



Terapia Nutricional na Doença Celíaca

Verônica Mayrinck

Mestranda em Alimentos e Nutrição - PPGAN – UNIRIO

Jun/2016



Roteiro

- ▶ O que é Doença Celíaca?
 - ▶ Sintomas clínicos
 - ▶ Manifestações nutricionais
 - ▶ Terapia Nutricional
 - ▶ Referências
- 

O que é Doença Celíaca (DC)?

- ▶ É uma doença autoimune que acomete alguns indivíduos
- ▶ Relacionada com a intolerância ao glúten



trigo

Gliadina



centeio

Secalina



cevada

Hordeína



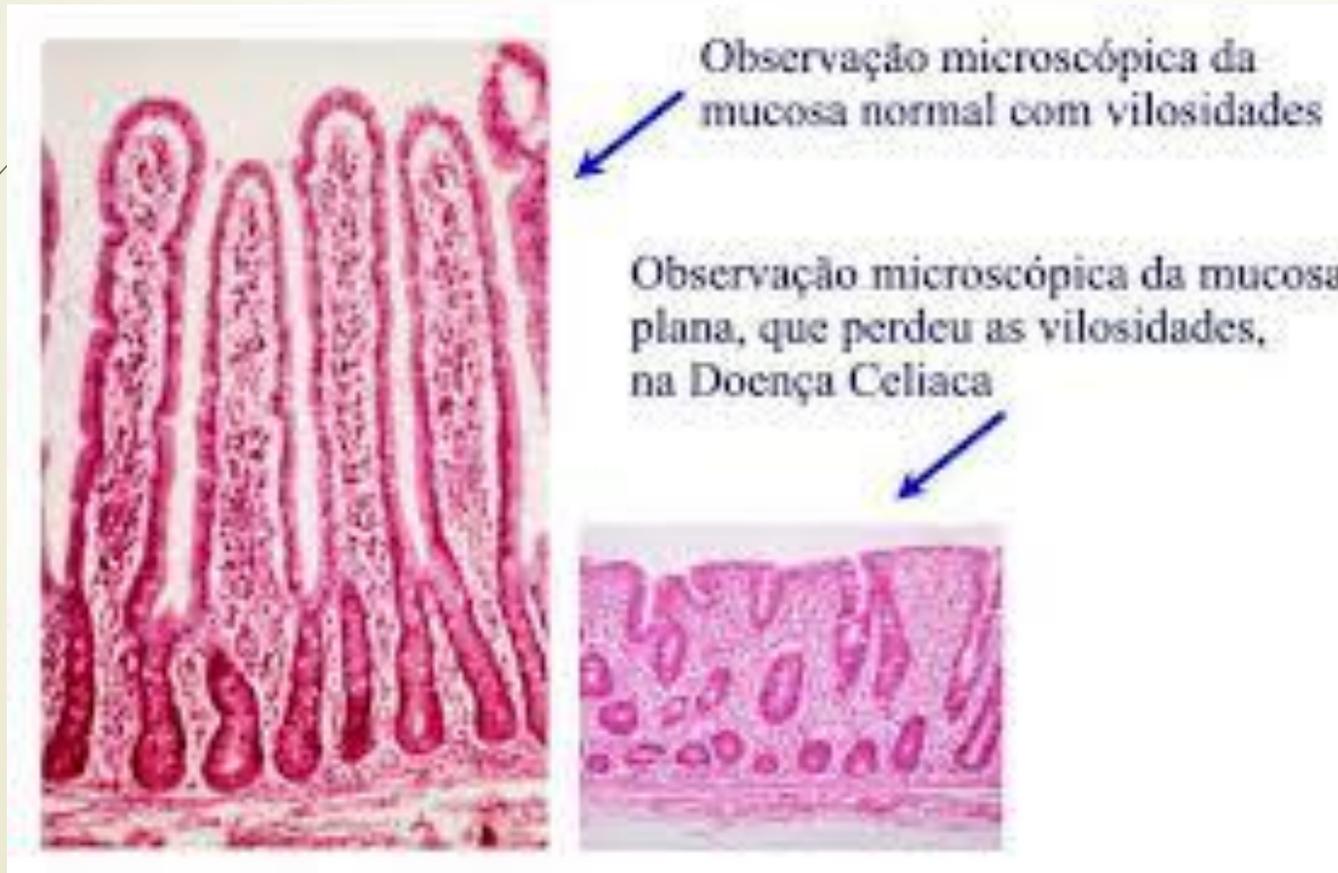
aveia*

Avenina



Doença Celíaca

- Principal causa de atrofia nas vilosidades intestinais



↓
Absorção
de
nutrientes

Sintomas Clínicos

- ▶ Dor abdominal
- ▶ Diarreia
- ▶ Constipação intestinal
- ▶ Perda de peso
- ▶ Dermatite hipertiforme
- ▶ Fadiga
- ▶ Puberdade tardia
- ▶ Baixa estatura





