



Yulius
VOOR GEESTELIJKE GEZONDHEID

‘Stap voor stap, hap voor hap’

Autisme en eetproblemen

3 april 2024

Gedachtegoed Stadsbibliotheek

Annemiek van Maanen
Verpleegkundig Specialist GGZ

Stelling

Komen eetproblemen meer voor bij mensen met autisme?



Autismespectrumstoornissen in de DSM-5

Twee domeinen:

1. Beperkingen in de sociale communicatie en interactie
 - sociaal-emotionele wederkerigheid
 - non-verbale communicatie
 - vriendschappen en relaties

Alle drie
aanwezig

Autismespectrumstoornissen in de DSM-5

2. Repetitief gedrag en specifieke interesses

- stereotype spraak, motoriek, gebruik objecten
- routines, rituelen, moeite met verandering
- beperkte, stereotype interesses
- **sensorische over- en ondergevoeligheid**

- Mate van ernst (drie niveaus)

Twee van vier
aanwezig

DSM 5

Voedings- en eetstoornissen

Eetstoornissen

- Anorexia nervosa
- Boulimia nervosa
- Binge eating disorder
- Ongespecificeerde voedings-of eetstoornis

Voedingsstoornissen

- Pica
- Ruminatiestoornis
- Vermijdende/restrictieve voedselinname stoornis
(ARFID: Avoidant/restrictive food intake disorder)

Vraag

Welke eetproblemen zien jullie?

ARFID:

Avoidant/restrictive food intake disorder- Vermijdende/restrictieve voedselinname stoornis

- Te weinig of extreem selectief eten
- Angst voor
 - overgeven;
 - sensorische gevoeligheid; selectief op basis van textuur, kleur of smaak
 - onbekend eten, iets nieuws te proeven
 - sterke voorkeur voor bepaalde soorten of merken voeding
- Geen honger gevoel, vergeet te eten, geen interesse in eten
- Valt af of groeit slecht, maar kan ook leiden tot overgewicht
- Vaste rituelen rondom eetsituatie

Stelling

Moet eten lekker zijn?



Lust ik niet

Wil ik proberen

Is oké





**Lekker is niet
belangrijk,
je kunt leren lusten**









Lust ik niet



Wil ik proberen



Lust ik wel

Hap	Het hap voor hap, leren lusten plan
 1	Leg een heel klein stukje van het eten op een schoteltje of lepeltje met een servetje ernaast.
 2	Je pakt het stukje eten en houdt dit 5 tellen tegen je mond en smeert het daarna op het servetje.
 3	Je legt het stukje eten op je tong en veegt het daarna af aan het servet.
 4	Je legt het stukje eten op je tong en doe je lippen op elkaar en tel tot 5 en smeert het af aan het servetje.
 5	Je stopt het stukje eten in je mond en doe je lippen op elkaar, kauwt een paar keer en spuugt het uit op het servetje.
 6	Je stopt het stukje eten 5 tellen in je mond, kauwt een paar keer en slikt het weg met een slokje water.

Stelling

Zijn sensorische problemen van invloed op het eten?



Sensorische onder- en overgevoeligheid

- Mensen met autisme reageren vaak anders op prikkels
- Hyper of hyporeacties
- Eten is een activiteit waarbij alle zintuigen maximaal geprikkeld worden



Vraag: wat is je eigen smaak -en geurbeleving

Wat lustte je als kind of nu als volwassene, absoluut niet?
Stel je voor dat iemand naast je dit eet en dat je overweldigd wordt door de geur ervan....

- Wat roept het hieraan denken bij je op?
- Hoe lastig is het om dit voedsel moeten eten?

Vraag: hoeveel zintuigen hebben we?

