

## CELÍACOS: MAIS QUALIDADE DE VIDA COM O DIAGNÓSTICO PRECOCE



De acordo com estudos realizados pela Universidade de Brasília (UnB), uma pessoa em cada grupo de 150 tem a doença celíaca. A doença é uma intolerância permanente ao glúten (proteína presente no trigo, centeio, cevada, aveia e derivados como o malte). É autoimune e ocorre em pessoas geneticamente predispostas.

Para o diagnóstico são necessários exames específicos de sangue, outros exames a critério médico, além da biópsia do intestino delgado.

“Muitas pessoas podem ter a doença celíaca e não saber, por falta de um diagnóstico adequado”, afirma a presidente da Associação dos Celíacos de Minas Gerais (Acelbra-MG), Ângela Diniz.

Segundo ela, isso se deve à falta de implantação do Protocolo Clínico e Diretrizes da Doença Celíaca (Ministério da Saúde – Diário Oficial da União – 2009), no Sistema Único de Saúde (SUS), em alguns municípios.

“Minas Gerais tem 853 municípios e foram poucos os que implantaram o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Doença Celíaca, documento que estabelece critérios claros de diagnóstico, tratamento e controle da doença celíaca. Muitos usuários do SUS não conseguem realizar os exames solicitados pelos médicos. Sem acesso aos exames, ficam sem ter o diagnóstico e em tempo de ter a saúde restabelecida”, explicou.

Segundo Ângela, a implantação e implementação do Protocolo, nos estados e municípios através das Secretarias de Saúde dos Estados e Municípios poderão contribuir para o diagnóstico precoce da DC que, se não tratada corretamente, pode ocasionar complicações como um linfoma maligno no intestino.

Como os sintomas são comuns a outras doenças, muitas vezes a pessoa não percebe, ocasionando agravos na saúde e, em alguns casos o diagnóstico pode chegar tarde demais “Se não há um diagnóstico correto, fica impossível também fazer um levantamento preciso da quantidade de celíacos em nosso Estado”, afirmou.

### ALIMENTAÇÃO



O glúten está presente em quase todos os alimentos consumidos pelos brasileiros. Além da restrição alimentar imposta pelo tratamento, o celíaco sofre com a impossibilidade de manter uma dieta adequada, já que os alimentos sem glúten custam até 10 vezes mais caros que os comuns e o preparo em casa exige cuidados e habilidades culinárias.

“O pão sem glúten, por exemplo, custa cerca de R\$ 10 e nem todo mundo pode comprar. É comum também os celíacos passarem por discriminação na escola, em seu local de trabalho. No convívio social, são taxados de “pessoas frescas” por grande parte da sociedade, por causa das restrições alimentares. Desta forma, os celíacos deixam de ir às festas, confraternizações, enfim, evitam sair de casa”, acrescentou Ângela.

Ela lembra ainda que as pessoas com a doença celíaca têm dificuldades até mesmo de comungar, pois a hóstia é feita de trigo e a opção de comunhão na espécie vinho, ainda é desconhecida e não é aceita por algumas paróquias.

**Doença** – Ela foi descrita no Século II da era de Cristo. Já em 1888, o inglês Samuel Gee fez uma descrição clássica sob a denominação de “afecção celíaca”. Mas, foi durante o racionamento de trigo, na Segunda Guerra Mundial, que o pediatra holandês, Dick, observou que a incidência da doença tinha diminuído e novamente havia aumentado com a reintrodução do trigo na alimentação. Fez, então, a correlação da doença com a ingestão do trigo.

**Sintomas** - geralmente se manifestam na infância, entre o primeiro e terceiro ano de vida podendo, entretanto, surgir em qualquer idade, inclusive na fase adulta. Dentre os sintomas mais comuns estão a diarreia crônica, distensão abdominal, constipação intestinal, anemia, irritabilidade, perda de peso, desnutrição, involução do sistema neuropsicomotor.

Alguns sintomas podem não estar presentes. O que dificulta o diagnóstico. Como os sintomas são comuns a diversas doenças, muitas vezes podem passar despercebidos pela pessoa e pelo médico.

**Tratamento** - consiste em uma dieta totalmente isenta de glúten. Os celíacos não podem ingerir alimentos como: pães, bolos, bolachas, macarrão, coxinhas, quibes, pizzas, cervejas, whisky, vodka, entre outros, quando estes alimentos possuem o glúten em sua composição ou processo de fabricação.

