


Atenção nutricional a pacientes com doença celíaca: perspectivas que vão além dos nutrientes

Nutritional attention to patients with celiac disease: perspectives beyond nutrients

 Lillian Silva da Conceição¹

 Neiva dos Santos Ferreira Bandeira¹

 Vívian de Souza Oliveira¹

 Joice Lopes Werneck¹

 Lívia Pinto Heckert Bastos¹

¹ Centro Universitário de Valença – Valença/RJ

Autor correspondente:

Lillian Silva da Conceição
e-mail: lilian.s.con@gmail.com

Como citar este artigo:

CONCEIÇÃO, L.S.; BANDEIRA, N.S.F.; OLIVEIRA, V.S.; WERNECK, J.L.; BASTOS, L.P.H.; **Atenção nutricional a pacientes com doença celíaca: perspectivas que vão além dos nutrientes.** Revista Cadernos de Pesquisa, v. 3, n.2, e20230101, 2026.

Data de Submissão: 30/10/2025

Data de aprovação: 14/12/2025

Data da publicação: 04/02/2026



Esta obra está licenciada com uma licença
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

RESUMO: **Introdução:** A Doença Celíaca é uma enteropatia crônica desencadeada pela ingestão do glúten, proteína presente no trigo, centeio e cevada, em indivíduos geneticamente predispostos. Afeta a qualidade de vida dos portadores, fisicamente, economicamente e psicologicamente. A dieta isenta de glúten tem grandes desafios, porém é a única forma de tratamento. **Objetivo:** realizar uma revisão integrativa da literatura acerca da importância da atenção nutricional e saúde mental dos pacientes celíacos, abordando os princípios da Nutrição Comportamental, para amenizar os sintomas e promover a qualidade de vida ao longo do tratamento dietoterápico. **Materiais e Métodos:** Incluídas publicações em português e inglês a partir de 2019, de artigos científicos publicados em revistas, jornais e periódicos, dados do Google Acadêmico, PubMed, Medline, Scopus, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e sites oficiais como o da organização mundial de saúde (OMS), ministério da saúde e Federação Nacional das Associações dos Celíacos do Brasil (Fenacelbra), excluindo os estudos anteriores a 2019, e pesquisas com animais e trabalhos fora do tema proposto. **Resultados e Discussão:** Os impactos biopsicossociais da Dieta Isenta de Glúten possuem grande relevância, frente à restrição alimentar, e observou-se que a assistência multiprofissional na adesão à dieta é de suma importância, associada às estratégias da Nutrição Comportamental, otimizando a qualidade de vida do indivíduo. **Conclusão:** A adesão à dieta sem glúten é potencializada pelo acompanhamento nutricional e psicológico, fundamentais para o sucesso terapêutico e manutenção da saúde do paciente celíaco.

Palavras-chave: Dietoterapia; Saúde Mental; Nutrição Comportamental.

ABSTRACT: **Introduction:** Celiac Disease is a chronic enteropathy triggered by the ingestion of gluten, a protein found in wheat, rye, and barley, in genetically predisposed individuals. It affects the quality of life of those affected, both physically and psychologically, as well as economically. The gluten-free diet presents significant challenges, yet it is the only form of treatment. **Objective:** To conduct an integrative literature review on the importance of nutritional care and mental health for celiac patients, addressing the principles of Behavioral Nutrition, to alleviate symptoms and promote quality of life throughout dietary treatment. **Materials and Methods:** Publications in Portuguese and English from 2019 onwards were included, consisting of scientific articles published in journals, newspapers, and periodicals, as well as data from Google Scholar, PubMed, Medline, Scopus, the Virtual Health Library (BVS), and official websites such as the World Health Organization (WHO), Ministry of Health, and the National Federation of Celiac Associations of Brazil (Fenacelbra), excluding studies before 2019, research involving animals, and works unrelated to the proposed topic. **Results and Discussion:** The biopsychosocial impacts of a Gluten-Free Diet are highly relevant in the context of dietary restriction. It was observed that multiprofessional support in adhering to the diet is of utmost importance, combined with Behavioral Nutrition strategies, which optimize the individual's quality of life. **Conclusion:** Adherence to a gluten-free diet is enhanced by nutritional and psychological follow-up, which are essential for therapeutic success and maintenance of the health of celiac patients.

Keywords: Diet therapy; Mental Health; Behavioral Nutrition.

INTRODUÇÃO

A doença celíaca (DC) é uma condição autoimune crônica desencadeada pela ingestão de glúten em indivíduos geneticamente predispostos, promovendo a inflamação e consequentemente a atrofia das vilosidades do intestino delgado, a qual possui prevalência entre 1% a 2% da população mundial, variando entre sexo, idade, e localização geográfica. Embora o tratamento consista essencialmente na exclusão rigorosa do glúten da dieta, o impacto da doença ultrapassa as questões gastrointestinais e nutricionais, afetando significativamente a qualidade de vida dos pacientes (Fenacelbra, 2021).

