

DOENÇA CELÍACA: COMO AMPLIAR O DIAGNÓSTICO E O TRATAMENTO ADEQUADO NO ESTADO DE ALAGOAS

Camila Alves Nogueira de Souza*
Iasmyn Guimarães Rocha*
Isadora Bianco Cardoso*
Juliana Lyra Pugliesi*
Paula Cavalcante Amélio Silva*
Sheyna Priscila Lins dos Santos*
Maria Helena de Meneses Silva**
Mariellena de Andrade Cardoso Fragoso***

RESUMO

A doença celíaca é uma intolerância permanente ao glúten, causada por fatores imunológicos, genéticos e ambientais, que afeta a mucosa do intestino delgado, comprometendo assim, o estado nutricional. O glúten é uma proteína que está presente no trigo, na aveia, na cevada e no centeio. O diagnóstico da doença ainda é um desafio em virtude da diversidade de sintomas. O tratamento desta doença é a retirada total do glúten da dieta, a qual deve ser acompanhada por um nutricionista a fim de evitar déficits nutricionais. Assim, tornam-se imprescindíveis ações educativas que melhorem a adesão a dieta e auxiliem no diagnóstico da doença.

Palavras chave: Doença celíaca, glúten, educação nutricional.

ABSTRACT

Celiac disease is a permanent intolerance to gluten, caused by immunological, genetic and environmental factors, that affects the inner wall of the small intestine, compromising the nutritional status. Gluten is a protein found in wheat, oats, barley and rye. The diagnosis is still a challenge because of the diversity of symptoms. Treatment of this disease is complete removal of gluten from the diet, which should be accompanied by a nutritionist to avoid nutritional deficits. Wherefore, it becomes essential educational activities to improve adherence to diet and assist the diagnosis of disease.

Keywords: Celiac disease, gluten, nutritional education.

*Discentes do Centro Universitário CESMAC

** Colaboradora do projeto de extensão

*** Mestre em nutrição Humana/Membro do grupo de celíacos de Alagoas, Docente e Coordenadora do projeto de extensão do Centro Universitário CESMAC

1 INTRODUÇÃO

A doença celíaca é caracterizada pela intolerância permanente ao glúten em indivíduos geneticamente suscetíveis. Glúten é uma substância albuminóide, insolúvel em água, que, junto com o amido e outros compostos, se encontra na farinha de trigo, centeio, cevada e aveia. Constitui, portanto, a massa coesiva que permanece quando a pasta de farinha dos cereais é lavada para se removermos grânulos de amido (KOTZE, 2006; SDEPANIAN, 1999).

O glúten nas pessoas com doença celíaca promove uma reação inflamatória que atinge as microvilosidades do intestino delgado, podendo levar à má absorção dos nutrientes. As formas de apresentação da doença são variadas; ocorre desde a forma clássica (diarréia crônica, dor e distensão abdominal, perda de peso, déficit de crescimento e sinais de desnutrição) até as formas atípicas e silenciosas, sem sintomas gastrintestinais, como a baixa estatura, anemia resistente à ferroterapia oral, osteoporose, hipoplasia do esmalte dentário, entre outros (BRANDT, 2008; PETEIRO-GONZÁLEZ, 2010).

A partir do conhecimento das formas atípicas da doença celíaca, o diagnóstico se tornou mais frequente e preciso, a partir de exame sorológicos e confirmação pela biópsia do intestino delgado, padrão ouro para o diagnóstico. Com este diagnóstico, atestou-se que esta patologia é mais prevalente do que se imagina. Atualmente, a única forma de tratamento da doença celíaca é a exclusão total de glúten por toda a vida (NOBRE et. al., 2008).

Porém, apesar desta prevalência crescente, muitos profissionais de saúde desconhecem a doença celíaca, o que não permite um diagnóstico de forma precoce, levando a diversos comprometimentos nos indivíduos que apresentam tal patologia (PETEIRO-GONZÁLEZ, 2010).

