., 2021; LEDERMAN et al., 2022).

Diversas investigações apontam que os padrões alimentares restritos observados no TEA estão associados a inadequações nutricionais importantes. Estudos baseados em análises dietéticas revelam ingestão insuficiente de micronutrientes essenciais, como ferro, cálcio, vitamina D, zinco, folato e vitaminas do complexo B, além de consumo excessivo de sódio e açúcares simples. Essas inadequações podem resultar em prejuízos ao crescimento, ao desenvolvimento neuropsicomotor e à saúde geral, além de favorecerem desequilíbrios no estado nutricional, incluindo tanto desnutrição quanto excesso de peso e obesidade (BANDINI et al., 2022; ESTEBAN-FIGUEROLA et al., 2023; MARÍ-BOSCH et al., 2024).

A etiologia da seletividade alimentar no TEA é multifatorial e envolve a interação entre fatores sensoriais, comportamentais, neurológicos e gastrointestinais. Evidências indicam que alterações no processamento sensorial oral, somadas à rigidez comportamental característica do transtorno, dificultam a aceitação de novos alimentos e a flexibilização da dieta. Além disso, a presença de sintomas gastrointestinais, como constipação, dor abdominal e distensão, é frequentemente relatada nessa população e pode reforçar comportamentos de recusa alimentar, criando um ciclo de manutenção da seletividade (LEDERMAN et al., 2022; ESTEBAN-FIGUEROLA et al., 2023).

Concomitantemente, estudos recentes também têm explorado a relação entre microbiota intestinal, padrões alimentares restritos e manifestações comportamentais no TEA. Embora essa área ainda esteja em desenvolvimento, os achados sugerem que dietas pouco diversificadas podem impactar negativamente a composição da microbiota, o que, por

sua vez, pode influenciar sintomas gastrointestinais e comportamentais. Esses dados reforçam a importância de uma abordagem nutricional que considere não apenas a adequação de macro e micronutrientes, mas também a qualidade global da dieta e sua relação com a saúde intestinal (BANDINI et al., 2022; MARÍ-BOSCH et al., 2024).

Em consonância com o debate apresentado sobre redes sociais e informação em saúde, destaca-se que familiares de indivíduos com TEA frequentemente recorrem à internet e às redes sociais em busca de orientações nutricionais para lidar com o repertório alimentar reduzido. No entanto, a literatura alerta para os riscos da adoção de estratégias alimentares, como dietas restritivas ou exclusões alimentares, de forma indiscriminada, uma vez que podem agravar deficiências nutricionais já existentes. Nesse sentido, a qualificação da informação em saúde e a atuação ética de profissionais da nutrição tornam-se fundamentais (SHARP et al., 2018; BANDINI et al., 2021).

A abordagem nutricional no TEA deve ser individualizada, contínua e integrada a uma equipe multiprofissional, envolvendo nutricionistas, terapeutas ocupacionais, fonoaudiólogos e psicólogos. Estratégias como exposição alimentar gradual, adaptação sensorial, envolvimento familiar e respeito às particularidades do indivíduo têm demonstrado melhores resultados na ampliação do repertório alimentar e na melhora do estado nutricional. Assim, a nutrição assume papel central no cuidado integral à pessoa com TEA, contribuindo para a promoção da saúde, do desenvolvimento e da qualidade de vida ao longo do ciclo vital (LEDERMAN et al., 2022; ESTEBAN-FIGUEROLA et al., 2023; MARÍ-BOSCH et al., 2024).

3.2 Redes sociais e o consumo de informação sobre saúde e nutrição

As redes sociais digitais consolidaram-se como importantes fontes de informação sobre saúde e alimentação, influenciando significativamente a construção de hábitos e percepções dos usuários. No contexto brasileiro, o relatório do Aláfia Lab (2024) evidencia que plataformas digitais ocupam papel central no consumo informacional da população, destacando-se o Instagram como um dos principais meios de acesso a conteúdos diversos, inclusive aqueles relacionados à saúde e nutrição. Esse cenário reflete uma mudança nos fluxos informativos tradicionais, em que conteúdos mediados por algoritmos e influenciadores competem diretamente com fontes institucionais e científicas.

O Instagram, em especial, caracteriza-se por uma comunicação predominantemente visual, rápida e altamente engajadora, potencializando seu impacto sobre o comportamento alimentar dos usuários. Nesse ambiente, é possível perceber uma influência positiva da internet no campo da saúde, uma vez que facilitou o acesso a conteúdos educativos e informativos. Entretanto, coexistem na mesma plataforma postagens feitas sem embasamento científico, com simplificações excessivas e generalizações que podem gerar interpretações equivocadas sobre nutrição e saúde (STARVAGGI et al., 2024).

Diante desse contexto, a literatura evidencia a necessidade de uma análise crítica sobre o papel das redes sociais na disseminação de informações nutricionais. Embora o Instagram represente uma ferramenta com potencial para promoção da educação alimentar

e da saúde, sua utilização sem critérios pode reforçar desigualdades informativas e práticas prejudiciais à saúde. Assim, torna-se fundamental a atuação de profissionais da área da nutrição na produção e divulgação de conteúdos baseados em evidências científicas, contribuindo para a qualificação das informações veiculadas no ambiente digital (ALÁFIA LAB, 2024).