- 5
- 7
- 10

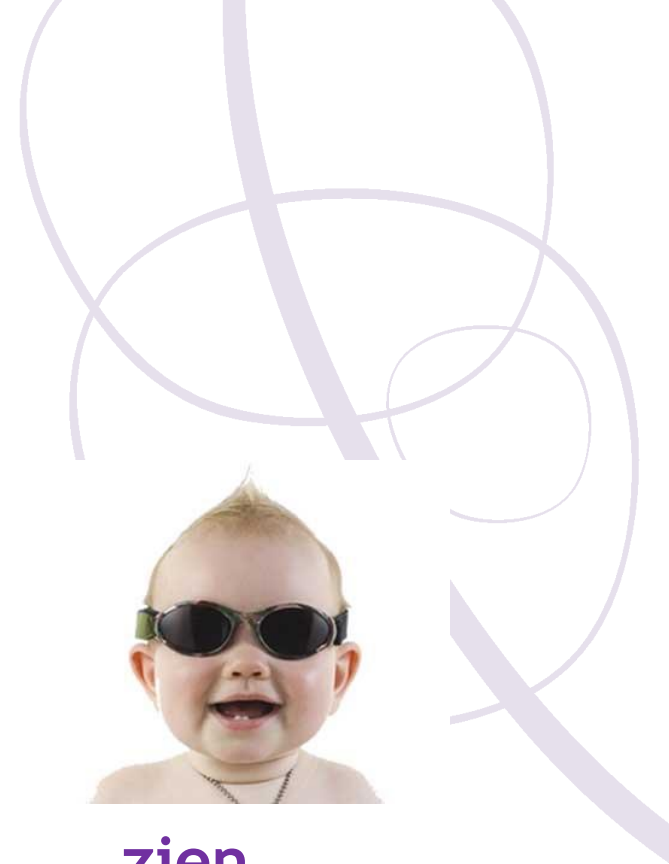
Sensorische invloed



horen



proeven



zien



ruiken



voelen

Interne zintuigen



Proprioceptie



Vestibulair



Introproceptief

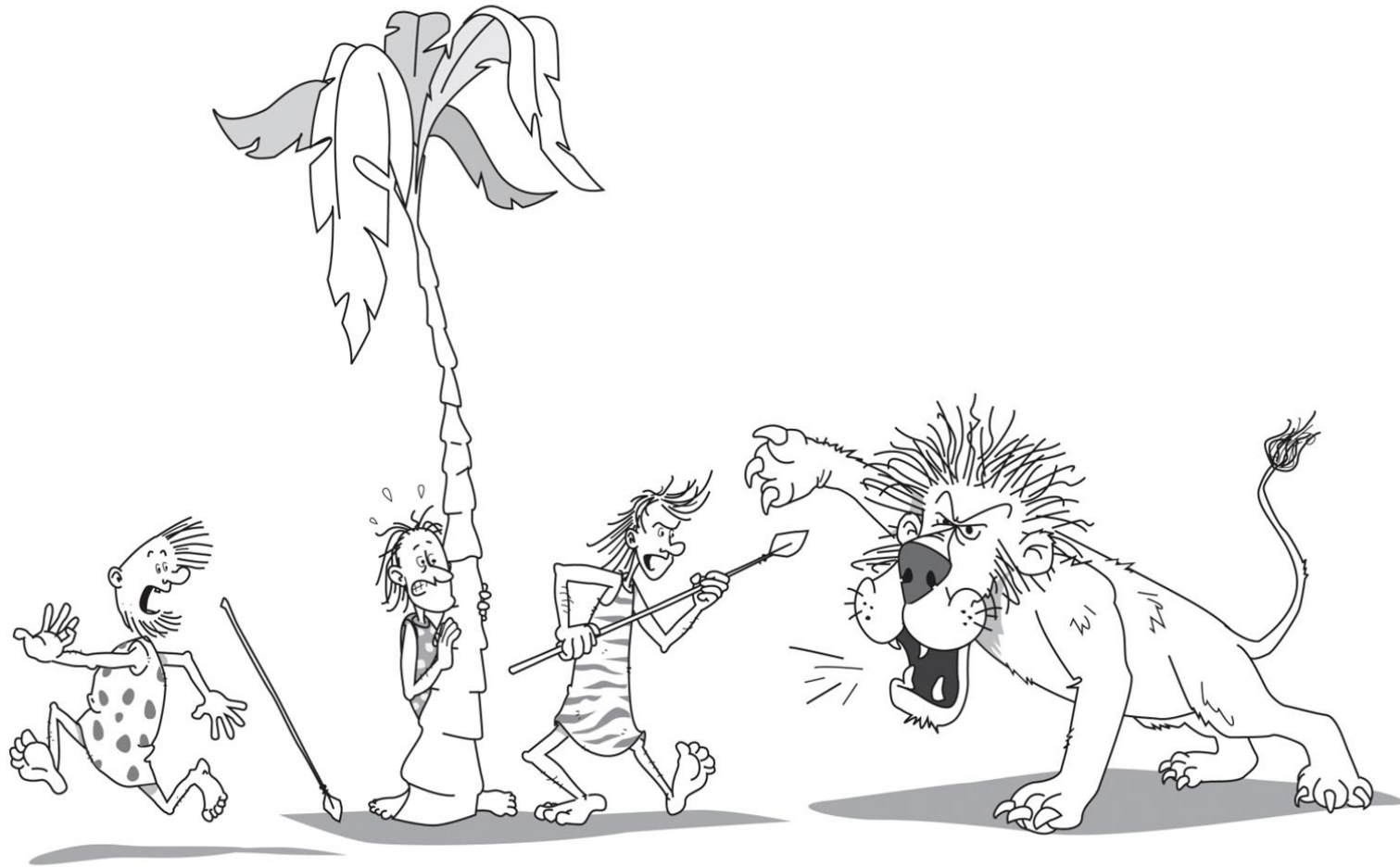


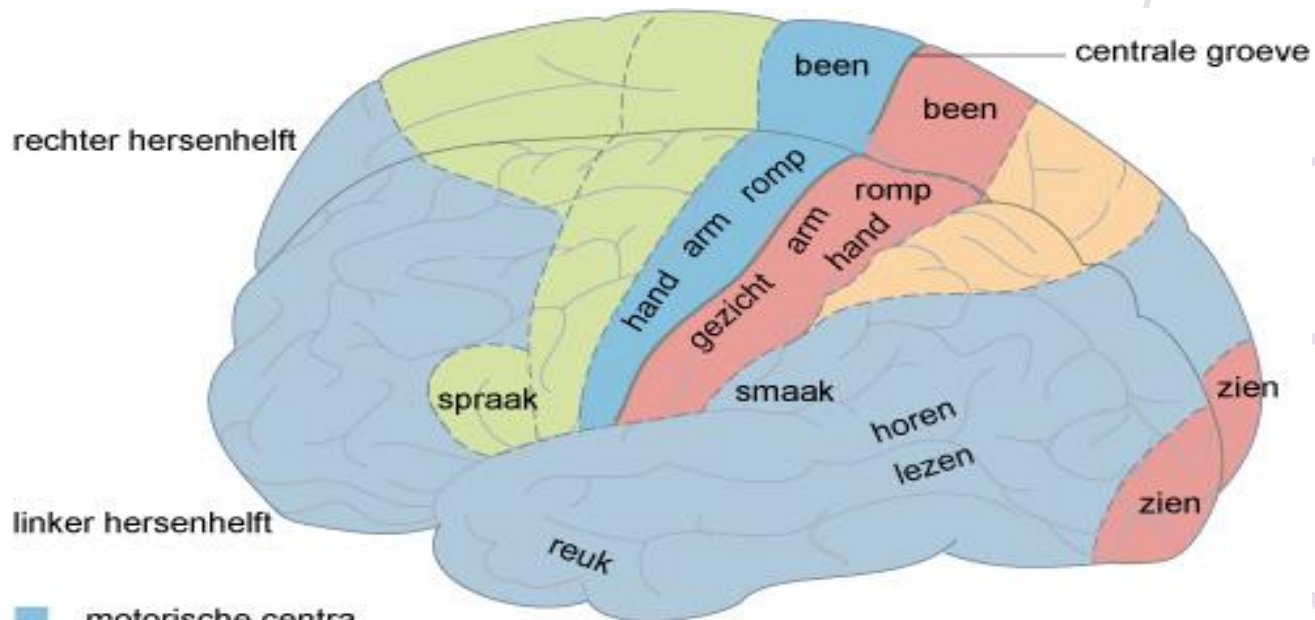
Nociceptie



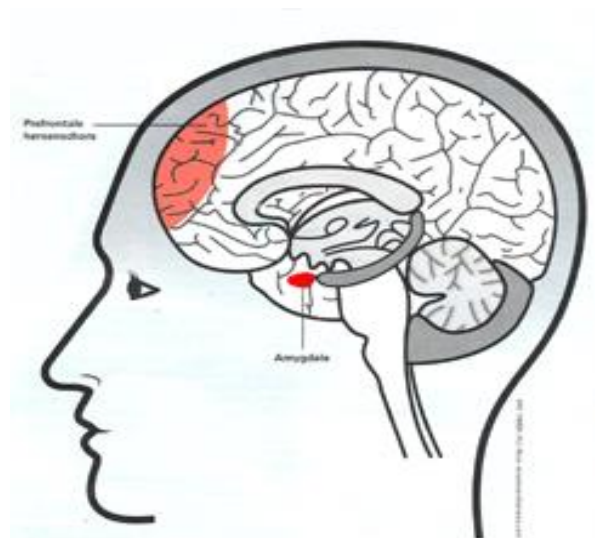
Thermoceptie

Vechten, vluchten, verstarren





- motorische centra
- motorische centra voor complexe bewegingen
- sensorische centra
- sensorische centra voor het herkennen van informatie van de zintuigen



Vraag

Kunnen autisme kenmerken eten lastiger maken? En zo ja welke?



Theory of mind

Het vermogen je te kunnen verplaatsen in de leefwereld van een ander.

Rekening houden met gevoelens en gedachten van anderen

- Bij jongeren met autisme is dit vaak minder goed ontwikkeld