Além da dificuldade para a confirmação de diagnóstico, o paciente celíaco ao iniciar uma dieta isenta de glúten, já que esta é a única forma de tratamento, enfrenta ainda muitas outras dificuldades como: a dificuldade de adquirir alimentos industrializados e ingredientes sem glúten; restrição no convívio social como escolas, festas, reuniões familiares que apresentem momentos de confraternização com refeições; preconceito e limitações (EGASHIRA, 1986).

Divulgar a doença celíaca, através de eventos como: oficinas culinárias, panfletagem, visita à bares, escolas, restaurantes, supermercados e da realização de conferências para profissionais de saúde é atividade imprescindível para melhorar a qualidade de vida dos celíacos. Em Alagoas, por motivação de familiares de celíacos e profissionais de saúde, formou-se o Grupo dos Celíacos de Alagoas “Feliz sem glúten” em 1º de maio de 2008, com o objetivo de esclarecer e divulgar a doença celíaca e melhorar a qualidade de vida dos celíacos.

Através deste apoio, espera-se que as intervenções a serem alcançadas ocorram com: um espaço em condições apropriadas para que ocorram as reuniões mensais do grupo; elaboração de oficinas culinárias e mini-conferências para a divulgação e atualização de temas relacionados à doença celíaca para profissionais de saúde, como médicos, nutricionistas, psicólogos, assistentes sociais, odontólogos e principalmente, estudantes das áreas de saúde; realização de abordagens em restaurantes e serviços de alimentação para minimização da restrição social, por impossibilidade de cardápios sem glúten; publicação do livro de receitas elaborado em 2011 pelas alunas do projeto de extensão sob orientação da professora orientadora divulgação da doença para a comunidade; a conquista de uma seção de produtos sem glúten em prateleiras específicas em supermercados, como já ocorre para diabéticos e enfim realizarem acompanhamento nutricional dos integrantes do grupo.

Portanto este projeto teve como objetivo expandir a divulgação da doença celíaca e do grupo de celíacos de Alagoas.

2 DESENVOLVIMENTO

O estudo trata do relato de ações realizadas e vivência presenciada pelo Projeto de extensão Universitária, realizado com acadêmicas do curso de Nutrição do Centro Universitário CESMAC, na cidade de Maceió/Alagoas em parceria com o Grupo de Celíacos de Alagoas. Salienta-se que estas ações ocorreram no período de Março a Novembro de 2012.

Este projeto está vinculado como continuação a um projeto de extensão anteriormente realizado intitulado: “Educação nutricional no Grupo de Celíaco de Alagoas”.

Para o início das atividades, foi enviado e-mail a todos os cadastrados no grupo de celíacos de Alagoas convidando-os a participarem das atividades que seriam desenvolvidas através da parceria do projeto de extensão do CESMAC e o grupo de celíacos de Alagoas.

As ações extensionistas realizadas por meio desse projeto envolveram atividades educativas, integrativas e atividades de divulgação voltadas para a melhoria da qualidade de vida dos celíacos, visando à melhora da adesão ao tratamento e promovendo conhecimento para um diagnóstico mais rápido a essas pessoas.

- Reuniões mensais

As reuniões com o grupo ocorrem uma vez ao mês com a presença de celíacos e familiares, estudantes e profissionais da saúde. Nas reuniões foram realizadas dinâmicas junto com psicólogas, médicas, nutricionistas e participantes do grupo de celíacos, mostrando a importância do trabalho do em equipe (figuras 1, 2, 3 e 4).

Figura 1- Explicação da dinâmica pela psicóloga.



Figura 2- Execução por equipe da dinâmica.



Figura 3 - Execução por equipe da dinâmica.



Figura 4 – Lanche após a reunião.



Fonte: Dados da pesquisa.

Nas reuniões, também foram discutidas estratégias para os eventos, abaixo discriminados.

- Divulgação da doença e do Grupo de Celíacos de Alagoas

A divulgação da doença contou com o apoio de todos os integrantes do grupo para abranger uma grande quantidade de locais e pessoas. Foram realizadas visitas em consultórios médicos e nutricionais, hospitais, restaurantes e prefeituras dos municípios de Alagoas. Esta realização ocorreu durante todo o período do projeto.