Nesse sentido, conforme o Código de Ética e Conduta do Nutricionista, cabe ao profissional orientar sua prática às necessidades da população, não permitindo que suas condutas sejam influenciadas por modismos passageiros, interesses comerciais ou influências midiáticas, ou financeiras. Dessa forma, cabe ao nutricionista manter sempre um olhar crítico sobre métodos, pesquisas, protocolos e conteúdos divulgados na literatura ou adotados por instituições, além de refletir continuamente sobre sua própria prática. Assim, a responsabilidade profissional envolve, sobretudo, promover a saúde e a Educação Alimentar e Nutricional (EAN), assegurando que todo conteúdo compartilhado em diferentes plataformas e meios de comunicação esteja fundamentado em conhecimento científico (FRAGA et al., 2018).

A relevância do nutricionista como profissional responsável pela divulgação de informações qualificadas torna-se ainda mais evidente quando se considera que, após o diagnóstico de TEA, o acesso adequado a orientações sobre o transtorno, os tratamentos disponíveis e os serviços de suporte são fundamentais para auxiliar as famílias no enfrentamento da nova realidade (WEISSHEIMER et al; 2021).

Entretanto, familiares frequentemente relatam dificuldades em receber informações, mencionando como principais pontos: barreiras na comunicação, informações insuficientes ou imprecisas e pouca oportunidade para solução de dúvidas (RAMIREZ; GALVÃO; RICARTE, 2025).

Além disso, segundo Ramirez et al.; (2025) 46,6% dos familiares de pacientes com TEA preferem receber informações pelo Instagram. Nesse cenário, a circulação de opiniões divergentes, produtos sem comprovação científica e recomendações não embasadas pode intensificar a insegurança das famílias e comprometer decisões relativas ao cuidado.

4 MATERIAIS E MÉTODOS

Este é um estudo exploratório transversal com abordagem qualitativa e quantitativa, focando na análise do conteúdo de postagens públicas no Instagram que estejam relacionadas a nutrição e transtorno do espectro autista no mês de dezembro do ano de 2025.

Uma conta nova no Instagram foi criada sem qualquer atividade de busca ou interação pré-existente, com intuito de minimizar uma interferência algorítmica. E, a partir desse perfil, foram pesquisadas hashtags que trouxessem posts relacionados a nutrição e autismo. Para escolha, foram consideradas Hashtags sobre ambos os tópicos (nutrição e autismo), com mais de mil postagens, para maximizar a significância do material a ser examinado. As hashtags também foram padronizadas ortograficamente, para evitar variações que pudessem comprometer a coleta de dados. Dessa maneira, as hashtags escolhidas foram: #nutricaoautismo, #nutriçãoautismo, #nutriautismo.

Foram 150 post analisados, sendo 50 de cada #, seguindo a ordem dos conteúdos ranqueados pela plataforma no momento da pesquisa. Vale ressaltar que devido a dinamicidade da rede social, a ordem de exibição das postagens pode variar com o tempo. A avaliação das informações foi realizada conforme a Análise de Conteúdo (BARDIN, 2016). Assim, primeiramente, foi feita uma breve pré-análise a partir de uma leitura flutuante das postagens, conduzida com um contato inicial com o conteúdo das postagens, com a intenção de familiarizar e organizar tudo o que foi analisado.

Em seguida, na etapa de exploração do material, as postagens selecionadas foram sistematicamente analisadas por meio da análise de conteúdo. Para a classificação, foram definidas categorias analíticas previamente estabelecidas, baseadas em estudos sobre comunicação em saúde e divulgação de informações nutricionais em redes sociais, adaptadas ao contexto do Instagram. As categorias e seus respectivos critérios de classificação encontram-se descritos no quadro 1.

Quadro 1 – Categorias e critérios de análise do conteúdo das postagens relacionadas à nutrição e ao TEA

Categoria	O que avalia	Crítérios e/ou categoria de classificação
Identificação do autor	Perfil do responsável pela produção do conteúdo	Nutricionista; profissional da saúde (médico, psicólogo); leigo; empresa/marca
Número de seguidores	Potencial de alcance e visibilidade do perfil	Até 10 mil; 10–50 mil; 50–100 mil; >100 mil
Data da publicação	Período em que foi publicado	Ano e mês de publicação
Tipo de postagem	Formato utilizado para apresentação do conteúdo	Reels (vídeo); carrossel; imagem com legenda
Tema principal	Assunto central abordado na publicação	Nutrição e autismo; seletividade alimentar; suplementação;

