

## Maio Verde - Mês da Conscientização da Doença Celíaca

-Sintomas debilitantes e diagnóstico subestimado-



O glúten foi transformado em vilão por algumas dietas da moda, mesmo com pesquisas provando que sua restrição não é garantia de perda de peso ou de melhoras na saúde. Essa proteína, que está presente em alguns cereais, como trigo, cevada e centeio, entretanto, faz mal para quem tem a chamada doença celíaca, condição inflamatória do intestino delgado que é mediada pela imunidade e é causada pela sensibilidade ao glúten e suas proteínas relacionadas.

Nas crianças o quadro clínico mais comum é de dor abdominal, diarreia, distensão abdominal (“barriga inchada”) e atraso no desenvolvimento, mas no adulto predominam os sintomas atípicos. Devem ser avaliadas para doença celíaca todas as pessoas com deficiência de ferro de origem desconhecida, diabetes mellitus tipo I, cefaleia recorrente, fadiga, artrite, aftas recorrentes, infertilidade, depressão, distímia e osteoporose. O rastreio do diagnóstico é feito por meio de exames laboratoriais e para sua confirmação é necessária também uma endoscopia digestiva alta.

Você sabia?

- Para cada paciente diagnosticado com doença celíaca, 10 outros ainda não o foram;
- Eliminar o glúten da dieta não é uma tarefa fácil. Além de ter um tratamento difícil e oneroso, o paciente com doença celíaca tem restrição de se alimentar em restaurantes, festas e encontros sociais que não disponham de alimentos gluten-free. Nas poucas situações onde as refeições sem glúten são disponibilizadas, quase sempre ocorre contaminação cruzada, ou seja, o alimento é manipulado em panelas, pratos e utensílios que entraram em contato prévio com o glúten o que inviabiliza o seu consumo pelo paciente celíaco.

- Há ainda a sensibilidade ao glúten não-celíaca e a alergia ao trigo, condições distintas que precisam ser bem diferenciadas pela equipe médica.
- COCELPE – Coletivo de celíacos de Pernambuco: fundado em Recife, em 2021, o COCELPE é um grupo de pessoas que busca representar e dar suporte aos pacientes com doença celíaca e outras doenças vinculadas. Além disso atuam diretamente na divulgação da doença buscando melhores condições de vida de para essa população. Redes sociais: @cocelpe. Email: coletivodeceliacospe@gmail.com

Núcleo de atenção à saúde- NAS TRF5 e colaboração do COCELPE – Coletivo de celíacos de Pernambuco