

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL SOBRE DOENÇA CELÍACA: UM
RELATO DE EXPERIENCIA**

Mariana Pio Da Silva (mpio96718@gmail.com)

INTRODUÇÃO:

A desinformação e as chamadas fake news sobre o tema dificultam o entendimento da população, especialmente em comunidades com acesso limitado à informação. Nesse contexto, projetos de extensão e educação alimentar voltados à conscientização sobre a doença celíaca tornam-se fundamentais, com o propósito de promover conhecimento, desmistificar a condição e destacar a variedade e qualidade dos alimentos sem glúten disponíveis atualmente.

OBJETIVO:

Promover a conscientização sobre a Doença Celíaca entre o público adulto, por meio de ações de educação alimentar e nutricional que desmistifiquem crenças equivocadas, ampliem o conhecimento sobre a condição e incentivem o diagnóstico precoce.

MATERIAL E MÉTODOS:

Trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa e caráter descritivo, desenvolvido no Condomínio Porto Lagoa, em Fortaleza-CE, voltado a públicos de diferentes faixas etárias, com ênfase em adultos. A ação educativa teve como base a promoção do conhecimento sobre Doença

Celiaca, utilizando estratégias de educação alimentar e nutricional fundamentadas em metodologias ativas. O conteúdo foi construído a partir de artigos científicos e publicações institucionais, como as da Sociedade Brasileira de Gastroenterologia, sendo estruturado em tópicos sobre definição da doença, diagnóstico, tratamento, mitos alimentares e identificação de marcas confiáveis de produtos sem glúten.

A atividade foi conduzida de forma expositiva e participativa, por meio de apresentação oral apoiada por slides informativos, linguagem acessível e recursos visuais ilustrativos. Durante o encontro, realizou-se uma degustação orientada de alimentos a granel sem glúten, com o objetivo de desmistificar percepções negativas sobre o sabor e a qualidade desses produtos, promovendo uma experiência sensorial educativa. O ambiente foi organizado de modo a estimular o diálogo, a troca de experiências e o esclarecimento de dúvidas, reforçando o vínculo entre teoria e prática.

Os dados foram registrados por meio de anotações de campo e observações diretas, considerando aspectos como engajamento dos participantes, questionamentos recorrentes e percepções sobre a alimentação sem glúten. A análise ocorreu de forma descritiva, buscando identificar os principais aprendizados e desafios observados durante a intervenção.

RESULTADOS:

Trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa e caráter descritivo, desenvolvido no Condomínio Porto Lagoa, em Fortaleza-CE, voltado a públicos de diferentes faixas etárias, com ênfase em adultos. A ação educativa teve como base a promoção do conhecimento sobre Doença Celíaca, utilizando estratégias de educação alimentar e nutricional fundamentadas em metodologias ativas. O conteúdo foi construído a partir de artigos científicos e publicações institucionais, como as da Sociedade Brasileira de Gastroenterologia, sendo estruturado em tópicos sobre definição da doença, diagnóstico, tratamento, mitos alimentares e identificação de marcas confiáveis de produtos sem glúten.

A atividade foi conduzida de forma expositiva e participativa, por meio de apresentação oral apoiada por slides informativos, linguagem acessível e recursos visuais ilustrativos. Durante o encontro, realizou-se uma degustação orientada de alimentos a granel sem glúten, com o objetivo de desmistificar percepções negativas sobre o sabor e a qualidade desses produtos, promovendo uma experiência sensorial educativa. O ambiente foi organizado

de modo a estimular o diálogo, a troca de experiências e o esclarecimento de dúvidas, reforçando o vínculo entre teoria e prática.

Os dados foram registrados por meio de anotações de campo e observações diretas, considerando aspectos como engajamento dos participantes, questionamentos recorrentes e percepções sobre a alimentação sem glúten. A análise ocorreu de forma descritiva, buscando identificar os principais aprendizados e desafios observados durante a intervenção.

CONCLUSÃO:

O projeto “Desmistificando a Doença Celíaca” mostrou-se eficaz na construção de conhecimento e quebra de paradigmas sobre a doença, promovendo conscientização e empatia. A combinação de informação científica acessível e experiências práticas foi essencial para aproximar o público do tema, incentivando o diagnóstico precoce e a valorização da alimentação sem glúten como parte de um estilo de vida saudável.

Acredita-se que iniciativas semelhantes, aplicadas em outros contextos comunitários, possam contribuir para a disseminação de informações corretas e para o combate à desinformação em saúde.

REFERÊNCIAS:

FONSECA, Y. C.; et al.. O manejo da doença celíaca: uma revisão narrativa. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 9, p. 3102–3119, 16 set. 2024.

KAMINSKI, V. L.; GRACITO, P. G. A.; KAMINSKI, V. L. Review of the nutritional approach to the control and treatment of celiac disease. *Research, Society and Development*, v. 13, n. 12, e142131247818, 12 dez. 2024.

NASCIMENTO, S. P.; et al. Doença celíaca: uma breve revisão bibliográfica sobre suas características gerais no paciente adulto. *Revista Foco*, v. 17, n. 3, e4641, p. 1-11, 2024.

Palavras-chave: doença celíaca; conscientizar; desmistificar.