A dieta deve ser individualizada conforme o contexto clínico de cada paciente, uma vez que os danos provocados pelo glúten variam entre os indivíduos, influenciando tanto as necessidades nutricionais quanto o grau de comprometimento da mucosa intestinal (Jansson-Knodell; Murray; Rubio-Tapia, 2020).

Ainda que o nutricionista seja o profissional mais habilitado ao manejo dietoterápico frente ao paciente celíaco, torna-se essencial a adoção de uma intervenção nutricional que não apenas considere a exclusão do glúten, ou seja, que também contemple a multidisciplinaridade (Dembinski et al., 2021).

Atualmente tem sido demonstrado através de estudos que há forte relação entre a depleção da saúde mental dos portadores da Doença Celíaca e sua alimentação, evidenciando uma associação crescente entre a DC e transtornos de saúde mental, como ansiedade, depressão e transtornos alimentares, o que ressalta a necessidade de uma abordagem integral e multidisciplinar no cuidado a esses indivíduos (Beyond Celiac, 2025).

Diante do exposto, o presente trabalho teve como objetivo estudar a importância da atenção nutricional individualizada e do suporte biopsicossocial no manejo da Doença Celíaca através da Nutrição Comportamental, para melhoria da qualidade de vida e promoção da autonomia alimentar dos pacientes.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente artigo trata-se de uma pesquisa de revisão narrativa de literatura realizada com base em publicações selecionadas, em que se destacaram os fatores nutricionais, mentais e comportamentais da Doença Celíaca e a adesão a seu protocolo dietoterápico. Foi realizado um levantamento bibliográfico utilizando as seguintes bases de dados: Google Acadêmico, PubMed, Medline, Scopus, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e sites oficiais como o da a

organização mundial de saúde (OMS), ministério da saúde e Federação Nacional das Associações dos Celíacos do Brasil (Fenacelbra). Foram selecionados artigos nos idiomas português e inglês, a partir do ano de 2019 até 2025, utilizando os termos: Dietoterapia Saúde Mental e Nutrição Comportamental.

RESULTADOS

A Doença Celíaca

A Doença Celíaca (DC) é uma condição autoimune que é ativada pela ingestão de glúten em pessoas com predisposição genética, resultando em lesões na mucosa do intestino delgado e manifestando uma variedade considerável de sintomas clínicos, tais como: anemia, distensão e dor abdominal, alterações de humor, confusão mental, entre outros. A prevalência mundial da DC é estimada em cerca de 1% de acordo com a OMS, todavia, uma quantidade significativa de casos não é diagnosticada, afetada por aspectos geográficos, genéticos e demográficos (Beppler, 2021).

A Doença Celíaca pode ocorrer em qualquer idade, apresentando sintomas que vão desde problemas gastrointestinais até manifestações fora do sistema digestivo, o que dificulta a identificação do diagnóstico. O tratamento requer a adoção estrita de uma dieta isenta de glúten (DIG) durante toda a vida, o que pode envolver desafios não somente nutricionais, como sociais, econômicos e emocionais significativos (Santos *et al.*, 2022). O não cumprimento da dieta pelo paciente pode levar a sérias complicações, como osteoporose, infertilidade e câncer intestinal. Essa condição é uma doença autoimune provocada pela sensibilidade ao glúten, uma proteína encontrada em trigo, cevada e centeio, e não se trata de uma alergia ou intolerância alimentar comum (Furtado *et al.*, 2023).

A alergia ao glúten (também conhecida como alergia ao trigo) é caracterizada por uma resposta imunológica que envolve anticorpos IgE, enquanto a doença celíaca é uma condição mediada pelo sistema imune, resultando em inflamação e lesões no intestino delgado (Furtado *et al.*, 2023).

Conforme observado na Figura 1, diversas são as associações comumente realizadas entre a Doença Celíaca, alergia ao glúten e intolerância, as quais tratam-se de distúrbios relacionados ao Glúten (Fenacelbra, 2021).

FIGURA 1 - Apresenta as desordens relacionadas ao glúten/trigo, causas, sintomas, diagnóstico e tratamento.

DESORDENS RELACIONADAS AO GLÚTEN / TRIGO			
	ALERGIA AO TRIGO	DOENÇA CELÍACA	SENSIBILIDADE AO GLÚTEN / TRIGO
Causa	Reação imunológica às proteínas do Trigo	Resposta autoimune ao Glúten	Resposta por mecanismo desconhecido ao glúten / trigo, mas também a certos carboidratos
Sintomas	Urticária, rash cutâneo, dor estomacal, diarreia...	Distúrbios digestivos, mas os sintomas podem ocorrer em todo o corpo	Distúrbios digestivos, mas os sintomas podem ocorrer em todo o corpo
Diagnóstico	Testes de alergia	Exames de sangue e endoscopia digestiva alta com biópsia de duodeno	Exclusão do diagnóstico de Doença Celíaca e Alergia ao Trigo
Tratamento	Eliminação do Trigo da dieta	Rigorosa Dieta sem Glúten	Dieta baixa em FODMAPs e com eliminação do Glúten / Trigo

Fonte: Fenacelbra (2021).

