

DISPONIBILIDADE DE PRODUTOS SEM GLÚTEN NOS SUPERMERCADOS DE PELOTAS

YASMIN FREITAS MARTINS¹; NATALI FONSECA MORAIS¹; MORGANA PILLIÇÃO DA CRUZ¹, ÉLEN KONRADO¹, FABIANA TORMA BOTELHO²

¹Graduanda em Nutrição/Universidade Federal de Pelotas – bigodesbartolomeu@outlook.com

²Docente da Faculdade de Nutrição/Universidade Federal de Pelotas – fabibotelho@hotmail.com

1. INTRODUÇÃO

A Doença Celíaca (DC) é uma enteropatia de desordem crônica do sistema imune desencadeada pelo consumo de glúten em indivíduos pré-dispostos geneticamente (presença dos genes HLA-DQ2 e/ou HLA-DQ8) causando uma resposta inflamatória e sintomas intra-intestinais (má absorção de nutrientes, diarreia, anemia ferropriva, distensão abdominal e flatulência) e extra-intestinais (fadiga, edema, osteoporose, osteopenia, lesões de pele, depressão, enxaqueca, infertilidade, *brain fog*, entre outros), entretanto, alguns indivíduos com DC podem ser assintomáticos (HOUMICH; ADMOU, 2021). Além da DC, existem outras desordens relacionadas ao glúten (DRG) tais como ataxia ao glúten, dermatite heptiforme, alergia ao trigo e Sensibilidade ao Glúten Não Celíaca (SGNC), sendo que os pacientes acometidos com essas DRG também precisam evitar e não consumir glúten (VIANA et al., 2017). O diagnóstico para DC é realizado por meio de testes sorológicos de anticorpos: anti endomísio, gliadina e principalmente, anti transglutaminase tecidual (tTG), seguidos de biópsia duodenal, considerada padrão ouro para o diagnóstico de DC (ARAÚJO et al, 2010).

Pessoas com SGNC apresentam sintomas semelhantes à DC, mas na investigação médica o diagnóstico de DC é descartado, entretanto, apresentam melhora no quadro sintomatológico na retirada do glúten, o qual é feito com orientação médica. Tanto na DC como na SGNC e outras DRG, o tratamento é essencialmente dietético retirando o glúten da alimentação por toda a vida. Tal tratamento é imprescindível para controlar os sintomas, já que não há cura para essas desordens e mesmo quantidades mínimas de glúten podem ser prejudiciais para o paciente celíaco. A ingestão de glúten em pacientes com DC pode desencadear outras doenças autoimunes, assim como câncer de intestino (MALAMUT et al., 2019).

Para o sucesso do tratamento desses pacientes, também é essencial que haja boa disponibilidade de produtos sem glúten. No Brasil, acredita-se que existem 2 milhões de celíacos, incluindo pacientes ainda sem diagnóstico (ALCEBRA; 2018). Segundo a Associação Brasileira de Celíacos (ACELBRA), os celíacos podem transgredir a dieta por vários motivos: falta de orientação sobre a doença e suas complicações; descrença na quantidade de cereais proibidos; dificuldades financeiras (pois os alimentos permitidos são de custo mais elevado); dificuldade de modificar hábitos alimentares; falta de habilidade culinária para preparar alimentos substitutivos; intensa pressão da propaganda dos produtos industrializados que contêm glúten; rótulos duvidosos, embalagens ou bulas que nem sempre contém a correta e clara composição dos ingredientes (ACELBRA, 2020). Por isso, a disponibilidade e acessibilidade a produtos sem glúten é importante no processo de inclusão e promoção de saúde dos portadores de DRG.

Diante disso, esse estudo teve como objetivo avaliar a disponibilidade de produtos sem glúten em diferentes categorias em supermercados da cidade de Pelotas/RS.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo exploratório transversal, onde foram visitados supermercados localizados no centro de Pelotas – RS. A coleta de dados foi realizada no período de junho e junho de 2022, por meio de um *check-list* para avaliar a disponibilidade de produtos sem glúten nos estabelecimentos, além da maneira como esses produtos eram expostos na área de venda dos supermercados. A seleção desses supermercados foi realizada conforme a quantidade de *checkouts* presentes em cada estabelecimento, seguindo a classificação da Associação Gaúcha de Supermercados (AGAS), a qual classifica como supermercado de grande porte aqueles que possuem de 21 a 30 *checkouts*.

