

## DOENÇA CELÍACA<sup>1</sup>

GOLIN, Cristine Sperry<sup>2</sup>

RADAELLI, Patrícia Barth<sup>3</sup>

### RESUMO

Esse artigo apresenta o cenário da doença celíaca e suas implicações em hábitos, práticas alimentares e qualidade de vida de indivíduos intolerantes ao glúten. Apresenta dados importantes sobre a questão que, mundialmente, é considerada problema de saúde pública. Por ser uma doença cujo tratamento é fundamentalmente dietético, é essencial haver o acompanhamento de um profissional da área da nutrição, a fim de que o paciente tenha uma boa qualidade de vida. Além disso, elenca as causas da intolerância ao glúten e busca justificar o possível crescimento de tal intolerância.

**PALAVRAS CHAVE:** Doença Celíaca. Causas. Tratamento. Saúde.

### INTRODUÇÃO

Esse artigo é o resultado de uma pesquisa realizada por meio de sites, oriundos da internet, sem trabalho de campo. Tal pesquisa buscou considerações sobre a Doença Celíaca(DC), ou seja, sobre a intolerância ao glúten, e visa à busca de respostas para alguns questionamentos, como o que é a Doença Celíaca e por quê o número de indivíduos, sensíveis ao glúten, cresce cada vez mais. Ademais, a Doença Celíaca é uma doença autoimune desencadeada pela ingestão de cereais que contêm glúten por indivíduos geneticamente predispostos. Além do consumo do glúten e da suscetibilidade genética, é também necessária a presença de fatores imunológicos e ambientais para que a doença se expresse. Mundialmente é considerada problema de saúde pública devido à

<sup>1</sup> Artigo elaborado a partir de pesquisa realizada no módulo do PRODEP – Língua Portuguesa, 1º período do curso de Medicina, da Faculdade Assis Gurgacz.

<sup>2</sup> Acadêmica do curso de Medicina do 1º Período.

<sup>3</sup> Professora Orientadora do Artigo, docente do curso de Medicina – FAG, Mestre em Linguagem e Sociedade pela UNIOESTE, aluna do Programa de Doutorado, pela Unioeste.

sua prevalência, à frequente associação com morbidade variável e não específica e à probabilidade de aparecimento de complicações graves, principalmente osteoporose e doenças malignas do trato gastroentérico.

A metodologia, utilizada para o estudo, foi pautada em pesquisas que ocorreram por meio de leituras de artigos e reportagens sobre o assunto abordado, a fim de ampliar o conhecimento sobre o tema e esclarecer algumas dúvidas relacionadas ao mesmo. Além disso, a realização da pesquisa proporcionou o conhecimento de ideias de autores variados, a exemplo o Dr. Dráuzio Varella, Halina Araújo, Tatiana Zanin, entre outros profissionais da saúde.

## DESENVOLVIMENTO

Já havia legado Charles Chaplin, “O tempo é elemento de transformação”. Atualmente, é possível observar as inúmeras transformações promovidas pelo tempo, entre as quais uma obtém notoriedade, a saúde alimentar dos seres humanos, que está intrínseca à intolerância ao glúten. Nota-se que a doença celíaca cresce, cada vez mais, a cada década e que a mesma está diretamente ligada ao código genético de determinados cidadãos, o que condiz com o Dr. Dráuzio Varella<sup>4</sup>: “A celíaca é uma das poucas doenças autoimunes em que o agente precipitante é conhecido: o glúten.” Além disso, a intolerância ao glúten cresce de forma exacerbada, o que é demonstrado por um estudo realizado no Canadá.

