



IMPORTÂNCIA DO DESENVOLVIMENTO DE ALIMENTOS ESPECIAIS PARA PORTADORES DA DOENÇA CELÍACA

Leticia Bertoncello
Pollyana Caldas de Souza
Edilceia Domingues do Amaral Ravazzani
Andressa Cristina de Oliveira

Resumo

A doença celíaca (DC) é uma condição autoimune grave desencadeada pela ingestão de glúten, uma proteína presente em cereais, como trigo e cevada. É desencadeada em indivíduos geneticamente predispostos, onde ocorre a atrofia total ou subtotal da mucosa do intestino delgado, comprometendo a absorção de nutrientes. Além disso, o paciente celíaco necessita de uma dieta isenta de glúten por toda a vida, o que é um grande desafio para a saúde pública, pois, com a globalização, diversos alimentos de culturas tradicionais foram substituídos pelo trigo. A importância sobre esse estudo engloba a prevenção de complicações, como desnutrição e anemia, por falta de opções seguras e adequadas para os portadores da doença, gerando uma melhor qualidade de vida e permitindo uma alimentação mais diversificada e prazerosa, sem o temor da ingestão acidental de glúten. O objetivo principal é destacar a importância de produtos e receitas para portadores da doença celíaca, como milho e aveia, abordando os impactos na saúde e qualidade de vida relacionados. Este estudo foi realizado a partir de uma busca sistemática em base de dados, sendo elas o PubMed e Ebsco, entre os anos de 2005 e 2023, utilizando os descritores “doença celíaca”, “dieta alimentar” e “terapia nutricional”, no português. Os estudos apontam que a principal estratégia para o tratamento da doença celíaca é o uso de uma dieta totalmente livre de glúten de forma permanente, e que devem ser introduzidas fontes alternativas de alimentos para evitar possíveis deficiências nutricionais, tais como a deficiência de ferro, cálcio, vitamina D e B12, que podem ser ter sua absorção seriamente comprometida. Devido a esse fato, muitas vezes, é necessária a suplementação desses nutrientes. Estudos salientam que já é comprovado que a nutrição apresenta um papel fundamental relacionado à variedade de produtos, e que é necessário que receitas apropriadas aos pacientes portadores de doença celíaca sejam desenvolvidas, para garantir a melhora na qualidade de vida desses pacientes. Cabe salientar que é importante garantir que a produção dos alimentos não permita a contaminação acidental pelo glúten. Sendo assim, é importante o desenvolvimento de receitas com produtos isentos de glúten ou mesmo contaminados por ela. Preparações com milho e aveia se tornam apropriadas, pois estes alimentos são isentos de glúten e possibilitam uma variedade de criações de receitas adequadas, e permitem que o paciente melhore a qualidade de vida sem limitações relacionadas às escolhas alimentares, e ao convívio em sociedade.

Palavras-chave: doença celíaca; nutrição; produtos para celíacos; terapia nutricional.