A Doença Celíaca é classificada conforme a sintomatologia evidente em cada perfil identificado, elencada nos tipos: clássica, não clássica, subclínica e assintomática (Wernke; Bagolin, 2020). O quadro 1 apresenta os tipos de desordens relacionadas ao glúten e seus sintomas.

QUADRO 1 - Apresenta o tipo de desordens ao glúten e seus sintomas.

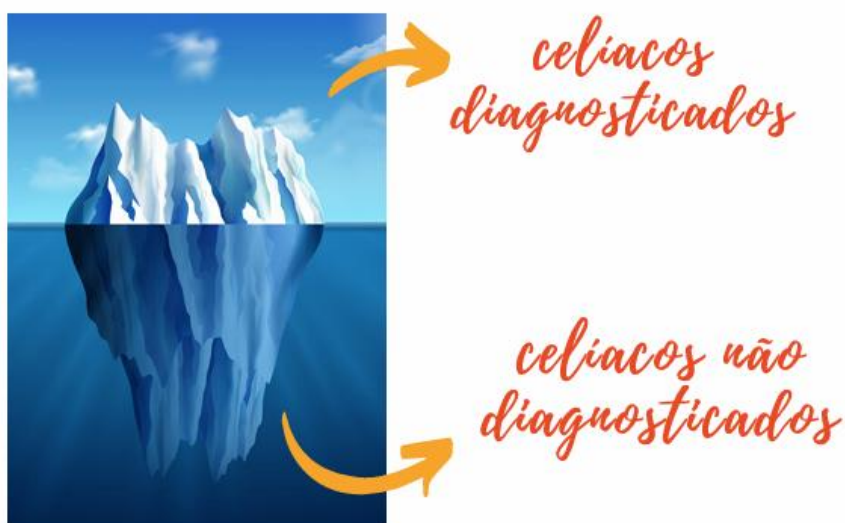
Tipo	Sintomas
Clássica	Manifestações gastrointestinais, com má-absorção: diarreia crônica, fezes gordurosas, náuseas, vômitos, distensão abdominal, gases, perda de peso e crescimento prejudicado
Não Clássica	Manifestações gastrointestinais, sem má-absorção: constipação crônica e dor abdominal.
Subclínica	Manifestações extraintestinais, como anemia ferropriva, anormalidade nas funções do fígado, osteoporose, dermatite herpetiforme, infertilidade, entre outros
Assintomática	Não apresentam sintomas comumente associados à DC e não apresentam sintomas que respondem à dieta sem glúten. Geralmente são diagnosticados por acaso

Fonte: Wernke; Bagolin (2020).

Dados Epidemiológicos da Doença Celíaca

A prevalência da doença celíaca, de acordo com Flesch (2021), aumentou mais de quatro vezes nos últimos cinquenta anos e, conforme Silva (2024) destaca, 1% da população mundial é afetada por esta condição de saúde. Esse aumento está associado ao fenômeno denominado “iceberg diagnóstico” (Figura 2) em que a quantidade de casos diagnosticados é consideravelmente inferior ao número total de pessoas afetadas.

FIGURA 2 - Apresenta o fenômeno “iceberg diagnóstico”.



Fonte: Wernke; Bagolin (2020).

No Brasil, com base em estudos da PUC-Rio, estimativas recentes indicam que aproximadamente 2 milhões de pessoas vivem com a doença celíaca, das quais cerca de 80% desconhecem o diagnóstico. Esses dados foram divulgados pelo Conselho Nacional de Saúde (CNS) e pela FENACELBRA (PUC-RIO, 2023).

O Sistema Único de Saúde (SUS) através do Sistema de Informações Ambulatoriais (SIA/SUS), monitora os dados sobre procedimentos ambulatoriais executados no país, sendo a fonte oficial de resultados. A partir de sua base de produção, é possível verificar o número de requisições de exames, como os anticorpos antitransglutaminase IgA, de suma importância para a determinação do diagnóstico da Doença Celíaca. Esse sistema possui a limitação de fornecer apenas a quantidade de exames requisitados sem especificar resultado obtido (positivo, negativo ou repetido), impactando em uma análise epidemiológica mais refinada sobre a condição e evolução da doença e em que proporção são usados para monitoramento ou diagnóstico (DATASUS, 2025).