“Segundo um estudo do Centro para Controle e Prevenção de Doenças (CDC), a incidência de alergias alimentares no mundo cresceu nada menos que 50% entre 1997 e 2013. Entre as crianças, a situação é ainda pior - na China os casos mais que dobraram, na Europa subiram 700% e, no Brasil, dois milhões têm algum tipo de alergia à comida. As alergias sempre estiveram ligadas a uma predisposição genética. Mas como explicar a explosão de casos nos últimos anos? Nosso DNA não mudou muito nesse período. “Mas a comida que comemos, sim. Segundo o Centro Internacional de Pesquisas para o Desenvolvimento (IDRC), com sede no Canadá, metade de todas as calorias consumidas no planeta vem de apenas três alimentos:

---

<sup>4</sup> Dráuzio Varella é um médico oncologista, cientista e escritor brasileiro, formado pela Universidade de São Paulo, na qual foi aprovado em 2º lugar, conhecido por popularizar a medicina em seu país, por meio de programas de rádio e de TV.

arroz, milho e trigo. O trigo é o mais cultivado deles, e está em muitas comidas que as pessoas consideram especialmente gostosas - como pão, cereais matinais, pizza, massas, cerveja. Ele está presente até onde nem o esperamos, como na massa de tomate e na batata frita congelada. Resultado: nunca comemos tanto trigo quanto hoje.” Diante disso, observa-se que o número de pessoas intolerantes ao glúten cresce cada vez mais, e, que essa “alergia” está intrínseca no código genético de muitas pessoas.”

Outro fator que se destaca também é o aumento do número de brasileiros que sofrem com a intolerância ao glúten, em sua maioria na região sudeste, “no Brasil, os dados estatísticos oficiais são desconhecidos; estimasse que existam 300 mil brasileiros portadores da doença, com maior incidência na Região Sudeste” (Fagundes-Neto Sdepanian apud Halina M.C Araújo<sup>5</sup> et al). Somado a isso, outro índice que se destaca é que a doença celíaca é mais frequente em mulheres, numa proporção de 2:1<sup>6</sup>, e atinge predominantemente os indivíduos de cor branca, de acordo com o artigo de Halina Araújo et al.

Nota-se também que as pessoas que sofrem com a doença celíaca são acometidas pela mesma “falha” no sistema gástrico, como cita o Dr. Dráuzio Varella, “Em pessoas predispostas, moléculas não digeridas de gliadina (componente do glúten, o qual contém a maior parte dos componentes nocivos) ao entrarem em contato com as camadas mais internas da mucosa intestinal, disparam uma reação imunológica no intestino delgado, causadora do processo inflamatório crônico responsável pelos sintomas.” Ademais, a moléstia não se desenvolve em quem não seja portador do gene HLA-DQ2 ou HLA-DQ8, condição necessária, mas não suficiente, para sua instalação, de acordo com o Dr. Dráuzio Varella. Ressalta-se também que as pessoas que possuem tal intolerância sofrem com diferentes graus de inflamação na região intestinal e atrofia das vilosidades, o que acarreta uma diminuição na digestão e na absorção, o que prejudica a captação de macro e micro nutrientes. Tais fatores estão de acordo com a ideia da nutricionista Silvana Teixeira.

---

<sup>5</sup> Nutricionista e aluna de mestrado em Nutrição Humana pela Universidade de Brasília(unB).

<sup>6</sup> Gandolfi L, Pratesi L, Cordoba JC, Tauil P.I, Gasparin M, Catassi C. Prevalence of celiac disease among blood donors in Brazil. Am J Gastroenterol. 2000.

“Em outras palavras, quando ingerido, o glúten, ao chegar ao intestino, estimula a produção de anticorpos, principalmente as *imunoglobulinas* do tipo IgA. Estes anticorpos atuam sobre as *vilosidades do intestino*, que se atrofiam e deixam de desempenhar a função de captação dos macro e micronutrientes. Como resultado, os nutrientes não absorvidos são eliminados com as fezes, e o organismo fica privado de nutrientes básicos, tornando-se desnutrido, com o passar do tempo. O dano no intestino, por sua vez, leva tempo para ser curado.”