		terapia nutricional; outros
Objetivo vender	Presença de intenção comercial de produto ou serviço na publicação	Sim = menção a link na biografia, oferta de consultas, produtos, livros eletrônicos, cursos ou contato para agendamento; Não
Objetivo sensibilizar	Uso de abordagem voltada à sensibilização emocional e empatia do público	Sim = enfoque emocional, incentivo à empatia e identificação, sem aprofundamento técnico; Não
Objetivo informar	Finalidade educativa do conteúdo	Sim = conteúdo explicativo, com linguagem clara e ausência de apelo comercial; Não
Tipo de linguagem	Forma de comunicação	Técnica = uso de termos científicos ou técnicos objetiva/acessível = abordagem clara e direta, com foco em um único assunto, linguagem simples, respostas a dúvidas ou desmistificação de temas; comercial/persuasiva = conteúdo apelativo, com promessa implícita ou explícita de solução; acolhedora/emocional = uso de termos empáticos, afetivos e linguagem voltada à identificação emocional do público; híbrida = presença explícita de mais de um tipo de linguagem.
Fundamentação científica	Presença e grau de embasamento científico no conteúdo	Moderada = citava "estudos mostram" mas não citava a fonte ou Sim = mostrou ao público a qual estudo se referia ou Não
Presença de mito ou informação imprecisa	Qualidade da informação	Sim = informações incompatíveis, incompletas ou potencialmente confusas; Não
Engajamento	O quão relevante o público considerou a publicação	Quantidade de compartilhamentos e comentários

Além disso, ao final de cada linha, foram acrescentadas palavras-chave de cada post, para melhor análise e comparação com os estudos científicos, buscando identificar se os pontos principais de materiais científicos eram ou não tratados também nas redes sociais.

Postagens que entraram no critério de exclusão, não continham assunto relacionados aos tópicos de nutrição ou autismo, por exemplo, publicações somente de introdução profissional ("quem sou eu", "um pouco sobre mim"), ou postagens que tinham outro tópico irrelevante para o estudo.

Na última etapa, referente ao tratamento dos resultados e interpretação, os dados categorizados foram analisados descritivamente para encontrar as relações entre variáveis, como engajamento e linguagem, bem como a quantidade de estudos científicos mencionados nas postagens analisadas.

Por se tratar de uma pesquisa baseada na análise de conteúdos públicos, disponíveis livremente no Instagram, não foi necessária a submissão do estudo ao Comitê de Ética em Pesquisa.

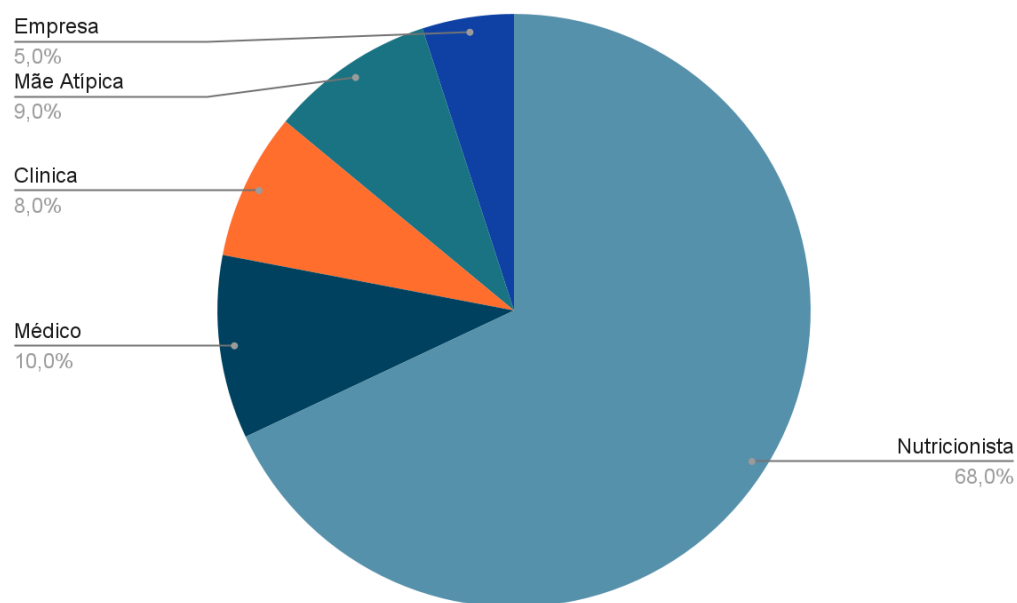
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1 Resultados

Um total de 150 postagens das hashtags #nutricaoautismo, #nutriçãoautismo foram listadas inicialmente. No total, 21 postagens foram excluídas da análise após identificar aquelas que eram conteúdos não coerentes ou não contribuíam para o estudo, como apresentações profissionais (“quem sou eu”) e / ou post sem relação direta com o tema “Nutrição no Transtorno do Espectro Autista”. Assim, a amostra final investigada incluiu 129 postagens.

Na figura 1, apresentam-se os autores, sendo a maioria Nutricionistas, seguidos de médicos, clínicas, mães de crianças atípicas e também empresas de suplementação.