Manifestações Nutricionais

➤ Deficiência de:

➤ Ferro

➤ Ácido Fólico

➤ Vitamina D

➤ Vitamina B12 (cianocobalamina)

➤ Vitamina B6 (piridoxina)

➤ Zinco



Terapia Nutricional - Aveia

- ▶ Motivos para consumir:
 - ▶ A aveia possui aminoácidos essenciais, ácidos graxos, insaturados, vitaminas do complexo B e minerais como ferro, zinco e magnésio.
 - ▶ Na aveia, as prolaminas (aveninas) constituem de 10 a 15% das proteínas totais do grão, enquanto no trigo as prolaminas (gliadinas e gluteninas) somam 80% do total de proteínas.
- 



Terapia Nutricional - Aveia

- ▶ Motivos para não consumir:
 - ▶ A aveia pode desencadear a resposta autoimune em pequena parte de indivíduos com DC .
 - ▶ A aveia pode ter sofrido contaminação cruzada ao longo do processo até chegar ao consumidor.
- 



Terapia Nutricional

- ▶ “O tratamento da DC consiste na dieta sem glúten, devendo-se, portanto, excluir da alimentação alimentos que contenham trigo, centeio, cevada e aveia, por toda a vida” (PORTARIA MS/SAS N° 307)
- 

Terapia Nutricional

► Dieta Livre de Glúten



milho



arroz



leguminosas



painço



amaranto



quinoa



trigo sarraceno



batatas

Terapia Nutricional

Grupos de Alimentos	Permitidos	Proibidos
Leite e derivados	Leite fresco, em pó, condensado, creme de leite, queijo minas, ricota, iogurte, coalhada.	Leite maltado
Carnes	Todos os tipos de carnes, aves, peixes e frutos do mar frescos e enlatados em óleo ou salmoura.	Preparações que contenham glúten na composição. Preparações empanadas.
Verduras e Legumes	Todos os frescos ou congelados	Enlatados que contenham glúten na composição, preparações como suflê, torta, etc

Terapia Nutricional

Grupos de Alimentos	Permitidos	Proibidos
Frutas	Todas	-
Leguminosas	Feijão, grão de bico, ervilha, lentilha e soja.	Enlatados que contenham glúten na composição.
Gorduras	Manteiga, margarina, óleos vegetais, banha	-
Farinhas e Cereais	Arroz, milho, araruta, polvilho doce ou azedo, mandioca, sagu, tapioca, fécula de batata, fubá, amido de milho, canjica e sarraceno	Todas as preparações com farinhas não permitidas (trigo, centeio e aveia)

Dica importante!

- O indivíduo com DC deve tornar-se um investigador!



Lei nº10.764 de 16 de maio de 2003

Conclusões

- ▶ É necessária atenção multidisciplinar e multiprofissional aos indivíduos com DC (médico, nutricionista, psicólogo e assistente social)
- ▶ O consumo de aveia no Brasil ainda não é permitido e há necessidade de estudos para comprovar se a aveia comercializada é livre de glúten ou não,

Referências

- ▶ Cunha M, Carneiro F, Amil J. Doença celíaca refratária. Arquivos de Medicina. 2013;27(1):19-26.
- ▶ Liu SM, Resende PVG, Bahia M, et al. Doença celíaca. Revista Médica de Minas Gerais. 2014;24:38-45.
- ▶ Londono DM, Van't Westende WPC, Goryunova S, et al. Avenin diversity analysis of the genus Avena (oat). Relevance for people with celiac disease. Journal of Cereal Science. 2013;58(1):170-177.
- ▶ Portaria MS/SAS nº 307, de 17 de setembro de 2009. Protocolo clínico e diretrizes terapêuticas da doença celíaca. Diário Oficial da União; Poder Executivo, Brasília, DF, 18 set. 2009. Seção I, p. 79-81



Obrigada por sua
atenção!!!

Deus lhe abençoe!

