

## **DOENÇA CELÍACA E GASTRONOMIA: CONVERSAS PRELIMINARES DE UM PROJETO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA FACULDADE SENAC DE PERNAMBUCO**

LUCIANA ALBUQUERQUE LYRA, SANDRA MARINHO DE OLIVEIRA E  
MARCOS ALEXANDRE DE MELO BARROS

### **Introdução**

Nos últimos anos, a busca por hábitos alimentares saudáveis tem sido uma preocupação incessante. Atualmente há uma consciência da importância da alimentação para a conquista de uma boa qualidade de vida. Diante desse contexto não se pode deixar de pensar na importância de uma dieta equilibrada para os pacientes que possuem restrições alimentares como é o caso dos doentes celíacos.

Como objetivo geral, o presente artigo pretende apresentar um projeto de pesquisa a ser desenvolvido em 2010.2 / 2011.1 sobre a influência da Gastronomia no tratamento dos pacientes celíacos de um hospital da cidade do Recife.

### **Referencial Teórico**

Pesquisas no campo da Gastronomia têm se aliado ao ramo da Nutrição com o objetivo de elaborar produtos que, além de serem saborosos, são funcionais. Segundo Braune (2007, p.14), a Gastronomia pode ser definida “como a arte de cozinhar bem ou a de regalar com boa comida”. Já a Nutrição estuda a modificação dos alimentos dentro do corpo e a relação dos alimentos e a qualidade de vida. Dentre os vários elementos objetos de investigação na Nutrição, a influência do glúten na elaboração de cardápios tem sido muito contemplada. “O glúten é a porção protéica de cereais como o trigo, aveia, centeio e cevada. Sua porção antigênica é predominante a gliadina do trigo, bem como a secalina do centeio, a aveína da aveia e horteína da cevada” (CATASSI et al.,1994; SDEPAIN et al.,1999, p.307 ).

De acordo com Aquino e Bastistuci (2009,p.310):

Seguir uma dieta isenta de glúten pode parecer simples, mas é uma conduta complexa. A isenção de alimentos fonte de carboidratos pode acarretar uma dieta hiperprotéica e hiperlipídica. Além disso, os alimentos-fonte de glúten estão muito inseridos no hábito da população, principalmente os pães e as massas. A frequente exposição a alimentos preparados com farinha de trigo dificulta a adesão, principalmente de crianças e adolescentes, e exige a conscientização de pais, amigos e professores.

O paciente celíaco precisa aceitar que a retirada do glúten da sua alimentação é a única forma de obter o sucesso do seu tratamento. Evitar o glúten é uma necessidade e não uma opção para os portadores da intolerância ao glúten. Tarefa nada fácil, já que o glúten é uma proteína presente no trigo, centeio, cevada e aveia. Tais cereais fazem parte da dieta ocidental há muito tempo. Não se pode apenas reduzir o consumo dessa proteína. É preciso eliminar totalmente esse alimento da dieta do celíaco.

Diante desta realidade, os gastrônomos não podem ficar inertes. Pois, não é simplório aderir à dieta de exclusão do glúten, já que esse ingrediente está inserido no hábito alimentar há bastante tempo. A Gastronomia precisa investigar alimentos substitutivos do glúten. Essa ciência não pode se limitar a reproduzir receitas. Ela tem a responsabilidade de unir os conhecimentos da química, da nutrição, da culinária na tentativa proporcionar a esse paciente mais opções de alimentos saborosos e adequados a sua dieta de restrição.

Não é mais admissível que esse profissional fique restrito a ser um conhecedor e apreciador da boa comida. Gradativamente, a sociedade exige dele conhecimentos mais específicos. A doença celíaca não é a única enfermidade que exige uma restrição alimentar para o seu tratamento. É papel do gastrônomo pesquisar alternativas para que os diabéticos possam saborear uma sobremesa sem receio de consumir açúcar nem os portadores de intolerância à lactose deixem de desfrutar o prazer de degustar um biscoito pelo fato de conter lactose na sua composição. O conhecimento científico deve ser sempre usado para proporcionar uma melhor qualidade de vida à sociedade. O domínio deste conhecimento não pode ficar restrito a poucos, ele deve ser divulgado, para que um maior número de pessoas se beneficie com tal informação. Por isso, é importante o desenvolvimento da pesquisa no meio acadêmico, para que haja aprofundamento dos estudos, tanto em nível de graduação quanto de pós-graduação, e

divulgação dos seus resultados em eventos científicos, tais como congressos, simpósios, palestras, etc.

