

Uma dieta superespecial

Intolerância ao glúten pode se manifestar em qualquer idade

KENNIA RODRIGUES

Privar-se de alimentos apreciados pela maioria das pessoas e imprescindíveis a uma dieta básica não é nada fácil. Imagine se você fosse proibido de comer pão, bolo, biscoitos e macarrão. Ou ainda comidas não tão saudáveis devido ao excesso de calorias, mas igualmente saborosas como coxinha, quibe, pizza, chocolate, lasanha. Cerveja também seria excluída do cardápio. Existem pessoas que não podem ingerir nenhum desses itens pelo resto da vida. Elas são portadoras da doença celíaca, caracterizada pela intolerância ao glúten, principal proteína presente em alimentos como trigo, aveia, cevada, centeio e malte.

A doença celíaca geralmente se manifesta na infância, entre o primeiro e o terceiro ano de vida, quando a criança tem seu primeiro contato com o glúten. No entanto, ela também pode surgir em qualquer idade, inclusive na adulta. A gastroenterologista da Universidade de Brasília (UnB) Lenora Gandolfi explica que a doença tem origem genética. O gene HLA, com os subtipos chamados de DQ2 e DQ8 levam à predisposição do mal. “De 30% a 40% da popula-



Keisse, 10 anos, foi examinada por diversos especialistas antes de ter a doença diagnosticada. Mãe prepara pratos especiais

ção mundial e quase 100% dos celíacos possuem esse gene”, esclarece. Os sintomas típicos são diarreia, desnutrição, anemia, emagrecimento e falta de apetite, distensão abdominal (barriga inchada), vômitos, dor abdominal, entre outros, e aparecem quando a pessoa ingere glúten. Há também as manifestações atípicas, que ocorrem fora do estômago. São elas a osteoporose, impotência, esterili-

dade, abortos, glúteos atrofiados, pernas e braços finos, apatia, irritabilidade, fadiga, manchas, entre outros.

A pré-disposição genética explica por que a doença pode se manifestar em qualquer idade. Esse é o caso do policial civil Juarez Araújo da Silva. Com 38 anos, ele descobriu há pouco tempo que possui a doença, embora os sintomas tenham se manifestado há um ano. “Logo

depois que comia pão no café-da-manhã tinha de correr ao banheiro. E isso acontecia também quando eu ia a festas e ingeria algo que continha glúten”, relatou. Juarez observou, então, que os sintomas passaram a ser uma constante em sua vida e procurou um gastroenterologista. “O médico diagnosticou uma gastrite, por meio de endoscopia. Mas os sintomas persistiram e, então, voltei ao espe-

cialista”, conta. A doença só foi constatada quando o policial fez o exame de biópsia (procedimento cirúrgico no qual se colhe amostra de tecidos ou células para posterior estudo em laboratório), imprescindível para diagnosticar a doença celíaca. Fiquei perdido, não sabia o que podia comer. Olhava aquela lasanha maravilhosa, aquela macarronada, mas não podia fazer nada”, disse.