



INDIVÍDUOS PORTADORES DA DOENÇA CELÍACA E IMPLICAÇÕES NUTRICIONAIS DECORRENTES DA ADESÃO À DIETA SEM GLÚTEN.

II Congresso Online Nutricionistas de Excelência, 2ª edição, de 12/04/2021 a 16/04/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-95-2

OLIVEIRA; Dafne Cristine Lima de ¹, CUNHA; Laisy Nazaré Araújo da ², LEMOS; Yasmin Silva ³, PINHEIRO; Andressa da Silva ⁴, SILVA; Karina Puga da ⁵

RESUMO

A doença celíaca (DC) é um distúrbio imunológico sistêmico que ocorre por fatores ambientais e de exposição ao glúten em indivíduos com susceptibilidade genética. Essa exposição causa atrofia progressiva das vilosidades do intestino delgado, provocando alterações na absorção de nutrientes, e, assim, deficiências nutricionais. O tratamento para a DC é contínuo e consiste na restrição aos alimentos que possuem glúten, ou que são contaminados por ele, diminuindo, assim, o processo autoimune e recuperando a mucosa intestinal. A recuperação das vilosidades pode ocorrer de forma incompleta, mantendo alguns desequilíbrios, que também podem ser ocasionados pela restrição alimentar, pois a dieta sem glúten possui um perfil rico em açúcar, gordura, sódio e carboidratos; pobre em proteínas, fibras e diversas outras vitaminas e minerais. O objetivo deste trabalho é apresentar deficiências nutricionais causadas pela dieta sem glúten em indivíduos celíacos. Foi realizada uma revisão nos bancos de dados Pubmed e BVS, com os descritores: gluten free, nutrition, deficiencies e diet; foram selecionados 6 artigos publicados a partir de 2018, que discutiam sobre questões nutricionais da dieta sem glúten. As deficiências nutricionais podem afetar até 30% dos pacientes com DC; as mais encontradas foram: ferro, folato, fibras, vitamina B12, magnésio e zinco. Carência de vitamina B6, cálcio, ácido fólico, riboflavina, niacina e vitamina D também foram relevantes. Dois artigos acharam a relação entre dieta e vitamina D fraca. Dessa forma, observou-se que existem deficiências diretamente associadas à dieta, entretanto, há dificuldade em monitorar a ingestão desses nutrientes devido a ineficácia nos rótulos desses alimentos.

PALAVRAS-CHAVE: Desequilíbrios nutricionais; dieta; glúten-free

¹ UFPA, adafneoliveira@gmail.com

² UFPA, laisy.cunha33@gmail.com

³ UFPA, ylemos54@gmail.com

⁴ UFPA, andressaspinho13@gmail.com

⁵ UFPA, karinisps@gmail.com