Na visita aos supermercados, foram selecionados aqueles produtos sem glúten que possuíam a informação de serem isentos de glúten no rótulo e com a declaração “NÃO CONTEM GLÚTEN”. Foram analisadas 11 categorias de alimentos: “Pães”, “Biscoitos”, “Farinhas”, “Macarrão”, “Cookies”, “Mistura para bolos”, “Mistura para pães”, “Aveia”, “Chocolates” e “Pipocas”. Todos os dados, incluindo a exposição dos alimentos sem glúten nesses locais, foram apresentados em valores absolutos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliados 13 supermercados de pequeno, médio e grande porte no centro da cidade de Pelotas/RS (Quadro 1). Observou-se que supermercados de grande porte possuíam quantidade e variedade de alimentos igual ou até inferior aos estabelecimentos de médio e pequeno porte, sugerindo que não tem relação o tamanho do supermercado com a maior variedade de produtos sem glúten disponíveis. Os supermercados com maior número bruto de produtos alimentícios livres da proteína do glúten foram os supermercados M (64), K (58) e D (48). Enquanto, que os supermercados com menor disponibilidade de produtos sem glúten foram os supermercados J (10), seguido dos supermercados C (18) e H (25).

Ademais, as categorias com maior disponibilidade em todos os supermercados e maior variedade de marcas fabricantes foram a pipoca (72 tipos) e os biscoitos (127 tipos), que são alimentos considerados do tipo lanches. Portanto, os estabelecimentos carecem de maior disponibilidade e marcas de produtos sem glúten que constituem a base alimentar de refeições mais triviais como almoço e jantar, como as farinhas e as massas. As categorias sem glúten com menor disponibilidade nos supermercados foram aveia (14 tipos), misturas para pães (17 tipos) e bolos (19 tipos).

O princípio do direito humano à alimentação adequada (DHAA) estabelece como um direito humano fundamental a disponibilidade de alimentos em quantidade e qualidade e que garanta saúde a todos indivíduos. Entretanto, a pouca disponibilidade de produtos sem glúten nos supermercados e a possível contaminação de alimentos sem glúten por alimentos contendo glúten, quando os mesmos são produzidos, armazenados ou distribuídos juntos, indicam uma situação frequente de insegurança alimentar e nutricional desses pacientes com DC e DRG (NADAL et al., 2013).

Quadro 1. Número de produtos sem glúten por categorias disponíveis nos supermercados do centro da cidade de Pelotas. Pelotas, 2022.

Supermercados	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	Total
Pães	3	-	-	5	3	3	1	-	4	3	4	3	5	34
Biscoitos	8	4	5	14	13	13	9	11	4	16	22	2	6	127
Farinhas	3	5	1	4	2	2	-	1	3	3	-	1	10	35
Macarrão	5	-	-	5	2	2	4	3	4	4	8	3	9	49
Coockies	-	2	3	3	1	1	3	-	1	-	-	-	8	22
Bolos	-	-	-	3	2	2	4	1	-	1	2	-	4	19
Mistura p/ bolo	5	6	3	3	1	2	-	1	3	1	8	-	2	35
Mistura p/ pão	2	2	-	1	2	1	1	2	-	2	2	-	2	17
Aveia	1	1	-	2	-	-	-	2	2	2	1	1	2	14
Chocolates	2	2	-	6	1	1	1	1	8	4	5	-	3	34
Pipocas	7	6	6	2	6	7	6	3	7	3	6	-	13	72
Total	36	28	18	48	33	34	29	25	36	39	58	10	64	