Investigação da Doença Celíaca

O diagnóstico definitivo da Doença Celíaca (DC) requer a integração de dados clínicos, exames sorológicos e avaliação histopatológica da mucosa intestinal. Devido à ausência de um teste considerado padrão-ouro, a confirmação diagnóstica depende de uma abordagem sequencial, iniciando-se, geralmente, por exames sorológicos específicos, seguidos de biópsia duodenal para confirmação histológica (Raiteri *et al.*, 2022).

No contexto brasileiro, o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas (PCDT) para Doença Celíaca, publicado pelo Ministério da Saúde em 2015, estabelece as diretrizes para o processo diagnóstico, incluindo os exames recomendados e os critérios clínicos a serem observados (Crucinsky; Damião; Castro, 2021).

A avaliação clínica é realizada pelo médico para analisar os sintomas e histórico familiar do paciente, para buscar informações mais fidedignas possíveis. No que se refere aos exames de sangue, eles medem anticorpos como anti-tTG (anti-transglutaminase tecidual) e EMA (Anticorpos anti-endomísio), e verificam níveis de IgA (Anti-Transglutaminase). A biópsia intestinal é realizada por endoscopia para coletar amostras do duodeno e torna-se essencial para o diagnóstico, mesmo que os exames de sangue sejam positivos. Caso não seja possível fechar um diagnóstico, orienta-se dar continuidade à investigação, para verificação de outras doenças com sintomas correlatos. Por fim, são realizados estudos genéticos, contemplando testes para detectar os alelos HLA-DQ2 e HLA-DQ8, os quais são um indicativo da predisposição à Doença (Brasil, 2023).

Após o diagnóstico de Doença Celíaca (DC), torna-se imprescindível o acompanhamento multiprofissional, envolvendo médicos, nutricionistas e, no caso de pacientes pediátricos, a participação ativa dos responsáveis. Esse suporte é essencial para garantir a adesão adequada ao tratamento, que consiste, fundamentalmente, em uma dieta isenta de glúten (DIG) vitalícia. Durante o primeiro ano pós-diagnóstico, recomenda-se que as consultas de acompanhamento sejam realizadas a cada três a seis meses, com espaçamento progressivo para avaliações anuais após a estabilização clínica e laboratorial. A monitorização inicial deve incluir exames laboratoriais como hemograma completo, glicemia, dosagem de vitaminas (particularmente B12, D e folato) e avaliação de função tireoidiana. Na presença de deficiências nutricionais, como ferro, zinco ou outras vitaminas, deve-se instituir suplementação adequada. A verificação da adesão à dieta isenta de glúten deve ser contínua,

incluindo revisão detalhada dos hábitos alimentares, avaliação clínica de sinais e sintomas persistentes e exames laboratoriais, como sorologia celíaca de seguimento (Beyond Celiac, 2025).

Tratamento Dietoterápico para Celíacos (DIG)

No tocante à alimentação direcionada a pacientes celíacos, necessita-se entender que um corpo com a microbiota intestinal preservada é um fator essencial para a diminuição das respostas imunomediadas, pois seu desequilíbrio influencia os componentes humorais e celulares do sistema imunológico intestinal, causando inflamações crônicas (Farias; Melo; Ferreira, 2021).

Deste modo, a adoção à DIG (Dieta Isenta de Glúten) é preconizada para os pacientes celíacos por toda a vida, eliminando o consumo de alimentos que contenham glúten em sua composição. Para tornar o tratamento mais efetivo, é essencial implementar estratégias de educação nutricional individualizada, abrangendo temas como: identificação de alimentos com glúten, noções sobre contaminação cruzada, leitura criteriosa de rótulos, substituições alimentares seguras e técnicas de preparo livre de glúten (Associação Portuguesa de Celíacos, 2025).

Para a manutenção de uma alimentação equilibrada e diversificada — fator importante para a aceitação e adesão à DIG —, há consenso em indicar alternativas naturais isentas de glúten como substitutas ao trigo, centeio e aveia (quando esta não estiver contaminada). Exemplos comumente recomendados incluem farinhas de arroz, batata, soja, amaranto, quinoa, trigo sarraceno, feijão branco, sorgo, grão-de-bico, araruta, polvilho doce e azedo (Fenacelbra, 2021).

Atualmente, percebe-se o interesse crescente em terapêuticas complementares que modulam a microbiota intestinal, como a suplementação com probióticos, para atenuar sintomas persistentes em pacientes que, mesmo com rígida adesão à DIG, continuam a manifestar desconfortos gastrointestinais (Araújo; Silva; Alves Costa, 2025).

