

**O QUE SABEMOS SOBRE**

**SENSIBILIDADE**

**AO GLÚTEN**

**NÃO CELÍACA**

*@rio\_sem\_gluten*

**A Sensibilidade ao Glúten Não Celíaca (SGNC) é uma síndrome caracterizada por sintomas intestinais e extraintestinais relacionados à ingestão de alimentos que contém glúten, em pessoas que não tem diagnóstico de doença celíaca ou alergia ao trigo.**

**Pode afetar diferentes sistemas do organismo e sua gravidade é variável. Os sintomas geralmente ocorrem após algumas horas ou dias depois da ingestão de glúten, melhorando ou desaparecendo após a retirada do glúten da dieta e voltando se há reintrodução.**

**Os mecanismos potenciais envolvidos na fisiopatologia da SGNC são múltiplos e incluem alterações na permeabilidade intestinal, estimulação da imunidade inata e alterações na motilidade gastrointestinal.**

**Embora a SGNC seja desencadeada por cereais contendo glúten, a proteína alimentar ofensiva ainda não foi identificada e pode incluir componentes que são diferentes do próprio glúten, como por exemplo, inibidores de amilase-tripsina (ATIs) do trigo. Então, a terminologia "SGNC" poderá ser alterada para "Sensibilidade ao Trigo Não Celíaca" (STNC) em um futuro próximo.**

**Alguns estudos mostram a possibilidade de sobreposição ou de confusão diagnóstica com outras doenças funcionais gastrointestinais, como Síndrome do Intestino Irritável (SII) e intolerância aos frutanos (FODMAPs).**

**Disbiose, supercrescimento bacteriano no intestino delgado (SIBO), uso prolongado de alguns medicamentos, disfunções digestórias, deficiências nutricionais e hormonais precisam ser avaliadas para que o diagnóstico e a conduta terapêutica possam ser corretamente estabelecidos.**

**Em crianças com SGNC os sintomas mais comuns são os gastrintestinais, como dor abdominal, diarreia crônica e mudança do padrão evacuatório. Porém, o risco de deficiências nutricionais secundárias à má-absorção é menor que na doença celíaca. Os sintomas se assemelham à síndrome do intestino irritável.**

**Em adultos a apresentação clínica da SGNC pode ser multissistêmica e há uma série de sinais e sintomas associados a essa condição - neurológicos, respiratórios, psiquiátricos, músculo-esqueléticos, dermatológicos, etc.**

# **SINTOMAS:**

**Inchaço**

**Falta de bem-estar**

**Dor abdominal**

**Cansaço**

**Diarreia**

**Dor de cabeça**

**Dor epigástrica**

**Náusea**

**Aerofagia**

**Dormência nos membros**

**Dor articular / muscular**

**Estomatite aftosa**

**Erupção cutânea / dermatite**

**Hábitos intestinais alternados**

**Padrões alterados de sono**

**Confusão mental (brain fog)**

**Prisão de ventre**

**Hematoquezia**

**Perda de peso**

**Fissuras anais**

**Anemia**

**Perda de equilíbrio**

**Rinite / asma**

**Aumento de peso**

**Cistite intersticial**

**Oligo ou polimenorréia**

**Alucinações**

**Mudanças de humor**

**Ansiedade**

**Depressão**

**Mudanças de humor**

**Pensamentos invasivos**

**O diagnóstico é feito por exclusão da doença celíaca e da alergia ao trigo, sendo necessário a realização de exames de sangue e endoscopia digestiva alta com biópsia de duodeno.**

**Se o paciente já estiver em dieta sem glúten, deve ser orientado sobre a necessidade de fazer um "Desafio de Glúten", durante 8 a 12 semanas, com a ingestão diária de pelo menos 10g de glúten ( 4 fatias de pão de forma), para só então se submeter aos exames específicos.**

**O tratamento da SGNC baseia-se na dieta sem glúten, embora não se saiba se é necessário manter a restrição a longo prazo. Como a SGNC pode ser transitória, a tolerância ao glúten precisa ser reavaliada numa parte desses pacientes.**

**Diferentemente da doença Celíaca, na qual o conteúdo de glúten nos alimentos deve ser mantido abaixo de 20 ppm/dia, o limiar na SGNC ainda não foi identificado e a redução na quantidade de algumas proteínas de trigo ou frutano para um nível tolerável para esses pacientes talvez possa ser suficiente.**

**Para esclarecer isso, são necessários estudos randomizados / controlados, idealmente com delineamento cruzado, comparando diferentes componentes. Além dos possíveis gatilhos expostos, é possível que existam subgrupos de pessoas com diferentes suscetibilidades a diferentes componentes do trigo.**

**Portanto, devemos continuar procurando marcadores biológicos que possam ajudar a identificar subgrupos de pacientes que podem se beneficiar de uma dieta restritiva específica.**

## **Gluten related disorders**

Paula Valladares Guerra Resende, Nathália Luzias de Matos e Silva, Graziela Cristina Mattos Schettino, Priscila Menezes Ferri Liu

DOI: 10.5935/2238-3182.20170

## **Diagnosis of Non-Celiac Gluten Sensitivity (NCGS): The Salerno Experts' Criteria**

Carlo Catassi et al.

Nutrients. 2015 Jun; 7(6): 4966–4977.

Published online 2015 Jun 18. DOI: 10.3390/nu7064966

## **Diagnosis of gluten related disorders: Celiac disease, wheat allergy and non-celiac gluten sensitivity**

Luca Elli, Federica Branchi, Carolina Tomba, Danilo Villalta, Lorenzo Norsa, Francesca Ferretti, Leda Roncoroni, and Maria Teresa Bardella

World J Gastroenterol. 2015 Jun 21; 21(23): 7110–7119.

Published online 2015 Jun 21. DOI: 10.3748/wjg.v21.i23.7110

## **Non-Celiac Gluten Sensitivity**

Daniel de Sá Freire Boarim

CC BY-NC-ND 4.0 · International Journal of Nutrology 2018; 11(03): 071-079

DOI: 10.1055/s-0039-1681015