

PROCURE O SEU MÉDICO.

Secretaria de
Gestão Participativa

Ministério
da Saúde



**DOENÇA
CELÍACA.**

VOCÊ PODE TER E NÃO SABER.

Disque Saúde 0800 61 1997

A Doença Celíaca é uma doença que não tem cura, que pode levar o seu portador a doenças mais graves e até à morte. Os seus sintomas são confusos e de difícil diagnóstico. Exatamente por isso quanto mais cedo for o diagnóstico, mais chances você tem de evitar outras doenças, como diabetes, câncer e, também, a infertilidade. Agora, informe-se melhor sobre a Doença Celíaca.

O QUE É DOENÇA CELÍACA?

É uma dificuldade do organismo de absorver os nutrientes dos alimentos, vitaminas, sais minerais e água, causada pela intolerância ao glúten, uma proteína encontrada no trigo, aveia, cevada, centeio e seus derivados, como massas, pizzas, bolos, pães, biscoitos, cerveja, uísques, vodkas e alguns doces.

QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS SINTOMAS?

Os gastrointestinais, como diarreia e perda de gordura nas fezes. São muito comuns, também, a perda de peso, vômitos, inchaço nas pernas, anemias, alterações na pele, fraqueza das unhas, queda de pêlos, diminuição da fertilidade, alterações do ciclo menstrual e sinais de desnutrição.

COMO SE FAZ O DIAGNÓSTICO?

Através de exames de sangue. Os sintomas são muito variados e constantemente associados a outras doenças. A Doença Celíaca normalmente se manifesta em crianças até um ano de idade, a partir do momento em que começam a incluir em sua dieta alimentos que levam glúten ou seus derivados. O atraso no diagnóstico leva a deficiências no desenvolvimento da criança, entre outras complicações. Mas em alguns casos, ela se manifesta

somente na idade adulta, dependendo do grau de intolerância ao glúten, tanto em homens como em mulheres.

QUAL É O TRATAMENTO?

O principal tratamento da Doença Celíaca é a dieta totalmente isenta de glúten. Quando a proteína é excluída da dieta, os sintomas desaparecem. Isso significa que o tratamento da Doença Celíaca é relativamente simples.

QUAL É A MAIOR DIFICULDADE DO TRATAMENTO?

É conviver com as restrições impostas pela dieta e com os novos hábitos alimentares. Hoje em dia, grande parte dos alimentos industrializados possui glúten que precisa ser cortado da alimentação. Todo cuidado é pouco: até a utilização da mesma faca que passou manteiga anteriormente em um pão é apontada como um fator de risco aos celíacos.

A DOENÇA CELÍACA TEM CURA?

Mesmo com os bons resultados da dieta, o celíaco deve ficar atento, pois a Doença Celíaca não tem cura. A dieta tem de ser seguida rigorosamente, pelo resto da vida. E é importante que os portadores desta doença fiquem atentos à possibilidade de desenvolver câncer de intestino e a ter problemas de infertilidade.

AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS DEVEM ALERTAR QUE CONTÉM GLÚTEN?

Sim. A Lei nº 10.674, de 16/05/2003, reconhece a obrigatoriedade de informar em todos os alimentos industrializados a presença ou não de glúten, visando resguardar o direito à saúde dos portadores de Doença Celíaca. Portanto, **a Produção de Alimentos sem Glúten é uma Questão de Cidadania.**