As maneiras como as doenças são percebidas ocorrem das mais variadas formas. Os sintomas podem surgir em diferentes etapas da vida como na infância, na idade adulta ou, até mesmo, na terceira idade. Na infância é comum a doença celíaca manifestar-se nos primeiros três anos de vida, quando há a introdução de cereais na dieta, e, caso não seja controlada precocemente, pode gerar um déficit de crescimento. De acordo com: Cláudio H. Wolff, Fábio Segal e Fernando Wolff algumas queixas são mais comuns que outras.

“Em alguns casos, o indivíduo pode não apresentar nenhum destes sintomas e a intolerância ao glúten só ser descoberta após a manifestação de outros sintomas decorrentes da doença, tais como: baixa estatura, anemia refratária, artralgia, prisão de ventre crônica, osteoporose e esterilidade.”

Somado a isso, existem também outros fatores que se manifestam em portadores da doença celíaca, como diarreia, no entanto, não é o sintoma comum na metade dos casos, segundo o Dr. Dráuzio Varella. Ademais, ele ressalta que ao lado dessas manifestações, outras manifestações mais silenciosas também podem aparecer, como a anemia por deficiência de ferro, a osteoporose, o emagrecimento, as dermatites, a redução dos níveis de cálcio, as alterações hepáticas, os sintomas neurológicos, a prisão de ventre e, até mesmo, esterilidade. No entanto, é preciso ressaltar que a doença celíaca pode apresentar duas variações, de acordo com Halina M.C. Araújo et al, “A doença celíaca pode ter as seguintes formas clínicas de apresentação: clássica, não clássica, latente e assintomática.”, o que pode dificultar o diagnóstico da doença. Ademais, ela demonstra que a

intolerância ao glúten pode afetar não apenas o trato gastrointestinal, mas também os demais órgãos.

“Pode potencialmente afetar qualquer órgão e não apenas o trato gastroentérico. Sua eclosão e o aparecimento dos primeiros sintomas podem ocorrer em qualquer idade e variar entre indivíduos, inclusive no mesmo indivíduo em diferentes fases da doença, o que dificulta o diagnóstico.”

Além de tais fatores, é importante destacar que a doença celíaca pode, também, manifestar-se na gestação, e, em casos mais graves, levar o paciente à óbito, como mostra a nutricionista Silvana Teixeira.

“Como é uma alteração genética, não existe cura para a intolerância ao glúten e o distúrbio pode persistir ou reaparecer na adolescência e idade adulta, principalmente antes da gestação e, alguns casos, na terceira idade. Ele é caracterizado pela forma clássica, quando os sintomas estão latentes, ou não clássica, quando o organismo do paciente não sinaliza alterações. Se não for controlada, a forma mais grave da doença celíaca leva à desnutrição e a consequente morte do paciente.”

O diagnóstico da doença ocorre de variadas maneiras, realização de diversos exames, como afirma a nutricionista Tatiana Zanin, “Os exames para identificar a intolerância ao glúten são: exame de fezes - testa Van der Kammer, exame de urina - teste D-xilose, teste sorológico - exame de sangue Antigliadina, endomísio e transglutaminases, biópsia intestinal.” Além disso, o Dr. Dráuzio Varella destaca outras formas de diagnóstico.

“O diagnóstico requer dois procedimentos: a realização de endoscopia, com biópsia de duodeno para identificar a presença do infiltrado inflamatório característico, e a adoção de uma dieta livre de glúten para verificar se há melhora da sintomatologia.”

É preciso ressaltar, também, que franca positividade dos Anticorpos Anti-Transglutaminase Tecidual (Anti - tTG) no sangue, tem uma notável importância na realização do diagnóstico, conforme afirma Cláudio H. Wolff<sup>7</sup> et al.