É importante destacar que indivíduos com esta condição de saúde frequentemente apresentam deficiências nutricionais decorrentes da má absorção intestinal, especialmente nos períodos que antecedem o diagnóstico ou durante falhas na adesão à dieta isenta de glúten. Essas carências devem ser cuidadosamente investigadas pelo nutricionista clínico e, quando necessário, corrigidas por meio de estratégias dietéticas ou suplementação específica. Entre as deficiências mais comuns, destacam-se aquelas relacionadas ao ferro, vitaminas C, D, E, B12,

B9 (folato) e B6, bem como aos minerais zinco, magnésio e cobre — micronutrientes essenciais ao funcionamento do sistema imunológico, à integridade da mucosa intestinal e à saúde óssea (Cozzolino, 2020).

Dessa forma, a avaliação nutricional individualizada é indispensável ao paciente celíaco, especialmente na identificação precoce de distúrbios carenciais que possam comprometer a resposta ao tratamento dietoterápico.

Atenção Nutricional e Saúde Mental dos Celíacos

Pacientes celíacos comumente relatam sentimentos de negação, frustração e insegurança, especialmente diante da necessidade de excluir alimentos de consumo habitual. A constante vigilância alimentar pode resultar em ansiedade e medo, sobretudo em situações sociais que envolvam alimentação, como festas, reuniões familiares ou refeições fora do lar (Oliveira *et al.*, 2024).

Autores discorrem que o intestino afeta diretamente o sistema nervoso central por meio de processos químicos, hormonais e do sistema imunológico. Dessa forma, quando o glúten ingerido danifica as paredes intestinais, várias mudanças podem provocar problemas psicológicos, como indicam os dados no quadro 2 a seguir.

QUADRO 2 - Apresenta as deficiências de nutrientes, toxinas e permeabilidade intestinal, a reação exagerada do sistema imunológico, possíveis distúrbios hormonais e mentais associados e como consequência o isolamento social.

Deficiência de Nutrientes	Menor absorção de vitaminas B6, B12, folato, ferro, vitamina D, K e cálcio, essenciais para a produção de neurotransmissores como serotonina e dopamina
Toxinas e permeabilidade intestinal	Alimentos mal digeridos e inflamação facilitam a passagem de substâncias que podem afetar o cérebro
Reação exagerada do sistema imunológico	Inflamações generalizadas e anticorpos atacam tecidos, incluindo o cérebro, causando dores nas articulações, dores de cabeça e menor fluxo sanguíneo cerebral
Distúrbios hormonais e mentais associados	Problemas na tireoide são comuns em celíacos e podem intensificar os sintomas da depressão
Isolamento social	Restrições alimentares e medo de ter sintomas levam ao isolamento, à depressão e à ansiedade

Fonte: Beyond Celiac (2025).

No que se refere à saúde mental de pacientes com Doença Celíaca, são relatadas complicações neurológicas em cerca de 6% a 10% dos indivíduos, mesmo na ausência de

manifestações gastrointestinais. Essas alterações podem estar relacionadas à atividade imunológica dirigida contra antígenos neuronais, indicando um possível mecanismo autoimune subjacente (Brasil, 2023).

As manifestações neurológicas mais comuns associadas à DC incluem: ataxia cerebelar, enxaqueca e epilepsia. No entanto, há também relatos de outras complicações neurológicas e psiquiátricas, como ansiedade, depressão, esquizofrenia, epilepsia com calcificação cerebelar, demência, vasculite cerebral, encefalite do tronco encefálico, encefalopatias, doença de Huntington, neuropatia periférica, miopatia e esclerose múltipla (Brasil, 2023).

Embora a adoção de uma dieta livre de glúten seja indispensável para o controle da doença, essa restrição alimentar tem sido identificada como uma importante fonte de estresse psicológico para os pacientes. Dessa forma, observa-se que o impacto da doença vai além dos aspectos físicos, afetando significativamente a saúde mental. A implementação de uma abordagem integrada e abrangente, que combine suporte psicológico e orientação nutricional, é recomendada, visando a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos acometidos (Cruz, 2024).

DISCUSSÃO

A Nutrição é um tema de grande relevância na sociedade, abrangendo aspectos culturais, socioeconômicos e biopsicossociais. Diante de características tão singulares, a Nutrição Comportamental, cujo termo foi cunhado em 2014 por Alvarenga teve seu advento baseado nos pilares de educação nutricional individualizada, respeito ao ato de comer e de suas crenças e com enfoque no reaprendizado dos fatores fisiológicos e hedônicos relativos aos sinais de fome, apetite e saciedade, propondo mudanças no comportamento alimentar por meio de técnicas de automonitoramento e autocontrole (Alvarenga *et al.*, 2019).

A Nutrição comportamental visa uma construção de tratamento nutricional diferenciado, sendo aplicado e construído com o paciente e não para o paciente, enfatizando o porquê e o que se come, estabelecendo um vínculo importante com o profissional, entendendo o seu comportamento alimentar e como se pode obter melhoria na qualidade de vida com a utilização dos métodos, sendo uma importante ferramenta de análise clínica e tratamento inclusivo (Guia NC – Nutrição Comportamental, 2025).