Para Sdepanian et al (1999) e Baptista (2006) apud Aquino, Bastistuci e Andrade (2009, p.307) “a doença celíaca (DC) pode ser definida como uma enteropatia causada pela ingestão do glúten e é atualmente considerada uma doença auto-imune, com características de suscetibilidade genética. É caracterizada principalmente por atrofia total ou subtotal da mucosa do intestino delgado e consequente má-absorção de alimentos.”

Os principais efeitos da ingestão de glúten por quem tem intolerância são: diarreia crônica, distensão abdominal, letargia, desnutrição, constipação, náusea, vômitos, dor abdominal e empachamento.

Como ressaltam Sdepanian e outros pesquisadores, a ingestão de glúten por celíacos trazem graves consequências. Isso só faz realçar a importância da pesquisa de alimentos isentos de glúten para que esses pacientes tenham melhores condições de aderir à dieta de exclusão dessa proteína. Também se faz necessário esclarecer à sociedade quais os sintomas, diagnóstico e tratamento da doença celíaca. Pois, à medida que o paciente tem um maior conhecimento da sua doença, há uma melhor adesão ao tratamento.

### **Metodologia**

Como objetivo geral, a presente pesquisa pretende analisar a influência da Gastronomia no tratamento dos pacientes celíacos de um hospital da cidade do Recife. Como específicos, investigar os hábitos alimentares de pacientes celíacos de um hospital da cidade do Recife, identificar os alimentos substitutivos do glúten, produzir material com objetivo de esclarecer à sociedade quais são os sintomas, diagnósticos e tratamento da doença celíaca e promover oficinas gastronômicas para pacientes celíacos e familiares.

Segundo Matias-Pereira (2010, p.59) “a pesquisa é um procedimento reflexivo e crítico de busca de respostas para problemas ainda não solucionados.” Ela é realizada em qualquer área do conhecimento com objetivo de obter a solução de um problema específico. Há duas formas de classificação da pesquisa científica: o enfoque quantitativo e o qualitativo. De acordo com Matias-Pereira (2010), na pesquisa quantitativa, todo conhecimento gerado deve ser traduzido numericamente. Este não é o

caso do trabalho aqui proposto, para o qual adequa-se melhor o ponto de vista qualitativo, já que é nosso objetivo o aprofundamento da compreensão de um grupo social, através da interpretação dos fenômenos e atribuição de significados.

Do ponto de vista de seus objetivos, a pesquisa é classificada em: exploratória, descritiva e explicativa. A pesquisa exploratória pretende proporcionar maior familiaridade com o problema, com o intuito de torná-lo explícito. Já a explicativa identifica os fatores que determinam ou contribuem para a ocorrência dos fenômenos, aprofundando o conhecimento da realidade, já que explica o porquê das coisas. A descritiva, melhor opção para o desenvolvimento da presente investigação, visa descrever as características de uma determinada população.

Quanto aos procedimentos técnicos, nosso trabalho desenvolverá tanto pesquisa bibliográfica, quanto de campo e documental. Os três procedimentos serão utilizados porque realizaremos leituras de materiais já publicados, tais como livros, artigos de periódicos e textos disponibilizados na Internet. Vinculado a isso, nossa pesquisa será elaborada a partir de materiais que ainda não receberam tratamento analítico, os quais se constituem por entrevistas coletadas em campo, diretamente no local onde este fenômeno ocorrerá.

É importante ressaltar que o investigador não deve fazer julgamentos nem permitir que seus preconceitos e crenças contaminem a pesquisa.

Surge, assim, a necessidade de definir claramente o problema do estudo. No nosso exemplo, o problema será a investigação de como a Gastronomia pode contribuir para uma melhor convivência com a doença celíaca. Outro passo bastante importante é a determinação do objetivo principal do estudo, que, no nosso caso, será a análise da influência da Gastronomia no tratamento dos pacientes celíacos.

Na tentativa de responder esse problema, é preciso determinar de forma objetiva quais métodos serão empregados na pesquisa. Como resalta Matias-Pereira (2010, p.71) “a opção por um método permite que o pesquisador defina as estratégias de intervenção empírica e teórica que desenvolverá no estudo”.

O primeiro ponto a ser definido é a amostra. Em seguida será apresentado qual o instrumento deve ser utilizado para a coleta de dados, bem como o motivo dessa opção.

1 Procedimentos Metodológicos:

### 1.1 Amostra

A amostra será composta pelos pais ou responsáveis das crianças celíacas do Instituto de Medicina Integral Fernando Figueira (IMIP), pelo fato dessas crianças serem acompanhadas regularmente por um grupo de estudo de pacientes celíacos do IMIP. E, desta forma, eles poderão contribuir para esta pesquisa, já que possuem interesse de melhorar a qualidade de vida das mesmas.