Figura 1 - Autores dos posts



Fonte: Autor, 2025

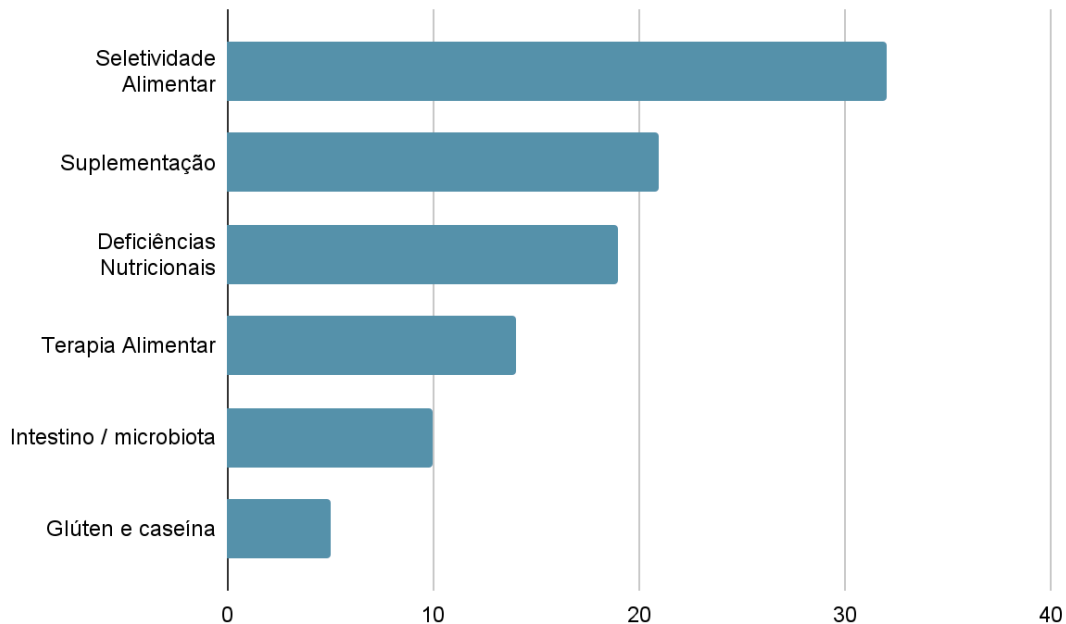
Quanto ao número de seguidores, perfis com menos de 1.000 seguidores corresponderam 15,6%, enquanto perfis de 1.000 a 5.000 seguidores representaram 44,5%. Perfis de 5.000 a 10.000 seguidores foram responsáveis por 13,2% das publicações e 28,5% dos perfis tinham mais de 10.000, sendo dentro desse grupo, 8 perfis com mais de 100.000 seguidores.

Em relação ao ano de publicação, observou-se maior volume de postagens em 2025, com 81 publicações (62,7%), seguido por 2024, com 25 publicações (19,3%) e, 2023, com 17 posts (13,17%). 2022 e 2020 com 3 posts cada representaram 4,6%. Quanto ao formato das postagens, os reels foram predominantes, totalizando 101 posts (78,90%), seguido por imagens com legenda com 18 post e carrosséis com 10 publicações.

No que se refere ao tema principal, a figura 2 destaca a predominância dos

conteúdos relacionados a seletividade alimentar (32%) seguido da suplementação (21%), deficiências nutricionais (19%), terapia alimentar (14%), intestino / microbiota (10%) e glúten e caseína (5%).

Figura 2: Temas principais



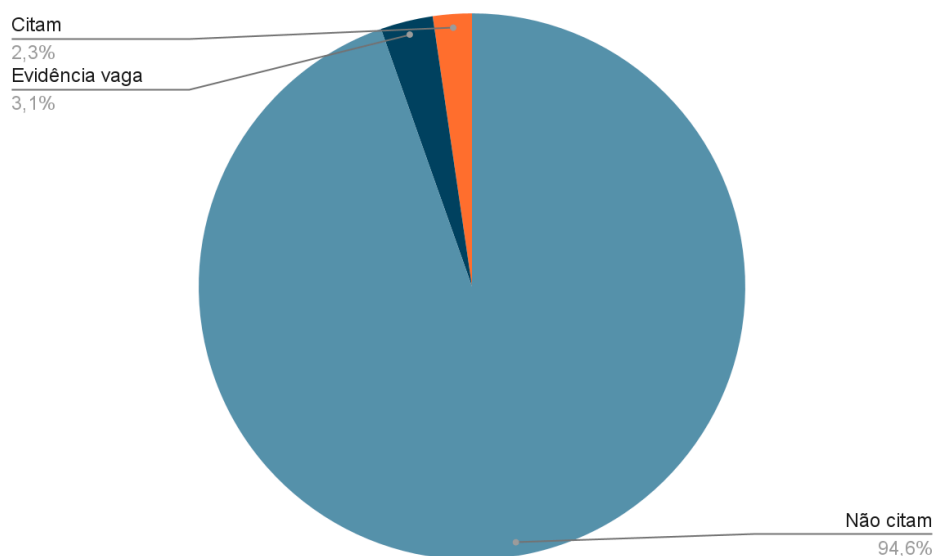
Fonte: Autor, 2025

Destacam-se nos temas de suplementação, as vitaminas D, B12, B9 e vitamina A e também Ômega-3, zinco, magnésio e NAC. Já sobre o terceiro tema mais citado, os posts analisados apresentam um discurso que associa deficiências nutricionais, especialmente de zinco, ferro, vitamina B12 e vitamina A, a prejuízos no desenvolvimento neurológico, cognitivo e comportamental da criança, extrapolando essas relações para o contexto do autismo.

