

NÃO CONTÉM GLÚTEN

fl. 01/02

Rafael Almudi Villen
Centro de Pesquisas
Instituto Mauá de Tecnologia

No rótulo ou na embalagem de grande parte dos alimentos industrializados observa-se, além de informações nutricionais e sobre os ingredientes, o conteúdo e a composição do produto, estampada a frase:

NÃO CONTÉM GLÚTEN

Qual é a razão dessa informação?

Inicialmente, deve-se definir o que se entende por glúten.

As proteínas do trigo são divididas em dois grupos: um deles é formado pelas albuminas e globulinas, representando 15% das proteínas totais; o outro é formado pela gliadina e glutenina, que compreende 85% das proteínas, as quais formam o glúten, essencial para a formação e características da massa.

Outros cereais, tais como a aveia (Avenina), cevada (Hordeína) e centeio (Secalina), possuem em suas composições proteínas semelhantes às do glúten do trigo.

Um indivíduo que apresenta intolerância crônica ao glúten do trigo e a outras proteínas dos cereais aqui mencionados é portador da chamada Doença Celíaca - o indivíduo é denominado "celíaco".

Embora a doença celíaca seja conhecida desde o século XI, somente em 1888 suspeitou-se de que a ingestão de farinha poderia provocar a manifestação da moléstia. Os primeiros estudos foram desenvolvidos pelo cientista inglês Samuel Gee.

A doença celíaca acomete o intestino delgado, atrofiando e aplainando as vilosidades, o que ocasiona uma limitação da área disponível para a absorção de nutrientes. É uma doença de origem genética.

A doença celíaca apresenta-se com maior frequência entre indivíduos da raça branca, sendo incomum na África e em países orientais. Geralmente manifesta-se na infância, entre o primeiro e o terceiro anos de vida, devido à introdução de cereais na dieta, embora possa surgir em qualquer idade, inclusive na adulta. Com maior frequência, apresenta-se com manifestações predominantemente intestinais e abdominais, com o surgimento de intensas diarreias que geralmente levam ao emagrecimento, desnutrição, baixa estatura, anemia.

O único tratamento para a doença celíaca consiste na abstinência completa de alimentos que contenham em sua composição derivados de trigo, centeio, cevada e aveia. Essa dieta deve ser seguida pela vida inteira.

Em países europeus e nos EUA existe a oferta de uma vasta gama de produtos destinados ao consumo dos celíacos, com características organolépticas muito semelhantes às dos produtos tradicionais. Balas, biscoitos, massas para esfiha e pizza, produtos de panificação em geral podem ser obtidos com a utilização de matérias-primas alternativas: amidos de milho, batata e mandioca, farinha de trigo e arroz etc.

No Brasil ainda é restrita a oferta de produtos para celíacos e os poucos que existem apresentam custo extremamente elevado pois, geralmente, são importados.

Em nosso País, não existe qualquer estatística sobre o número de celíacos. A região centro-sul, na qual o número de imigrantes europeus é grande, é tida como a região onde há a maior concentração de celíacos.

Aliada a isso, a coexistência de outras doenças, ligadas sobretudo à desnutrição e às parasitoses, mascara, certamente, o diagnóstico da doença.

A Associação dos Celíacos do Brasil – ACELBRA (www.ancelbra.org.br) congrega informações e dados sobre a doença celíaca.