De acordo com Cruz (2024), a doença celíaca está associada a níveis elevados de ansiedade e depressão, haja vista que a dieta isenta de glúten (DIG), necessária para pacientes

com esta condição de saúde, foi frequentemente citada como uma fonte significativa de estresse.

A “vigilância extrema” do paciente celíaco, para que haja um consumo seguro de alimentos na DIG, acarreta o agravamento dos sintomas como ansiedade e depressão, e neurológicos, como a névoa cerebral e dificuldades cognitivas, diminuindo a qualidade de vida do indivíduo (Alkhiari, 2023).

No contexto da Doença Celíaca, onde o protocolo dietoterápico estrito é aplicado via dieta isenta de glúten (Brasil, 2023), as estratégias da Nutrição Comportamental tornam-se essenciais, principalmente no manejo a longo prazo, pois através da utilização do TCC e DBT (Terapia Cognitivo Comportamental e Terapia Comportamental Dialética), do comer intuitivo e do *Mindful Eating* (Comer com atenção plena) permitem auxiliam o paciente a reconhecer as sensações e sentimentos, melhorar os comportamentos alimentares e a realizar melhores escolhas de alimentos (Magalhães *et al.*, 2023; Guia NC – Nutrição Comportamental, 2025).

Desafios socioeconômicos são enfrentados, uma vez que o paciente deve estar sempre atento à alimentação, a qual possui diferencial de custos devido aos ingredientes específicos, principalmente em ambientes de consumo coletivo e eventos sociais. Todavia, reforça-se que não haja o isolamento do mesmo nestes ambientes, para que não se intensifiquem os sintomas psicológicos como a ansiedade e depressão e seja mantida a qualidade de vida e das relações (Alkhiari, 2023; Santos *et al.*, 2022).

As intervenções e técnicas da Nutrição Comportamental atuam na compreensão da relação que os indivíduos têm com a comida e de que forma a mente e o corpo entendem tal experiência, não propondo mudanças ou substituindo o protocolo dietoterápico adotado pelo paciente celíaco (Ferreira, 2022).

CONCLUSÃO

A Doença Celíaca, em quaisquer de suas manifestações clínicas, impõe desafios que transcendem o campo clínico, atingindo dimensões emocionais e sociais da vida do paciente.

Diante das restrições alimentares, o nutricionista clínico exerce um papel essencial no suporte terapêutico e orientativo, apoiando emocionalmente o paciente e estabelecendo vínculos para uma abordagem multidisciplinar.

A adesão à dieta isenta de glúten (DIG) depende, em grande parte, de fatores emocionais, sociais, econômicos e educacionais. A abordagem humanizada, empática e interprofissional é indispensável para promover qualidade de vida e garantir que o paciente

celíaco não apenas sobreviva com a doença, mas viva com plenitude e bem-estar.

Desta forma conclui-se que é de suma importância enfatizar uma assistência nutricional, associada ao cuidado com a saúde mental, amparada nas técnicas da Nutricional Comportamental e Dietoterapia, ambas alinhadas à realidade do paciente, para que haja sustentabilidade do tratamento a longo prazo e, por consequência, uma maior eficácia na adesão à dieta.

DECLARAÇÃO DE CONFLITOS DE INTERESSE

Os autores declararam não haver o conflito de interesses.

SUPORTE FINANCEIRO

O financiamento da pesquisa foi realizado pelos próprios pesquisadores envolvidos.

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Lílian Silva da Conceição: Conceitualização, Revisão de literatura, Metodologia da Pesquisa, Levantamento dos dados da pesquisa, Análise laboratorial Análise estatística dos dados, Redação inicial, Redação final do artigo e correção, Formatação nas normas da Revista, Submissão no site e autor para correspondência; **Neiva dos Santos Ferreira Bandeira:** Conceitualização, Revisão de literatura, Metodologia da Pesquisa, Levantamento dos dados da pesquisa, Redação inicial, Redação final do artigo e correção; **Vívian de Souza Oliveira:** Conceitualização, Revisão de literatura, Metodologia da Pesquisa, Levantamento dos dados da pesquisa, Redação inicial, Redação final do artigo e correção; **Joice Lopes Werneck:** Revisão de literatura, Metodologia da Pesquisa, Redação inicial, Redação final do artigo e correção; **Lívia Pinto Heckert Bastos:** Revisão de literatura, Metodologia da Pesquisa, Redação inicial, Redação final do artigo e correção.

REFERÊNCIAS

ALKHIARI, R. *Manifestações psiquiátricas e neurológicas da doença celíaca em adultos*. Cureus, v. 15, n. 3, e35712, 3 mar. 2023. DOI: 10.7759/cureus.35712. Disponível em: <https://doi.org/10.7759/cureus.35712>. Acesso em: 16 out. 2025.