Busca-se com esse estudo identificar de forma mais direta quais as reais dificuldades de adesão ao tratamento. A escolha do IMIP não foi arbitrária, mas justifica-se pelo fato do mesmo desenvolver um trabalho de qualidade em prol da saúde pública da região. Mais do que isso, a instituição tem um compromisso além do atendimento médico-social, com o ensino e a pesquisa. O IMIP se tornou uma referência no campo do ensino e pesquisa na área da saúde. A evolução da medicina social do IMIP é notória.

### 1.2 Instrumentos de coleta de dados

#### 1.2.1 A pesquisa bibliográfica

Segundo Marconi e Lakatos (2001, p.43), o pesquisador precisa levantar toda a bibliografia já publicada, em forma de livros, artigos, revistas e mais atualmente material disponível na internet, com a finalidade de colocar o investigador em contato direto com tudo que já foi escrito sobre um assunto específico, assim fundamentando teoricamente o tema que se pretende estudar.

#### 1.2.2 Entrevista

De acordo com Pereira (2010, p.74), a entrevista é uma das formas mais tradicionais de coleta de dados. Ele define a entrevista como “a obtenção de informações de um entrevistado sobre determinado assunto ou problema”. Ela pode ser estruturada ou não estruturada, a depender da existência de um roteiro prévio. Faremos entrevista estruturada, por possuir roteiro previamente estabelecido, o que direciona a interação de modo a facilitar a coleta de dados e ajudar no desenvolvimento da pesquisa, pois são de fundamental importância as informações fornecidas durante a entrevista.

Com esse tipo de instrumento, pode ser realizada uma vasta investigação sobre as dificuldades que esses pacientes possuem para seguir a dieta de exclusão do glúten. Esses dados podem ajudar a tomar novas iniciativas para facilitar a adesão ao tratamento.

### **Considerações Finais**

A assistência ao celíaco é primordial, tanto no diagnóstico quanto no seguimento do tratamento uma vez que, a doença celíaca tem forte impacto sobre a vida do celíaco, afetando sua saúde, suas práticas alimentares e sua qualidade de vida.

Espera-se com esse estudo analisar as dificuldades relacionadas as práticas alimentares experimentadas e declaradas pelos celíacos, desenvolver e aprofundar conhecimentos acerca de métodos e técnicas de preparo de alimentos saudáveis visando o controle da intolerância ao glúten, a partir da análise de rótulos e processos de elaboração de preparações.

### **Agradecimentos**

Agradecimentos especiais ao Programa de Iniciação Científica da Faculdade SENAC PE.

### **Referências**

AQUINO, R.C.;BASTISTUCI,G.;ANDRADE,K.C.Doença celíaca(Dermatite Herpetiforme).In: AQUINO,R.C.;PHIILIPPI,S.T.(Org).Nutrição clínica: estudos de casos comentados.Barueri:Manole,2009.

ASSOCIAÇÃO DE CELÍACOS DO BRASIL.Disponível em : < [www.acelbra.org.br](http://www.acelbra.org.br)>.Acesso em: 15 maio 2009.

ASSOCIAÇÃO DE CELÍACOS DO BRASIL – SEÇÃO RIO DE JANEIRO.  
Disponível em : < [www.riosemgluten.com](http://www.riosemgluten.com)>.Acesso em 16 maio 2009.

BRAUNE,Renata.O que é gastronomia.São Paulo:Brasliense,2007.

KOTZE, Lorete Maria da Silva. Sem glúten. Rio de Janeiro: Revinter,2001.

\_\_\_\_\_.Doença Celíaca.JBG,J.bras.gastroenterol.,Rio de Janeiro,v.6,n.1, p.23-34,jan./mar.2006.Disponível em: < [http://www.riosemgluten.com/lorete\\_kotze\\_autolizacao\\_2006.pdf](http://www.riosemgluten.com/lorete_kotze_autolizacao_2006.pdf) >. Acesso em: 28 junho 2010.

MARCONI, M. A. e LAKATOS, E.M. Metodologia do trabalho científico. 5. Ed. São Paulo: Atlas, 2001.

MATIAS-PEREIRA, José. Manual de metodologia da pesquisa científica. 2. Ed. São Paulo: Atlas, 2010.

SDEPANIAN, Vera Lucia;MORAIS, Mauro Batista de; FAGUNDES-  
NETO, Ulysses. DOENÇA CELÍACA: a evolução dos conhecimentos desde sua  
centenária descrição original até os dias atuais. Arq. Gastroenterol. vol.36 no.4 São Paulo  
oct./dec.1999. Disponível em: < [www.scielo.br](http://www.scielo.br) >. Acesso em: 28 junho 2010.

TERZIAN, Françoise. Doença celíaca ainda é desafio. Super saudável, Santo André, SP, n.  
40, out. a dez. 2008.