Em relação aos objetivos do conteúdo, a maioria das postagens apresentou finalidade informativa, identificada em mais de 80% dos posts, 108 e, dentro destes posts, 35 também tinham o objetivo de vender. No total, o objetivo claro de venda de serviços e/ou produtos físicos, ou e-books esteve presente em 50 publicações, sendo que, entre estas, 11 também buscaram sensibilizar o público e 27 combinaram a venda com conteúdo informativo. O objetivo de sensibilizar foi identificado em 28 postagens.

No que diz respeito à linguagem utilizada, predominou a linguagem objetiva/ acessível, presente em 59 posts, representando 45,7%, seguido pela linguagem técnica, observada em 26 publicações (20,1%), e pela linguagem comercial ou persuasiva foi identificada em 25 publicações (19,3%). A linguagem acolhedora/ emocional, presente em 17 posts (13,1%), enquanto a linguagem híbrida esteve presente em 2 posts (1,5%).

A citação de evidência científica, como evidência a figura 3, foi pouco frequente. Apenas 3 postagem citaram explicitamente em qual evidência científica aquele post se baseava, enquanto 4 publicações verbalizaram que tinham um embasamento, porém não o apresentou para o público. A grande maioria dos posts, 122, não citavam qualquer referência científica.

Figura 3 - Evidência Científica

Fonte: Autor, 2025

Em relação à presença de mitos, desinformações ou informações incompletas / tendenciosas, estas foram identificadas em 41 publicações, tendo como principais temas suplementação e deficiências nutricionais. Foram selecionados como destaque para demonstrar os discursos, as seguintes publicações, que serão discutidas adiante.

Publicação 01: “O autismo já traz consigo deficiências de vitaminas e minerais que a pessoa acaba tendo ao nascer...”

Publicação 02: “E quem disse que criança não precisa de detox? o neurodesenvolvimento depende de uma destoxificação eficiente. Inclua esses alimentos na alimentação do seu filho para detoxificar o intestino...”

Publicação 03: “Dentro desse potinho existe mais do que um suplemento, existe uma fórmula pensada com amor para o desenvolvimento do seu filho. Ele irá melhorar o sono, estimular a fala, aumentar o foco, reduzir agitação, fortalecer sistema imunológico”.

Enquanto 88 posts não apresentaram nenhum mito e tinham informações coerentes com estudos científicos.

Por fim, 17 publicações se destacaram com um engajamento relevante, com média de 181 compartilhamentos. O post com maior compartilhamento, foi publicado por uma mãe de criança atípica em conjunto com uma nutricionista, tendo como tema principal a venda de um produto online sobre “desafio para mães que sofrem com crianças seletivas”.

5.2 Discussão

Como proposto por Bardin (2016), a leitura flutuante e a análise das 129 postagens permitiu visualizar que o Instagram vem facilitando o acesso à informação. Para pesquisas de conteúdos relacionados a nutrição e TEA, a plataforma mistura formatos como vídeos

curtos, carrosséis e imagens com legendas longas que permite que aquele conteúdo seja entregue a amplo público. Dentro do formato, o mais predominante foi o Reels, vídeo de até 1 minuto que passa uma informação com linguagem majoritariamente objetiva e acessível. Com isso, quando se analisa a disseminação de informações relevantes com excesso de simplificação, devemos nos atentar ao risco de não considerar a complexidade inerente dos temas relacionados a nutrição e ao espectro autista e a singularidade de cada caso.

A identificação dos autores permitiu visualizar a presença ativa de nutricionistas na produção de conteúdo sobre nutrição e autismo, que representaram 68% dos autores, o que estava dentro do esperado, devido às hashtags utilizadas. A presença de publicações feitas por mães e empresas dialogam com estudos de marketing, que mostram a tendência de empresas disseminarem conteúdos feitos por usuários sem declaração explícita de publicidade, trazendo relatos pessoais para promover serviços ou produtos (BARROS et al.; 2025). Além disso, Barros et al. (2025) também destaca que o ambiente digital tende a favorecer conteúdos apelativos e emocionais, trazidos pelas mães, por exemplo, ampliando o alcance dessas publicações mais compartilhadas, devido ao fator identificação.

Outra tendência observada após a análise dos resultados foi o grande objetivo em vendas, presente nas publicações. A venda de serviços, geralmente consultas, foi muito presente, e, apesar de legítima, uma vez que atualmente as redes sociais se consolidaram como um forte meio de divulgação, torna-se imprescindível um olhar cauteloso sobre como essa publicidade é construída. Em diversos conteúdos analisados, observa-se a apresentação de soluções rápidas, promessas milagrosas ou garantias de melhora no comportamento, sono, fala e desenvolvimento de crianças com TEA. Promessas essas que não encontram respaldo consistente na literatura científica e que, principalmente, ignoram a complexidade e a individualidade de cada caso. A promoção de serviços de saúde deve ser ética e responsável, evitando generalizações e discursos que possam gerar falsas expectativas em famílias vulneráveis, que buscam, muitas vezes, alívio imediato para desafios significativos.