Fonte: autores

Além disso, os produtos disponíveis em sua totalidade nos supermercados analisados eram industrializados, não havendo nenhum dos estabelecimentos com sistema de produção própria de alimentos sem glúten. Sobre a organização dos produtos sem glúten nas gôndolas dos supermercados avaliados, observou-se falhas que podem comprometer à saúde dos portadores de DC em 12 dos 13 supermercados visitados, pois os produtos sem glúten estavam junto aos produtos com glúten classificados como *fitness* e sem lactose; isso quando os produtos sem glúten estavam em áreas distintas dos alimentos contendo glúten, pois muitos produtos sem glúten estavam, na maioria das vezes, misturados em gôndolas com produtos com glúten, o que pode favorecer a contaminação cruzada e contaminar esses alimentos e, conseqüentemente, ocorrer a transgressão da dieta involuntária pelo paciente, desencadeando uma série de sintomas e um processo inflamatório no caso do paciente celíaco, sem saber exatamente a causa. Tal fato, demonstra que a maneira na qual se apresentam os produtos sem glúten nos supermercados avaliados em Pelotas, está fora das normas legais, que definem a obrigatoriedade de separar os produtos sem glúten de produtos com glúten dentro dos supermercados e sinalizar a localização dos mesmos com cartazes e placas (BRASIL, 2003)

De acordo com a Lei 10.674 (BRASIL, 2003) é obrigatório que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten, como medida preventiva e de controle da doença celíaca. Dentre as exigências, previstas por

essa lei, são citadas a necessidade da informação sobre conter ou não glúten, lactose e outros alergênicos; a obrigatoriedade dos supermercados de separar os produtos sem glúten em áreas separadas dos demais, e ainda sinalizar sua localização com cartazes e placas.

4. CONCLUSÕES

Diante dos resultados apresentados, constatou-se que a disponibilidade de produtos sem glúten nos supermercados avaliados é razoável, pois existem opções suficientes em relação a algumas classes alimentícias, mas poucas opções dentro de outras classes, sendo repetidas as marcas e sabores entre os supermercados. Políticas públicas são necessárias para auxiliar o paciente com DC e DRG a seguir seu único tratamento que é a dieta isenta de glúten por toda a vida e evitar prejuízos à sua saúde, visto que a disponibilidade e o acesso aos produtos sem glúten são importantes para garantir o direito humano à alimentação adequada desses pacientes, melhorando seu prognóstico e a qualidade de vida.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, M. C.; ARAÚJO, W. M. C.; BOTELHO, R. B. A.; ZANDONADI, R. P. Doença celíaca, hábitos e práticas alimentares e qualidade de vida. **Revista de Nutrição**. v. 23, n. 3, p. 467–474, 2010.

BRASIL. Lei no 10.674, de 16 de maio de 2003. Obriga a que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten, como medida preventiva e de controle da doença celíaca. Brasília: Presidência da República, 2003. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10674.htm#:~:text=L10674&text=LEI%20No%2010.674%2C%20DE%2016%20DE%20MAIO%20DE%202003.&text=Obriga%20a%20que%20os%20produtos,de%20controle%20da%20doen%C3%A7a%20cel%C3%A7a

HOUMICH, T. B.; ADMOU, B. Celiac disease: understandings in diagnostic, nutritional, and medicinal aspects. **International Journal of Immunopathology and Pharmacology**. v. 35, p. 1–22, 2021.

MALAMUT, G.; CORDING, S.; CERF-BENSUSSAN, N. Recent advances in celiac disease and refractory celiac disease. **F1000Research**. v. 8, p. 1–12, 2019.

NADAL, J.; FERREIRA, S. M. R.; DA COSTA, I. B.; SCHMIDT, S. T. O princípio do direito humano à alimentação adequada e a doença celíaca: avanços e desafios. **Demetra**; 8(3); 411-423, 2013.

VIANA, D. L.; CATÃO, B. G.; CAVALCANTI, M. S. Sensibilidade ao glúten não celíaca: uma patologia existente, de natureza não alérgica e não autoimune de importância crescente. In: **II CONBRACIS**, Campina Grande, 2017. II Anais Conbracis... Campina Grande: Editora Realize, 2017.