



O que a ciência diz sobre o glúten?

Mônica Cristine P dos Santos

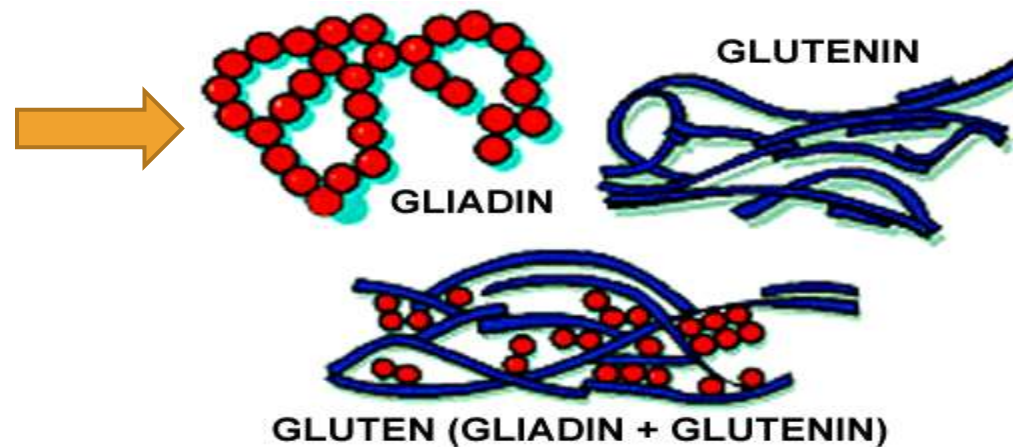
Programa de Pós – graduação em Alimentos e Nutrição –
PPGAN

UNIRIO

Junho 2015

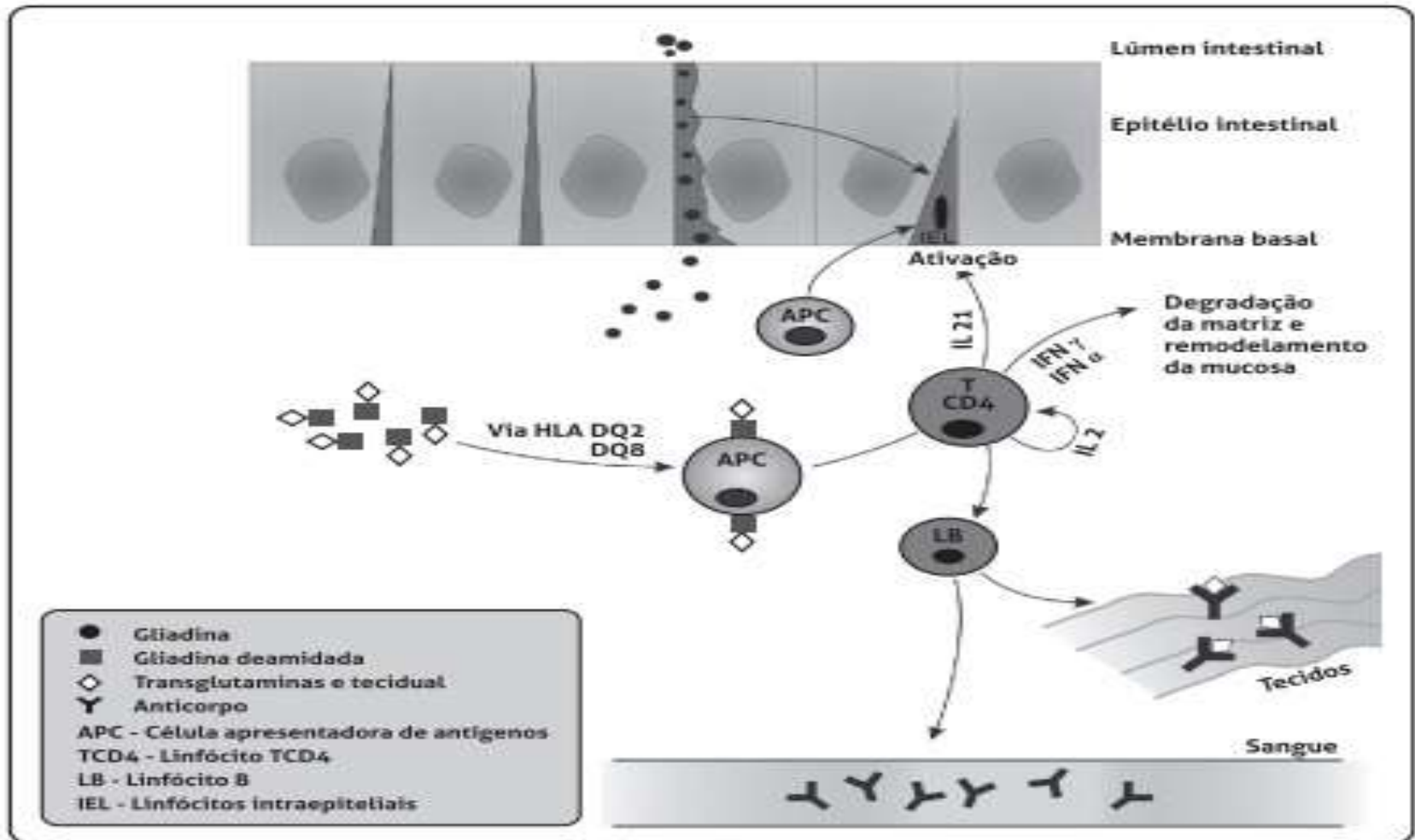
O que é?