Ademais, a divulgação de suplementos sem eficácia comprovada foi um achado crucial na análise de conteúdo. Além do tema principal “suplementação” ser o segundo mais citado (figura 2), a venda com discurso sensacionalista e linguagem comercial / persuasiva compromete o acompanhamento individual de vitaminas e minerais necessários a suplementação de cada caso, podendo levar a gastos desnecessários de familiares e/ou portadores de TEA. A publicação 3, destacada nos resultados, apresenta uma série de promessas associadas ao uso de um suplemento cujos ingredientes e respectivas dosagens não possuem respaldo científico que justifique os efeitos anunciados.

Ao mesmo tempo, foi notável a ênfase desproporcional entre suplementação e terapias ou estratégias alimentares, abordadas por apenas 14% das publicações analisadas. Essa disparidade, além de reforçar uma ideia equivocada e simplificada pela internet que o TEA por ser “tratado” por cápsulas, está desalinhado das evidências científicas, que mostram que terapias alimentares, encadeamento alimentar, exposição gradual e técnicas para aumentar o repertório alimentar são as intervenções mais eficazes no TEA

(SÜMERKAĞAN; KARABUDAN, 2025). Além disso, sabe-se que a prescrição de suplementos, quando necessária, representa apenas uma parte do acompanhamento nutricional e deve ser indicada de forma individualizada, após investigação clínica e laboratorial, respeitando as demandas específicas de cada paciente. O manejo nutricional no espectro autista é um processo complexo que envolve muito mais do que corrigir micronutrientes, sem melhorar as causas de sua falta.

Ainda, Al-Beltagi M (2024) também reforçou que práticas estruturadas durante as refeições e abordagens terapêuticas adequadas melhoram significativamente os resultados nutricionais, incluindo maior diversidade alimentar e melhor ingestão de nutrientes. Dessa forma, embora a suplementação possa ser um recurso relevante em casos específicos, ela não deve ser compreendida como solução isolada para os sintomas associados ao transtorno. O excesso da relevância atribuída à suplementação nas redes sociais contrasta com a prática baseada em evidências e pode limitar a compreensão do papel integral do nutricionista no cuidado desses pacientes.

Além de tudo, Ban et al.; (2024) discutem um conceito de alta relevância para a compreensão do cenário atual: “a alfabetização em saúde digital”. Com o avanço acelerado da tecnologia e sua influência na forma como informações em saúde são consumidas, esse letramento torna-se essencial para que os usuários consigam, não somente buscar, selecionar e compreender, mas também avaliar e interpretar criticamente os conteúdos. Assim, segundo os autores, indivíduos com baixo letramento digital apresentam maior risco de tomarem decisões prejudiciais à saúde.

Nesse sentido, os resultados deste estudo ilustram esse risco: 41 postagens continham desinformação ou informações imprecisas, especialmente no tema “deficiências nutricionais”. A “publicação 1”, destacada anteriormente, afirmava erroneamente que crianças com TEA “já nascem com deficiências de vitaminas e minerais”. Tal afirmação não encontra suporte na literatura científica, que demonstra que o TEA é uma condição multifatorial e as carências nutricionais observadas decorrem predominantemente do repertório alimentar restrito e não de uma característica inata (ANDRADE C, 2025). Publicações como essa exemplificam o risco apontado por Ban et al.; (2024), no qual usuários com baixo de letramento digital podem levar famílias e cuidadores a aceitar recomendações equivocadas, favorecendo suplementação generalizada sem a devida avaliação individualizada.

O destaque para publicações que tratam como obrigatória a retirada do glúten e caseína na dieta de pacientes com espectro também retrata uma informação imprecisa que pode trazer riscos a saúde quando mal interpretada. A dieta sem glúten e sem caseína (SGSC) é uma das intervenções mais comuns na literatura, mas requer comprovações mais robustas, pois seus achados são ainda considerados contraditórios (NOGAY NH, NAHIKIAN-NELMS M, 2022). Portanto sua recomendação deliberada e generalizada nas redes, sem um acompanhamento individualizado, pode representar um risco para o desenvolvimento de deficiências nutricionais.

Seguindo essa perspectiva, outro resultado alarmante diz respeito ao baixo uso de

embasamento científico (figura 3), em que apenas 3 publicações citaram explicitamente as referências utilizadas. Essa ausência de referências clara nas informações feitas por nutricionistas, amplia o risco de que opiniões, relatos pessoais ou até mesmo desinformações se misturem ao discurso técnico, e se tornem verdade. Esse cenário já havia sido apontado por Coelho e Souza (2022), que destacou a importância da responsabilidade ética em divulgação de informações em saúde no Instagram, especialmente quando envolve públicos vulneráveis, como pacientes autistas. Evidenciar de onde vêm as informações não apenas reduz a propagação de mitos, mas também contribui para o desenvolvimento de senso crítico entre os usuários, permitindo que questionem, verifiquem e validem as recomendações que recebem.