Foi realizada visita nos locais citados, entregando folders sobre a doença celíaca com o intuito de maior divulgação da doença, do seu diagnóstico e do grupo de celíacos de Alagoas, além disso, foi feito o cadastro de celíacos e de profissionais (médicos e nutricionistas) que foram visitados.

2.1 Oficina Culinária sem Glúten

Visando melhoria na alimentação do celíaco, foi realizada na Cozinha Experimental do curso de Nutrição do Centro Universitário CESMAC a III Oficina Culinária sem Glúten, em que os alunos foram responsáveis pelas preparações junto com os pacientes e familiares do grupo de celíacos sob a supervisão do docente orientador do projeto (figuras 5 e 6).

Figura 5- Elaboração das receitas.



Figura 6- Apresentação da oficina.



Fonte: Dados da pesquisa.

Foi realizada divulgação da oficina no grupo e ela foi aberta para celíacos e familiares; nela foi realizado cadastro de novos integrantes do grupo. Contou com a participação de aproximadamente 30 pessoas.

Ocorreu uma palestra para os presentes antes da oficina, explicando a doença e a importância de uma alimentação isenta de glúten, porém ressaltando aspectos nutritivos das preparações elaboradas. As preparações realizadas neste dia foram: biscoito cream-cracker, bolo pudim, pão de batata e cupcake, todos isentas de glúten e algumas também isentas de lactose.

Salienta-se que em tais preparações foram adicionados alimentos funcionais, como a farinha de linhaça, nas massas das preparações, favorecendo o consumo de fibras, havendo também uma diminuição do teor de gordura saturada cujo objetivo foi melhorar a qualidade da alimentação no tocante ao consumo de gorduras. Optamos por estas receitas por não terem fácil acessibilidade destes alimentos no cotidiano.

2.2 Elaboração e Publicação do livro de Receitas

Foram realizadas mais receitas para serem anexadas ao livro de receitas elaborado em 2011 pelas alunas do projeto de extensão intitulado: *Educação nutricional no Grupo de Celíaco de Alagoas*, sob orientação da professora orientadora. O livro passará por revisão e a publicação está prevista para o ano de 2013.

- Piquenique sem glúten

Foi realizado na orla de Maceió junto com o grupo de celíacos de Alagoas, o piquenique sem glúten, em que cada participante levou uma preparação isenta de glúten. Além disto, foi enfatizada a importância da ingestão de uma maior variedade de alimentos sem glúten, fáceis de serem preparados e a importância de uma alimentação saudável. Foi visto que houve participação do público que estava na orla e novos participantes para o grupo de celíacos (figuras 7 e 8).

Figura 7- Mesa com preparações sem glúten.



Fonte: Dados da pesquisa.

Figura 8- Grupo de celíacos no piquenique.



- Caminhada – Comemoração do dia Internacional do Celíaco

Foi realizada uma caminhada na orla de Maceió em Comemoração ao dia Internacional do Celíaco, onde foi montada uma tenda para a degustação de preparações isentas de glúten disponível para a população degustar, tendo o intuito de divulgar a doença celíaca. Foram distribuídos folders e panfletos elaborados pelo grupo de celíacos e pelo projeto de extensão com o objetivo de divulgar a doença seus sintomas e diagnóstico assim como o grupo de celíacos de Alagoas (figuras 9 e 10). Foram realizadas entrevistas com a nutricionista e docente responsável, além de com pacientes e familiares para um jornal de televisão local.

Figura 9 - Degustação antes da caminhada.



Fonte: Dados da pesquisa

Figura 10 - Caminhada na orla de Maceió



- Grupo de Celíacos de Alagoas na Mídia

Durante a realização do projeto, foi divulgado material na mídia, através de uma entrevista na rádio, onde foi exposta uma reportagem com uma acadêmica do projeto de extensão sobre a doença celíaca, expondo a doença, tirando dúvidas e divulgando o grupo. Também houve divulgação na televisão, com reportagem local e nacional, com celíacos participantes do grupo.