ALVARENGA, Marle; ANTONACCIO, Cynthia; TIMERMAN, Fernanda; FIGUEIREDO, Manoela. *Nutrição comportamental*. Barueri: Manole, 2019. ISBN 8520447899; 9788520447895.

ARAÚJO, Paula Morganna Teixeira de; SILVA, Pâmella Ellen da; ALVES COSTA, Palloma Krishna Araújo. Efeito do uso de probióticos na sintomatologia gastrointestinal da doença celíaca: uma revisão narrativa. *Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro (REMUNOM)*, v. 10, n. 1, p. 1-8, 2025. DOI: 10.61164/rmm.v10i1.4083. Disponível em: <https://doi.org/10.61164/rmm.v10i1.4083>. Acesso em: 25 set. 2025.

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE CELÍACOS (APC). **Dieta isenta de glúten — o que é?** Disponível em: <https://www.celiacos.org.pt/dieta-isenta-de-gluten-o-que-e/>. Acesso em: 10/2

out. 2025.

BEPPLER, Bianca Alves. **A doença celíaca revisada: uma abordagem atualizada sobre seus desafios e perspectiva.** 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2021. Disponível em: <https://bdta.abcd.usp.br/directbitstream/e2cfb09c-2cc6-4efd-9b0f-7fe704619e83/3066101.pdf>. Acesso em: 20 ago. 2025.

BEYOND CELIAC. *Psychological Impacts of Celiac Disease.* Ambler: BeyondCeliac, 2025. Disponível em: <https://www.beyondceliac.org/living-with-celiac-disease/psychological-impacts/>. Acesso em: 21 ago. 2025

BRASIL. Ministério da Saúde. *Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas: Doença Celíaca. Relatório de Recomendação.* Brasília, DF: Conitec / Ministério da Saúde, junho 2023. Disponível em: https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/consultas/relatorios/2023/20230717_pcdt_doenca-celiaca.pdf. Acesso em: 23 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde; Conitec. *Relatório de Recomendação n. 814: Teste de anti gliadina deaminada IgG para diagnóstico de doença celíaca em pacientes com deficiência de IgA e crianças menores de dois anos.* Brasília, DF: Ministério da Saúde / Conitec, mar. 2023. Disponível em: https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/relatorios/2023/20230418_Relatorio_814_Antigliadina_Doena_celiaca.pdf. Acesso em: 19 jul. 2025

COZZOLINO, S. *Biodisponibilidade de Nutrientes.* 6. ed. São Paulo: Manole, 2020. 934 p.

CRUCINSKY, Juliana; DAMIÃO, Jorginete de Jesus; CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, n. 2, p. e00244219, 2021.

CRUZ, Rayane Alves et al. *Impacto da doença celíaca na saúde mental: Ansiedade, depressão e intervenção cirúrgica.* Revista Brasileira Medicina de Excelência, v. 2, n. 3, p. 110–122, 2024.

DATASUS. Produção Ambulatorial (SIA/SUS). Disponível em: <https://datasus.saude.gov.br/aceso-a-informacao/producao-ambulatorial-sia-sus>. Acesso em: 16 set. 2025.

DEMBINSKI, Lukasz; MAZUR, Artur; DAŹBROWSKI, Mariusz; JACKOWSKA, Teresa; BANASZKIEWICZ, Aleksandra. Conhecimento de estudantes de medicina e profissionais médicos sobre deficiências nutricionais em pacientes com doença celíaca. *Nutrients*, v. 13, n. 6, p. 1771, 2021. DOI: 10.3390/nu13061771. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu13061771>. Acesso em: 16 out. 2025

FARIAS, A. de O.; MELO, A. C. de; FERREIRA, J. C. de S. *The importance of healthy food for autoimmune disease patients.* Research, Society and Development, v. 10, n. 12, p. e233101220452, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i12.20452. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/20452>.

FENACELBRA. *Desordens Relacionadas ao Glúten.* Disponível em: <https://www.fenacelbra.com.br/desordens-relacionadas-ao-gluten>. Acesso em: 12 jul. 2025.

FENACELBRA. *Doença celíaca*. Disponível em: <https://www.fenacelbra.com.br/doenca-celiaca>. Acesso em: 11 jul. 2025.

FENACELBRA. *Tratamento – Dieta sem Glúten*. Disponível em: <https://www.fenacelbra.com.br/dieta-sem-gluten>. Acesso em: 11 jul. 2025.

FERREIRA, Juliana Oliveira. *Nível de ansiedade e comportamento alimentar em pacientes com doença celíaca*. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Federal do Pará, Belém, 2022. Disponível em: <https://bdm.ufpa.br/server/api/core/bitstreams/55e72c4e-2a04-4c95-a3c7-fc4f7a4c66e7/content>. Acesso em: 15 out. 2025.