Devido à exclusão total de alguns alimentos ricos em carboidratos e fibras, o celíaco deve buscar alternativas alimentares como, por exemplo, o arroz, milho, mandioca, batata, polvilhos, féculas.

### O QUE É O GLÚTEN ?



É a principal proteína presente no trigo, aveia, centeio, cevada e no malte (subproduto da cevada), cereais amplamente utilizados na composição de alimentos, medicamentos, bebidas industrializadas, assim como cosméticos e outros produtos não ingeríveis.

Na verdade, o prejudicial e tóxico ao intestino da pessoa intolerante ao glúten são “partes do glúten”, que recebem nomes diferentes para cada cereal. No trigo é a Gliadina, na cevada é a Hordeína, na aveia é a Avenina e no centeio é a Secalina. O malte, muito questionado, é um produto da fermentação da cevada, portanto apresenta também uma fração de glúten. Os produtos que contêm malte, xarope de malte ou extrato de malte não devem ser consumidos pelos celíacos.

O glúten, para quem tem a predisposição genética para a doença celíaca, agride e danifica as vilosidades do intestino delgado (as dobras dos intestinos). As vilosidades intestinais e as “microvilosidades” têm a função de aumentar a absorção dos nutrientes.

### ACELBRA-MG

A Associação de Celíacos do Brasil (Seção Minas Gerais) tem cerca de 700 celíacos cadastrados e que recebem material informativo, orientações sobre a dieta isenta de glúten, as alternativas alimentares existentes, esclarecimento sobre a doença, entre outras atividades.

“Promovemos palestras, reuniões, congresso, parcerias como a que realizamos com o Conselho Estadual de Segurança Alimentar Nutricional Sustentável (CONSEA-MG). No entanto, o número de pessoas cadastradas é muito pouco e não condiz com a realidade. Isso nos remete novamente à necessidade da implantação do Protocolo em todos os municípios do Estado”, reforça Ângela.

Um outro dado importante é que, após terem recebido o diagnóstico médico, os celíacos de Minas Gerais devem fazer o seu cadastro na Acelbra-MG, através do site: [www.acebramg.com.br](http://www.acebramg.com.br) no link Cadastre.

O cadastro nas Associações de Celíacos do Brasil (ACELBRAS) é um dos instrumentos para se mapear a doença celíaca no Brasil.

Em Belo Horizonte, a Acelbra-MG fica na rua Dr. Furtado, de Menezes, 342, bairro Ipiranga. Mais informações pelo telefone (31) 3421-9768 e por e-mail: [acebramg@hotmail.com](mailto:acebramg@hotmail.com).

### CONSEA REALIZA ÚLTIMA PLENÁRIA DO ANO



O Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável (CONSEA-MG) realiza nos dias 28 e 29 de novembro, a sua última plenária do ano. Durante os dois dias serão avaliadas as atividades realizadas durante todo o ano de 2011. O evento será realizado no Hotel Normandy, no Centro de Belo Horizonte.

Serão pautados ainda os seguintes assuntos: Alimentação Escolar, SISVAN, Direito Humano à Água, Comitê Estadual dos Maxacali, audiências de revisão do PPAG e Seminário Legislativo da Erradicação da miséria, avaliação e desdobramentos da 4ª Conferência Nacional de SANS realizada em Salvador.

### A CRSANS TRIÂNGULO II ESCOLHE SEUS REPRESENTANTES

A Comissão Regional de Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável (CRSANS) Triângulo II realizou, no dia 22 de novembro, a sua plenária eletiva. A plenária foi coordenada pelo secretário executivo CONSEA-MG, Marcos Jota e pelo assessor técnico Bruno Mello.

O mandato terá a duração de dois anos. Foram eleitos os seguintes representantes da sociedade civil:

- ✓ Conselheiro Titular: Cristiano Aguiar Salomão (Ile Axé Xango Airá – Araguari)
- ✓ Conselheiro Suplente: Saulo Tavares (Movimento Negro Uberlandense Visão Aberta – Uberlândia)
- ✓ Coordenadora: Ana Cláudia Montes Cardoso (Conselho Regional de Nutricionistas de Minas Gerais – Uberlândia)
- ✓ Vice coordenadora: Euza Maria dos Santos Rabelo (Pastoral da Saúde/Uberlândia)

Dois membros representantes do governo também foram escolhidos:

- ✓ Secretária: Denize Dias Lopes (Secretaria de Saúde -Uberlândia)
- ✓ Vice secretária: Suzana Kanadani Campos (EMATER Regional de Uberlândia).