O trecho retirado da “publicação 2”, no qual trata com linguagem sensacionalista a prática de uma “dieta detox”, relacionando uma “destoxificação eficiente” com a obrigatoriedade da ingestão de alguns alimentos para crianças com espectro autista, exemplifica também algo muito comum nas redes sociais: exageros e distorções de conceitos científicos, que misturam uma parte de verdade, mas ainda sem comprovar, com uma inverdade consequência do exagero e da generalização. Estudos comprovam que crianças autistas podem apresentar um estado metabólico diferente, influenciado por genética, inflamação, neurodesenvolvimento e risco ambiental, porém ainda não comprova se isso é uma causa ou consequência do TEA (KHALIULIN; HAMOUDI; AMAL, 2024). Além disso, esses achados não têm relação com a ideia de “detox” infantil apresentado no post, que utiliza de um conceito já conhecido nas mídias sociais, para tratar em um contexto equivocado.

Por fim, a análise de engajamento dos posts permitiu visualizar que os conteúdos com linguagem emocional geram mais compartilhamento, reforçando o ciclo de desinformação. O número de seguidores também está diretamente ligado ao engajamento, apesar do Instagram permitir a entrega do conteúdo para outros perfis que não somente os seguidores. O conteúdo mais engajado na análise tratava-se da venda de um produto digital, ebook, com tema “desafio para mães que sofrem com crianças seletivas”, permitindo concluir mais uma vez que a seletividade alimentar é uma dor forte no espectro. O grande engajamento dessa publicação também reflete que o ambiente digital não valoriza somente a qualidade da informação, mas a resolução de uma dor.

6. CONCLUSÃO

Este estudo permitiu analisar como as informações sobre nutrição e Transtorno do Espectro Autista (TEA) são divulgadas no Instagram, evidenciando tanto o potencial educativo dessa plataforma quanto as fragilidades presentes na comunicação em saúde. A literatura científica demonstra que a seletividade alimentar é altamente prevalente em indivíduos com TEA e pode resultar em importantes inadequações nutricionais, exigindo intervenções individualizadas, contínuas e conduzidas por profissionais qualificados.

Entretanto, os resultados da análise das postagens revelaram um distanciamento entre as evidências científicas e os conteúdos divulgados na rede social. Apesar da predominância de postagens com finalidade informativa, a maioria não apresentou referências científicas explícitas, comprometendo a confiabilidade das informações. Observou-se ainda a recorrência de discursos simplificados ou potencialmente equivocados, especialmente relacionados à suplementação, deficiências nutricionais e práticas não respaldadas pela ciência, como promessas generalizadas de melhora comportamental ou de desenvolvimento.

A presença expressiva de conteúdos com objetivo comercial, frequentemente associados a linguagem persuasiva ou emocional, reforça o risco de indução a práticas alimentares inadequadas, sobretudo entre familiares e cuidadores que buscam orientações para lidar com os desafios alimentares no TEA. Por outro lado, também foram identificadas postagens alinhadas às evidências científicas, demonstrando que o Instagram pode ser um espaço relevante para a educação alimentar e nutricional quando utilizado de forma ética e responsável.

Dessa forma, torna-se fundamental que o nutricionista saiba utilizar as redes sociais para promoção de seus serviços, mantendo a ética, fortalecendo a produção e a disseminação de conteúdos comprovadamente baseados em evidências científicas. Além disso, que também explicitem, na legenda ou no próprio material, as fontes utilizadas. A transparência sobre a origem dos estudos citados é parte essencial da responsabilidade ética na divulgação científica, uma vez que quando essa prática não é adotada de forma consistente, cria-se um ambiente propício para que afirmações infundadas se misturem ao discurso técnico, ampliando o risco de desinformação entre famílias e cuidadores. Somado a isso, deve-se também incentivar uma postura crítica por parte dos usuários, orientando-os a questionar a origem das informações, verificar se há referências claras, comparar diferentes fontes confiáveis e desconfiar de conteúdos que prometem resultados rápidos ou generalizados, visando diminuir a desigualdade de letramento digital em saúde.

Por fim, esse estudo contribuiu para o campo da nutrição e da comunicação em saúde ao evidenciar a necessidade de maior alinhamento entre ciência e divulgação digital no contexto do Transtorno do Espectro Autista. Espera-se que os achados possam subsidiar futuras pesquisas, bem como orientar estratégias de educação alimentar e nutricional mais responsáveis e eficazes no ambiente digital, contribuindo para a promoção de saúde, do desenvolvimento e da qualidade de vida de pessoas com TEA e de suas famílias.