A partir da confirmação do exame, relacionado à doença celíaca, é preciso iniciar o tratamento. Esse consiste, basicamente, na eliminação definitiva de alimentos que contenham glúten (trigo, cevada e centeio) da alimentação; sabe-se, pois, que tais alimentos contêm gliadina, molécula que compõe o glúten, a qual não é digerida pelo organismo intolerante. Como se sabe, a doença celíaca é um processo semelhante a uma alergia e que qualquer mínima quantidade de glúten pode ser suficiente para manter a doença ativa, portanto, todo rigor é essencial na preparação dos alimentos, a fim de que contaminações futuras sejam evitadas. Além disso, o portador não deve consumir alimentos nos quais não tenha confiança de que tenham sido adequadamente preparados sem glúten. Outra observação importante, é que o acompanhamento, por parte de um profissional de nutrição, é essencial para uma boa qualidade de vida do paciente, o que condiz com Halina Araújo et al.

“Em função do tratamento para essa doença ser unicamente dietético e da dificuldade da exclusão dos cereais que contêm glúten da dieta, observa-se a importância do profissional de Nutrição na avaliação do estado nutricional, na orientação relativa à escolha, ao preparo dos alimentos e à contaminação por glúten na etapa de preparo ou distribuição do alimento e nas orientações relativas à deficiência de absorção de macro e micronutrientes. Verifica-se também a necessidade de acompanhamento constante para avaliar a adequação da ingestão dietética, presença de transgressões - voluntárias ou não - e sinais de comprometimento nutricional, que são fatores determinantes na qualidade de vida do paciente celíaco.”

Mediante aos fatos expostos, ressalta-se finalmente, as possíveis causas do aumento exacerbado de intolerantes ao glúten. Tal intolerância pode estar ocorrendo por dois fatores da contemporaneidade. Sabe-se que as modificações alimentares ocorrem das mais variadas formas, como transgenia e melhoramentos de sementes para plantio, e, isso, para alguns médicos, pode estar acarretando sérios danos, a exemplo, tanto aumento das alergias alimentares, quanto o aumento de intolerantes ao glúten. “O trigo foi esticado, costurado, cortado e recosturado, para transformar-se

---

<sup>7</sup> Médico gastroenterologista.

em algo totalmente singular, quase irreconhecível quando comparado com o original, e mesmo assim atendendo pelo mesmo nome: trigo", diz o americano William Davis<sup>8</sup>. Ademais, outro fator notável para o crescimento da doença celíaca, pode ser a higiene exacerbada que é realizada na atualidade, como mostra Robson Pandolfi<sup>9</sup>.

“Há quem acredite que a culpa pela explosão nas alergias alimentares nem está na comida em si. O que pode estar nos deixando doentes é, acredite, a higiene - o excesso dela. Quem nunca ouviu um pai ou avô dizendo que criança tem mesmo é que se sujar? O corpo humano evoluiu para sobreviver em ambientes imundos, lotados de microrganismos causadores de doenças (na Idade Média, as cidades europeias tinham fossas a céu aberto). Tanto que, dentro do seu corpo, há cerca de dez vezes mais células "invasoras", vírus e bactérias de todos os tipos, do que células humanas. A melhoria nas condições sanitárias e a invenção dos antibióticos, no século 20, salvaram inúmeras vidas. Mas também podem ter deixado nosso sistema imunológico ocioso, sem muito que fazer - e pronto para atacar coisas que não são inimigas, como os alimentos. Essa é a chamada "hipótese da higiene", segundo a qual a alergia estaria crescendo porque as crianças de hoje são muito limpas. Segundo um estudo da Universidade de Florença, a menor exposição a micróbios nos primeiros anos de vida pode ser a causa do aumento de alergias alimentares.”

Já dizia Saramago<sup>10</sup>, “Se podes olhar, vê. Se podes ver, repara.” Portanto, é necessário não apenas observar a crescente intolerância ao glúten, mas sim repará-la, ou seja, tomar medidas que a atenuem, a fim de haja uma melhor qualidade a todos os cidadãos portadores dessa modificação genética. Dessa forma, tornar-se-á real uma sociedade, na qual todos os cidadãos poderão ser “portadores” de um boa qualidade de vida.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

<sup>8</sup> Cardiologista, cujo livro *Barriga de Trigo* ficou 50 semanas entre os mais vendidos nos EUA.

