



## **DOENÇA CELÍACA**

Em pessoas com doença celíaca, o sistema imunológico reage anormalmente ao glúten (uma proteína encontrada no trigo, centeio, cevada e aveia). Essa reação anormal provoca uma lesão nos intestinos.

As vilosidades intestinais -- minúsculas projeções que revestem a parede interna do intestinos -- ficam inflamadas e achatadas. Este processo é chamado de atrofia das vilosidades e reduz a superfície de intestino disponível para absorção de nutrientes.

A menor absorção de nutrientes pode levar a vários sintomas gastrointestinais, tais como diarreia, prisão de ventre, náusea, vômitos, flatulências, cólicas abdominais, falta de apetite, distensão abdominal e esteatorreia. Além disso, a pessoa também pode se queixar de fadiga, anemia, perda ou ganho de peso, dores articulares, aftas frequentes, irritabilidade e erupções cutâneas. Também pode haver deficiência de vários tipos de vitaminas e minerais, atraso no crescimento e osteoporose.

O único tratamento é uma alimentação sem glúten. Quem tem doença celíaca não pode consumir alimentos que contenham trigo, aveia, centeio, cevada e malte ou os seus derivados (farinha de trigo, pão, farinha de rosca, macarrão, bolachas, biscoitos, bolos e outros).