Foi enviado, para o programa “Bem estar” um e-mail contando a história do grupo de celíacos de Alagoas, como também a história de uma família composta de duas irmãs celíacas com sintomas diferentes da doença. Ressalta-se que esta família foi entrevistada mostrando o dia a dia de uma família de celíacos, divulgando dessa forma a doença, seus sintomas e o modo como se adaptar a uma alimentação isenta de glúten.

- Participação na feira Expolar

Durante a realização da feira Expolar, foram divulgados em um stand assuntos relacionados à doença, com distribuição de folders e em parcerias com lojas que venderam seus produtos isentos de glúten.

2.3 Reunião do Grupo de Celíacos na Sociedade Alagoana de Gastroenterologia (SAG)

Durante a reunião da SAG, o grupo de celíacos conseguiu um espaço para expor as experiências e dificuldades do grupo, com o intuito de pedir para que os médicos durante as consultas solicitassem os exames anticorpo anti-transglutaminasetecidular (AAT) e do anticorpo anti-endomísio (AAE). Isto constituiu uma grande conquista, a de conseguir realizar a divulgação e mostrar a importância do tratamento e diagnóstico da doença celíaca aos médicos gastroenterologistas, conseguindo uma parceria com essa classe, que apoiou a causa.

A experiência vivida na extensão formará profissionais mais qualificados e os tornará diferenciados, possibilitando que consigam atender as exigências do mercado de trabalho competitivo.

Para a comunidade, houve maior motivação e interação dos integrantes do grupo de celíacos de Alagoas, pois, com este projeto, se conseguiu alcançar muita

melhoria para o grupo e atingir muitas pessoas. Neste período houve a inclusão de muitos novos integrantes do grupo, e cadastramento de novos celíacos, o que é essencial para obter dados desta classe no estado de Alagoas.

3 CONCLUSÃO

As atividades extensionistas são essenciais para a formação acadêmica, contribuindo para a dinamização dos saberes produzidos na graduação com a cultura permeada pelas ações com a sociedade.

Durante a realização das atividades foi obtido, à expansão e divulgação da doença em diversas localidades e públicos. Foi possível desenvolver oficinas culinárias sem glúten para o público desejado e a inclusão de novas receitas para o livro de receitas, que terá a publicação para 2013.

Podemos, então, perceber que durante as atividades, os acadêmicos, tiveram melhoria das ações realizadas, engajamento construtivo, tornando-se capaz de relacionar conhecimentos teóricos específicos de sua área temática, e afins, com as necessidades da população. Conseguiu-se mostrar a população a importância do profissional nutricionista no tratamento da doença celíaca.

REFERÊNCIAS

Egashira EM, Almeida OF, Barbieri D, Kada YKL. **O celíaco e a dieta – problemas de adaptação e alimentos alternativos**. Pediat. São Paulo. 1986 [acesso 5 out 2010]. Disponível em: <http://www.pediatriasaopaulo.usp.br/upload/pdf/937.pdf>.

Kotze, LMS. **Doença celíaca**. J. bras.gastroenterol. 2006; 6(1):23-34.

Nobre SR, Silva T, Cabral JEP. **Doença celíaca revisitada**. J PortGastroenterol; 2007 [acesso 24 set 2010]. Disponível em:<http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/ge/v14n4/v14n4a02.pdf>.

Peteiro-González,D; Martínez-Olmos, R. Peinó1, A. M.^a Prieto-Tenreiro R. Villar-Taibo, P.Andujar-Plata1 y C. Guillín-Amarelle.**Enfermedad celíaca del adulto: aspectos endocrinológicos y nutricionales**.Nutr Hosp. 2010;25(5):860-863ISSN 0212-1611.

Rodrigues L. **Avaliação da qualidade de vida de crianças celíacas em uso de dieta isenta de glúten: um estudo de caso-controle**. [Mestrado]. Rio Grande do Sul: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2007.

Sdepanian, VL; Morais, MB; Neto, UF. **Doença celíaca: a evolução dos conhecimentos desde sua centenária descrição até os dias atuais.** ArqGastroenterol. 1999; 36(4):244-257.

Taboada SAS. **Manifestação de Doença Celíaca no adulto e associação com Dermatite Herpetiforme**, 2010 [online] [acesso 06 set 2011]. Disponível em:<http://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/54645>.