

Problematika stravování u dětí s autismem

PhDr. Kateřina Thorová, Ph.D.

Autismus řadíme mezi neurovývojové poruchy, což znamená, že se týkají vývoje mozku, vznikají v raném věku a symptomatika se s věkem proměňuje. Mezi diagnostická kritéria se řadí i atypická senzorycká reaktivita, která se týká všech smyslových modalit. Odlišné chuťové, čichové, zrakové, taktilní i termické čítí má negativní vliv na stravování dětí s autismem. Existuje řada studií, která neurozobrazovacími metodami prokázala korelaci mezi chuťovou atypickou reaktivitou osob s PAS a činností mozku.

Zvýšená vybíravost v jídle je charakteristickým rysem u autismu. Téměř u dvou třetin dětí s PAS se projevuje strach z nového jídla (neofobie) a /nebo odmítání jídla a/nebo lpění na dodržování určitých rituálů, rutiny či rigidity v průběhu stravování. Tyto rysy se vyskytují i v běžné populaci, ale mezi osobami s PAS jsou maladaptivní projevy výraznější a také častější s věkem nevymizí. Osoby s autismem mají zvýšené riziko, že se u nich rozvine porucha příjmu potravy, například restriktivní porucha příjmu potravy (ARFID, Avoidant Restrictive Food Intake Disorder) nebo mentální anorexie. Špatná výživa má podíl i na předčasné úmrtnosti osob s PAS.

Vysoce selektivní stravování vede u dětí s PAS k malnutrici, což má za následek vyšší riziko obezity a dalších zdravotních komplikací jako je zvýšený krevní tlak, diabetes druhého typu, kardiovaskulární poruchy. Nedostatečná nutriční snižuje schopnost učit se, kontrolovat emoce, zpracovávat informace a mít dostatek energie na duševní i tělesnou aktivitu.

Péče o dítě s autismem je náročná sama o sobě. Atypické chování okolo jídla je pro rodiny velmi zátěžové a je zdrojem dalšího navýšení stresu v rodině. Výživa a stravování osob s PAS je problém, který bývá nutné řešit v rodinách, v sociálních službách, ve zdravotnictví i vzdělávacích institucích. V České republice chybí specialisté na problematiku výživy u osob s PAS. Je zapotřebí, aby se dostávaly do praxe informace založené na vědeckých důkazech, které sníží riziko nákupu předražených a mnohdy nefunkčních potravinových doplňků. Osobám s PAS by měly být k dispozici také spolehlivé informace týkající se tzv. internetových diet, které mohou zdravotní stav člověka s PAS poškodit. Je skvělé, že v České republice aktuálně běží v rámci programu aplikovaného výzkumu Ministerstva zemědělství klinická studie Potraviny s vysokým obsahem sulforafanu, která formou dvojité zaslepené studie ověřuje vliv potravinového doplňku složeného z brokolicových klíčků na symptomy autismu.

Osoby s autismem vyžadují speciální péči a přizpůsobení programu. Důležité je se skupinou osob s PAS, která je vysoce ohrožena rozvojem poruch příjmu potravy, začít pracovat včas. Do péče by se měl zapojit pediatr, diplomovaný nutriční terapeut, speciálních pedagog, psycholog a psychoterapeut. V některých případech i dětský psychiatr kvůli časté komorbiditě poruch aktivity a pozornosti, obsedantně kompulzivní poruchy a úzkostí. Je žádoucí sestavit člověku s autismem jídelní plán, kde bude naplánováno nejen co jíst, ale i jakým způsobem se toho snažit docílit. Kromě standardních režimových opatření (například nejím po troškách celý den, dodržuji nastavená pravidla, jím v klidném prostředí) se jeví jako účinné různé behaviorální postupy, kognitivně behaviorální terapie, aplikovaná behaviorální analýza a rodinná terapie. Vzhledem k faktu, že jde o osoby s autismem, je zapotřebí ještě více explicitně rozvíjet komunikační schopnosti, využívat vizualizaci, rutinu, strukturu a práci s odměnou.