- ▶ Presente naturalmente em muitos cereais.
- ▶ Características tecnológicas.



Fonte: Google Imagens

Doença Celíaca



Doença Celíaca

- Cerca de **1% da população** mundial possui a doença celíaca
- Desencadeia uma reação do sistema imunológico
- Inflamação nas vilosidades
- diarreia, dor, distensão abdominal e inchaço



Observação microscópica da mucosa normal com vilosidades.

Observação microscópica da mucosa plana, que perdeu as vilosidades na Doença Celíaca.



Intolerância ou sensibilidade

- Pacientes que apresentam mal-estar ao consumir alimentos com glúten e que não são celíacos



- Controvérsias!!!

Afinal, existe ou não existe intolerância ao glúten?

No Effects of Gluten in Patients With Self-Reported Non-Celiac Gluten Sensitivity After Dietary Reduction of Fermentable, Poorly Absorbed, Short-Chain Carbohydrates

JESSICA R. BIESIEKIERSKI,^{1,2} SIMONE L. PETERS,² EVAN D. NEWNHAM,¹ OURANIA ROSELLA,² JANE G. MUIR,² and PETER R. GIBSON²

¹Department of Gastroenterology, Eastern Health Clinical School, Monash University, Box Hill, Victoria, Australia and ²Department of Gastroenterology, Central Clinical School, Monash University, The Alfred Hospital, Melbourne, Victoria, Australia

fect was observed. **CONCLUSIONS:** In a placebo-controlled, cross-over rechallenge study, we found no evidence of specific or dose-dependent effects of gluten in patients with NCGS placed diets low in FODMAPs. www.anzctr.org.au. ACTRN12610000524099



Há um aumento do número de casos de doença celíaca, o único motivo real para cortar o glúten? Seria por isso que agora todo mundo parece passar mal com essa proteína ou ficaria imaginando passar mal?

Posso excluir o glúten da dieta ??



Alimentos livres de glúten são mais saudáveis?

- Pesquisadores da Universidade de Houston, nos Estados Unidos, mostraram que acrescentar palavrinhas mágicas nos rótulos - "antioxidante", "orgânico" - torna o produto mais saudável do que ele realmente é, pelo menos na cabeça do consumidor.

**Glúten pode estar por trás da
obesidade, suspeita que andou sendo
levantada por aí?**



Dietas sem glúten

“Dietas sem glúten são modismos puros” ??



FINISH



OBRIKADO PELA ATENÇÃO !

GERADORMEMES.COM

E-mail: monicamensagens@gmail.com

Referências

- ▶ Bastos, M. D., & Silveira, T. R. da. (2014). Doença Celíaca e alterações hepáticas: uma revisão. Retrieved June 12, 2015, from http://www.sprs.com.br/sprs2013/bancoimg/140324183316bcped_13_03_04.pdf
- ▶ Biesiekierski, J. R., Newnham, E. D., Irving, P. M., Barrett, J. S., Haines, M., Doecke, J. D., ... Gibson, P. R. (2011). Gluten causes gastrointestinal symptoms in subjects without celiac disease: a double-blind randomized placebo-controlled trial. *The American Journal of Gastroenterology*, 106(3), 508–14; quiz 515. <http://doi.org/10.1038/ajg.2010.487>
- ▶ Nanayakkara, M., Lania, G., Maglio, M., Discepolo, V., Sarno, M., Gaito, A., ... Barone, M. V. (2013). An undigested gliadin peptide activates innate immunity and proliferative signaling in enterocytes: the role in celiac disease. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 98(4), 1123–35. <http://doi.org/10.3945/ajcn.112.054544>
- ▶ Shan, L., Molberg, Ø., Parrot, I., Hausch, F., Filiz, F., Gray, G. M., ... Khosla, C. (2002). Structural basis for gluten intolerance in celiac sprue. *Science (New York, N.Y.)*, 297(5590), 2275–9. <http://doi.org/10.1126/science.1074129>
- ▶ MAHAN, L. K; ESCOTT-STUMP, S. **Krause, alimentos, nutrição & dietoterapia**. editora roca, 2005.