FLESCHE, T. *Dia Mundial de Conscientização sobre a doença celíaca - Dieta sem glúten continua como única conduta eficaz*. 2021. Disponível em: <https://www.crn2.org.br/noticia/view/113/dia-mundial-de-conscientizacao-sobre-adoenca-celiaca-dieta-sem-gluten-continua-como-unica-conduta-eficaz>

FURTADO, M. do C.; ANTÔNIO, A. C. S.; CARVALHO, A. J. C.; GOUVÊA, C. M. M. Y.; FURTADO, C. E. de S.; IRBER, M. A. de O. B.; GUEDES, F. A.; DE ARAUJO, C. C.; FERNANDES, V. H. L.; ANTÔNIO, S. C. S. *Uma visão abrangente acerca do diagnóstico e do gerenciamento clínico da Doença Celíaca*. Brazilian Journal of Health Review, [S. l.], v. 6, n. 5, p. 26053–26064, 2023. DOI: 10.34119/bjhrv6n5-586. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/64276>. Acesso em: 25 ago. 2025.

GUIA NC – NUTRIÇÃO COMPORTAMENTAL. *Guia NC – Nutrição Comportamental*. Disponível em: <https://nutricao comportamental.com.br/guia-nc/>. Acesso em: 7 out. 2025.

Jansson-Knodell CL, Murray JA, Rubio-Tapia A. *Manejo da atrofia das vilosidades do intestino delgado em pacientes soronegativos para doença celíaca*. Am J Gastroenterol. Abril de 2020; 115(4):492-497. DOI: 10.14309/ajg.0000000000000575. PMID: 32141915.

MAGALHÃES, Breno Borges *et al.* *Nutrição comportamental: uma revisão integrativa das principais práticas na literatura*. Revista Fit, Rio de Janeiro, v. 6, n. 5, p. 26053–26064, 2023. DOI: 10.34119/bjhrv6n5-586. Disponível em: <https://revistaft.com.br/nutricao-comportamental-uma-revisao-integrativa-das-principais-praticas-na-literatura>. Acesso em: 21 jul. 2025.

OLIVEIRA, I. R.; GUEDES, J. P. P.; MORAES, L. C. de; BARROSO, V. F. L.; SILVA, G. F. S. A. *Doença celíaca: epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento*. Brazilian Journal of Health Review, [S. l.], v. 7, n. 5, p. e73469, 2024. DOI: 10.34119/bjhrv7n5-392. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/73469>. Acesso em: 2 out. 2025.

PUC-RIO. *Cerca de 2 milhões de brasileiros sofrem de doença celíaca, informa CNS*. Site oficial da PUC-Rio, 26 jul. 2023. Disponível em: <https://www.med.puc-rio.br/notcias/2023/7/26/cerca-de-2-milhes-de-brasileiros-sofrem-de-doena-celaca-informa-cns>. Acesso em: 17 jul. 2025.

RAITERI, A.; GRANITO, A.; GIAMPEROLI, A.; CATENARO, T.; NEGRINI, G.; TOVOLI, F. *Diretrizes atuais para o manejo da doença celíaca: uma revisão sistemática com análise comparativa*. World Journal of Gastroenterology, v. 28, n. 1, p. 154–175, 7 jan. 2022. DOI: 10.3748/wjg.v28.i1.154. Disponível em: <https://doi.org/10.3748/wjg.v28.i1.154>. Acesso em: 21 set. 2025.

SANTOS, Amadhonnis Pereira dos. *et al. Doença Celíaca: uma revisão*. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano. 07, Ed. 10, Vol. 09, pp. 53-69. Outubro de 2022. ISSN: 2448-0959, Link de acesso: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/celiaca>, DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/saude/celiaca

SILVA, L. C. B. e; PAULA, E. E. M. de; BERNARDES, L. S.; ZAFANI, A. S.; BORGES, G. A. *Prevalência global da doença celíaca: revisão sistemática e meta-análise*. Journal Archives of Health, [S. l.], v. 5, n. 3, p. e1954, 2024. DOI: 10.46919/archv5n3espec-269. Disponível em: <https://ojs.latinamericanpublicacoes.com.br/ojs/index.php/ah/article/view/1954>. Acesso em: 21 ago. 2025.

WERNKE, Natália; BAGOLIN, Amanda. *Guia alimentar e nutricional para celíacos*. Conselho Regional de Nutricionistas da 10ª Região, 2020. Disponível em: <https://crn10.org.br/wp-content/uploads/2020/05/guia-alimentar-e-nutricional-para-celacos-natlia-wernke-e-amanda-bagolin.pdf>. Acesso em: 4 out. 2025. Uberlândia (MG), Brasil. **Ciência.**