REFERÊNCIAS

- ALÁFIA LAB. **Desigualdades informativas: entendendo os caminhos informativos dos brasileiros na internet**. São Paulo: Aláfia Lab, 2024. Disponível em: <https://alafialab.org>.
- AL-BELTAGI M. **Nutritional management and autism spectrum disorder: A systematic review**. *World J Clin Pediatric*, 2024. PMID: 39654662. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39654662/>.
- AL-AYADHI, L. et al. **Nutritional supplementation in autism spectrum disorder**. *Nutrients*, 2021. PMID: 34440744. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34440744/>.
- ANDRADE C. **Autism Spectrum Disorder, 1: Genetic and Environmental Risk Factors**. *J Clin Psychiatry*, 2025. PMID: 40257967. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40257967/>.
- BAIO, J. et al. **Prevalence of autism spectrum disorder among children aged 8 years**. *MMWR Surveillance Summaries*, v. 67, n. 6, p. 1–23, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28075089/>.
- BAN, S. et al. **Digital health literacy: a concept analysis**. *BMC Medical Informatics and Decision Making*, v. 24, n. 1, p. 1–13, 2024. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11459536/>.
- BARDIN, L. *Análise de Conteúdo* São Paulo: Edições 70, 2016.
- CAMPELLO, E. C. M.; et al. **Seletividade alimentar em crianças diagnosticadas com autismo e síndrome de Asperger nos tempos atuais: uma revisão integrativa**. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 7, n. 11, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.51891/rease.v7i11.3101>
- COSTA, M. P. et al. **Aspectos alimentares e nutricionais de crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista**. *Revista de Saúde Coletiva*, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312021310104>
- CHEN, L. et al. **Omega-3 supplementation in autism**. *Clinical Nutrition*, 2024. PMID: 40218978. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40218978/>.
- HENDREN, R. L. et al. **Randomized trials of nutritional supplements in autism**. *Autism Research*, 2023. PMID: 38968136. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38968136/>.
- HURTADO, J. et al. **Gluten-free and casein-free diet in autism spectrum disorder**. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2018. PMID: 29562612. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29562612/>.
- KHAULIULIN I, HAMOUDI W, AMAL H. **The multifaceted role of mitochondria in autism**

spectrum disorder. Mol Psychiatry, 2025. PMID: 39223276. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39223276/>.

KINNAS, M. et al. **Selective eating in autism spectrum disorder.** *Nutrients*, 2023. PMID: 36982001. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36982001/>.

LI, Q. et al. **Micronutrients and autism spectrum disorder.** *Frontiers in Nutrition*, 2024. PMID: 40184961. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40184961/>.

MARÍN, C. et al. **Food selectivity and nutritional risk in autism.** *Nutrients*, 2024. PMID: 40530068. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40530068/>.

NAVARRO, F. et al. **Dietary interventions in autism spectrum disorders.** *Nutrients*, 2020. PMID: 33026043. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33026043/>.

NOGAY H, NAHIKIAN-NELMS M. Effects of nutritional interventions in children and adolescents **with autism spectrum disorder: an overview based on a literature review.** *International Journal of Developmental Disabilities*, 2022. PMID 37885847. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37885847/>.

PIEKARZ, M. et al. **Gluten-free diet and gastrointestinal symptoms in autism.** *Nutrients*, 2021. PMID: 34617108. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34617108/>.

PIOVANI, D. et al. **Sensory processing and feeding behavior in autism.** *Nutrients*, 2022. PMID: 34704615. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34704615/>.

POSTORINO, V. et al. **Food selectivity in children with autism spectrum disorder.** *European Journal of Pediatrics*, 2018. PMID: 30345784. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30345784/>.

PUSPANJALI, A. et al. **Gluten-free diet and autism spectrum disorder.** *Nutrients*, 2017. PMID: 29155492. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29155492/>.

RAMIREZ, Cesar Antonio Fabian; GALVÃO, Maria Cristiane Barbosa; RICARTE, Ivan Luiz Marques. **Impacto da disseminação da informação sobre transtorno do espectro autista.** *Perspectivas em Ciência da Informação*, [S. l.], v. 30, p. e53838, 2025. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/pci/article/view/53838>

ROSSIGNOL, D. A.; FRYE, R. E. **Evidence-based treatments for autism spectrum disorder.** *Journal of Personalized Medicine*, 2021. PMID: 33599431. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33599431/>.

SANTOS, M.; SOUSA, S.; SOUSA, J.; PACHÚ, C. **A influência das redes sociais na saúde dos seus usuários: uma revisão narrativa.** *RECIMA21 – Revista Científica Multidisciplinar*, 2022. Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/1678>

SATHE, N. et al. **Dietary interventions for autism spectrum disorder: a systematic review.** *Pediatrics*, 2021. PMID: 33572226. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33572226/>.

SATHE, N. et al. **Nutritional supplements for autism spectrum disorder.** *Pediatrics*, 2022. PMID: 35114017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35114017/>.

SÜMERKAĞAN, E.; KARABUDAN, D. **Nutritional approaches in Autism Spectrum Disorder: A scoping review.** *Current Nutrition Reports*, 2025. PMID: 40259156. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40259156/>

SHARP, W. G. et al. **Feeding problems and nutrient intake in autism.** *Autism*, 2023. PMID: 37781978. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37781978/>.

STARVAGGI I, DIERCKMAN C, LORENZO-LUACES L. **Mental health misinformation on social media: Review and future directions.** *Curr Opin Psychol*, 2024. PMID: 38128168. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38128168/>.

WEISSHEIMER, G. et al. **Information demands from families of children with autism spectrum disorder.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/VgmBNksLCTLNxs4cFzcf54r/?lang=pt>.

WU, X. et al. **Dietary supplements and gut microbiota in autism.** *Nutrients*, 2024. PMID: 40871692. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40871692/>.

ZEIDAN, J. et al. **Global prevalence of autism: a systematic review update.** *Autism Research*, 2023. PMID: 37075404 Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37075404/>.

ZHAO, Y. et al. **Probiotics and autism spectrum disorder.** *Nutrients*, 2024. PMID: 39243316. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39243316/>.