Wat wordt er van mij verwacht in de eetsituatie?
Zowel het eten zelf als sociaal wenselijk gedrag vertonen in de eetsituatie, kunnen complexe opgaven zijn voor mensen met autisme

Centrale coherentie

Het vermogen om informatie samen te voegen tot een geheel

- Jongeren met autisme kunnen de wereld zien in puzzelstukjes Het lukt niet of minder goed om hier een volledige plaat van te maken
- Details als hoofdzaak zien, terwijl de echte hoofdzaak ze ontgaat

Het herkennen van voedingsmiddelen, voorspelbaarheid van merken/smaak.

Begrijpen van de eetsituatie, waar moet ik eten, wat, hoeveel, hoe?

Executieve functies

De aanstuurfuncties van ons brein, sturen ons gedrag, onze gedachten en emoties aan. Ze zorgen voor de vaardigheden die nodig zijn voor het plannen en uitvoeren van doelgericht gedrag

- Jongeren met autisme hebben moeite met deze vaardigheden

Moeite met zelfstandig koken

Moeite met automatiseren van handelingen

Lang over de maaltijd doen

Vragen



Vragen?

- A.vanmaanen-weber@Yulius.nl



Facebook
Autisme, eten en prikkels

Meer weten & lezen?

Literatuur:

- Leven met sensaties
 - Uit de pas
 - Met plezier uit de pas
 - Wiebelen
 - Overprikkeld
 - Het aspergersyndroom
 - Waarnemen en zintuigelijke ervaringen bij mensen met autisme en aspergersyndroom
 - Ojee, ik eet
 - Prikkels in de groep
 - Autismen en eetproblemen
 - Moeilijke eters
 - Het hap slik weg boek
 - Autismen anders bekijken
- Winnie Dunn
Carol Stock Kranowitz
Carol Stock Kranowitz
Monique Thoonsen/Carmen Lamp
C. Dalgliesh
B. Myles
- O. Bogdasina
Karen den Dekker
R. de Hoog
Thomas Fondelli
Dr. L. Ernsperger/T. Stegen
www.difrax.com (gratis te downloaden)
Suzanne Agterberg-Rouwhorst