

- *Diarreia ou Prisão de ventre crônica*
- *Distensão abdominal*
- *Aftas*
- *Vômitos*
- *Dor abdominal*
- *Dermatite Herpetiforme*
- *Depressão*
- *Desnutrição com*
- *Anemia*
- *Fadiga Crônica*
- *Emagrecimento e falta de apetite*
- *Déficit de crescimento*
- *Irritabilidade*
- *Osteoporose*
- *Mancha nos dentes*
- *Infertilidade*
- *Abortos de repetição*
- *Doenças neurológicas*



Contato:

acelbra.rs@gmail.com
www.fenacelbra.com.br/acelbra_rs/
www.facebook.com/AcelbraRSoficial/



www.fenalcebra.com.br

DOENÇA CELÍACA



SENSIBILIDADE AO GLÚTEN NÃO CELÍACA

DOENÇA CELÍACA

DOENÇA CELÍACA é uma patologia autoimune que danifica o intestino delgado e interfere na absorção de nutrientes dos alimentos, em pessoas geneticamente predispostas. Estima-se que afete 1 em cada 100 pessoas no mundo todo. Quando os celíacos ingerem glúten (uma proteína encontrada no trigo, cevada, centeio e aveia*), o corpo dispara uma resposta imunológica que ataca o intestino delgado e todo o organismo pode ser afetado. Estes ataques levam a danos nas vilosidades (minúsculas projeções semelhantes a dedos) que revestem o intestino delgado e são responsáveis pela absorção de nutrientes. Quando as vilosidades ficam danificadas, os nutrientes não são absorvidos adequadamente.

A DOENÇA CELÍACA pode se manifestar em qualquer idade. Existem mais de 300 sintomas ligados à ela e que variam de pessoa para pessoa. Há também celíacos assintomáticos. A DERMATITE HERPETIFORME é manifestação da doença celíaca na pele.

Se não for diagnosticada e tratada, a DOENÇA CELÍACA pode levar a outras complicações como doenças da tireóide, osteoporose, fibromialgia, psoríase, artrite reumatóide, doenças neurológicas e câncer intestinal.

Todos os familiares de primeiro grau de um celíaco devem investigar se também desenvolveram a doença. O único tratamento para a DOENÇA CELÍACA é uma dieta 100% isenta de glúten, ao longo da vida. A ingestão de pequenas quantidades de glúten ou mesmo traços de glúten, pode desencadear danos ao intestino delgado. Ainda não existem medicamentos ou cirurgias que possam curar esta doença autoimune.

*Aveia: a proteína da aveia não faz mal para a maioria dos celíacos mas mundialmente este cereal sofre contaminação por glúten em toda sua cadeia produtiva. Por isso, ela entra na lista dos cereais proibidos. Hoje existem algumas marcas certificadas de aveia SEM GLÚTEN, que podem ser consumidas com segurança pela maioria dos celíacos (segundo estudos, 8% dos celíacos tem reação à aveia, mesmo a sem glúten). Consulte seu médico se você pode consumir aveia certificada.

DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO

Após a suspeita clínica, vários exames permitem o diagnóstico da DOENÇA CELÍACA. Um médico gastroenterologista deve ser consultado e os exames podem ser realizados pelo SUS – Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Doença Celíaca:

- ⊙ Exames laboratoriais - testes sorológicos para dosar a imunoglobulina IgA e anticorpo antitransglutaminase IgA;
- ⊙ Endoscopia Digestiva Alta com biópsia do intestino delgado (duodeno).

Outros exames de anticorpos que não fazem parte do protocolo do SUS podem ser realizados:

- anticorpo antigliadina deaminada IgA e IgG
- anticorpo antiendomíseo IgA e IgG
- anticorpo antitransglutaminase IgG

Uma rigorosa DIETA ISENTA DE GLÚTEN é o único tratamento eficaz até o momento. O diagnóstico da doença celíaca e sensibilidade ao glúten não celíaca requer mudança de atitude dos hábitos alimentares, uma reeducação alimentar e cuidados no preparo dos alimentos. Essas modificações levantam muitas dúvidas, sendo recomendada a consulta com um Nutricionista qualificado para uma orientação nutricional e adaptação da dieta. Uma alimentação saudável isenta de glúten permite a recuperação da saúde e da qualidade de vida dos celíacos e sensíveis ao glúten.

No Brasil a **Lei Federal nº10.674/2003** obriga a Indústria Alimentícia a informar no rótulo sobre a presença ou ausência de glúten como medida preventiva e de controle da DOENÇA CELÍACA, com as inscrições **“Contém Glúten”** ou **“Não Contém Glúten”**, conforme o caso. A Resolução da ANVISA **RDC Nº 26/2015** dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares e o trigo, cevada, centeio e aveia estão listados.

SENSIBILIDADE AO GLÚTEN NÃO CELÍACA

SENSIBILIDADE AO GLÚTEN NÃO CELÍACA é uma condição com sintomas semelhantes aos da doença celíaca e que melhoram quando o glúten é eliminado da dieta. Porém indivíduos sensíveis ao glúten têm testes negativos nos exames de sangue de autoanticorpos e não apresentam atrofia de vilosidades na biópsia intestinal. Estima-se que a SENSIBILIDADE AO GLÚTEN NÃO CELÍACA pode afetar 6% da população mundial.

Pessoas com SENSIBILIDADE AO GLÚTEN NÃO CELÍACA podem experimentar sintomas como "confusão mental", depressão, déficit de atenção e/ou hiperatividade (TDAH), dor abdominal, distensão abdominal, diarreia, constipação, dores de cabeça, dores ósseas ou articulares e fadiga crônica. Outros sintomas também são possíveis. Atualmente não há nenhum teste para detecção da Sensibilidade ao glúten e a única maneira de diagnosticar é a pessoa se submeter aos exames para descartar doença celíaca e alergia ao trigo.

Um diagnóstico de Sensibilidade ao glúten é suspeitado quando estas pessoas tem resultados negativos nos exames de doença celíaca ou alergia ao trigo, e os seus sintomas diminuem após iniciar uma dieta livre de glúten. O diagnóstico é confirmado por um retorno dos sintomas quando o glúten é reintroduzido na dieta. O tratamento recomendado é seguir uma dieta isenta de glúten.

IMPORTANTE: Não faça autodiagnóstico. Se você acha que pode ter DOENÇA CELÍACA ou SENSIBILIDADE AO GLÚTEN NÃO CELÍACA, converse com seu médico sobre os testes, antes de começar uma dieta livre de glúten. Esta é a única maneira de garantir exames com resultados confiáveis e proteger a sua saúde a longo prazo. A ausência do glúten no organismo pode afetar a eficácia dos exames, com resultados pouco precisos.