<sup>9</sup> Jornalista e escreve para revista, da editora Abril, *Super Interessante*.

<sup>10</sup> José de Sousa Saramago foi um escritor, argumentista, teatrólogo, ensaísta, jornalista, dramaturgo, contista, romancista e poeta português. Foi galardoado com o Nobel de Literatura de 1998.

Mediante aos fatos expostos, é possível ressaltar que a doença celíaca ainda é, de certa forma, pouco conhecida pela sociedade, visto que os portadores da intolerância ao glúten enfrentam alguns problemas relacionados aos cuidados na alimentação específica dos mesmos.

A doença celíaca consiste na “falha” do sistema gástrico dos intolerantes ao glúten, ou seja, nas pessoas predispostas, as moléculas de gliadina não são digeridas e, ao entrarem em contato com as camadas mais internas da mucosa intestinal, disparam uma reação imunológica no intestino delgado, causadora do processo inflamatório crônico responsável pelos sintomas.

Além disso, as causas da intolerância ao glúten estão diretamente atreladas ao código genético. No entanto, as transgenias e o excesso de higiene na vida humana são apontados como intensificadores do crescimento tanto das alergias alimentares, quanto das intolerâncias relacionadas aos alimentos, entre as quais está a intolerância ao glúten.

Nesse aspecto, verifica-se a necessidade de melhor caracterizar o cenário da doença celíaca, uma vez que é essencial buscar a qualidade de vida dos cidadãos acometidos por tal doença. Portanto, é preciso que o governo, em parceria com a vigilância sanitária, realize medidas que garantam a segurança alimentar dos portadores da intolerância ao glúten, e, dessa forma, promovam qualidade de vida à população.

## REFERÊNCIAS

VARELLA, Dráuzio. **A Doença do Glúten**. Disponível em: <<http://drauziovarella.com.br/crianca-2/a-doenca-do-gluten>> Acesso em 03/05/2015

WOLFF, Cláudio H.; SEGAL, Fábio; WOLFF, Fernando. **Doença Celíaca**. Publicado em: 01/11/2001 Disponível em: <<http://www.abcdasaude.com.br/gastroenterologia/doenca-celiaca>>. Acesso em 04/05/2015

TEIXEIRA, Silvana. **Intolerância ao glúten - uma doença que afeta milhares de pessoas**. Disponível em: <<http://www.cpt.com.br/cursos-gastronomia/artigos/intolerancia-ao-gluten-uma-doenca-que-afeta-milhares-de-pessoas>>. Acesso em 02/05/2015





ZANIN, Tatiana. **Intolerância ao glúten**. Disponível em: < <http://www.tuasaude.com/intolerancia-ao-gluten> >. Última atualização do site: 08/05/2015. Última atualização da página: 27/02/2015. Acesso em 02/05/2015

ARAÚJO, Halina M.C.; ARAÚJO, Wilma M. C.; BOTELHO, Raquel B.; ZANDONADI, Renata. **Doença celíaca, hábitos e práticas alimentares e qualidade de vida**. Campus Universitário Darcy Ribeiro, Gleba A FM/FS, Asa Norte, 70910-900, Brasília, DF, Brasil. Revista Nutrição, volume 23, nº 3 – Campinas Maio/ Junho de 2010. Disponível em: < <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732010000300014> >. Acesso em: 02/05/2015

Pandolfi, Robson. **A verdade sobre o Glúten**. Editora Abril, Avenida das Nações Unidas, 7221, São Paulo – SP. Julho de 2014. Disponível em: <<http://super.abril.com.br/alimentacao/verdade-gluten-810496.shtml>>. Acesso em 03/05/2015