**CENTRO UNIVERSITÁRIO SENAC SANTO AMARO**

**TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA**

BRUNA ROCHA

ISABEL ZEIN

VITÓRIA DE OLIVEIRA

**ADO I – RESTRIÇÕES ALIMENTARES**

SÃO PAULO

2022

**INTRODUÇÃO**

O presente trabalho aborda um dos assuntos mais falados nos últimos anos, a questão de restrição alimentar.

“A restrição alimentar é uma condição apresentada quando alguém, por motivo de alergia ou intolerância, não pode consumir determinado ingrediente. Além disso, ela também ocorre quando, por alguma razão, a pessoa precisa ou quer consumir o alimento em menor quantidade (RIVIETE, Ana Clara; DIPIERI, Marina)”

É objetivo deste presente trabalho, responder algumas perguntas que foram solicitadas pela professora da disciplina Princípios básicos de Nutrição, com o anexo de um artigo referente a restrição pesquisada que será usado para consulta.

A metodologia utilizada foi a pesquisa de um artigo científico, com o tema de Doença Celíaca. Onde foi possível responder todas as questões solicitadas e acrescentar maior conhecimento sobre esta restrição.

**QUESTÕES**

1. O artigo em pesquisado trata de uma alergia ou uma intolerância? Mencione qual a patologia tratada por ele.

R.: O artigo pesquisado trata-se de uma alergia, a Alergia a proteína do leite (APLV). APLV está ligada a fatores imunológicos, pois desenvolve uma defesa a uma proteína desconhecida para o organismo, no caso as proteínas do leite, liberando anticorpos (Gasparin et al., 2010) e causando diversos sintomas no indíviduo. É uma alergia frequente, sobretudo em crianças e é resultante de uma resposta imunológica após o contato com o leite de vaca.

1. Existe impacto da patologia tratada no artigo na vida social/emocional do indivíduo e/ou sua família ? Qual e de que forma?

R.: Sim, o indivíduo portador desta patologia tem uma significativa interferência na sua qualidade de vida, podendo desenvolver ansiedade e outros transtornos. Por parte dos familiares há o sentimento de angústia, preocupação com as refeições fora de casa, pois caso consuma o alimento da alergia, acaba por agravar o quadro, já que esta apresenta sintomas perigosos.

A restrição alimentar pode sim afetar o emocional do indivíduo, principalmente porque é uma alergia descoberta na infância, fase em que a criança está se adaptando e tendo contato com o mundo pela primeira vez, traz sempre irritabilidade e apatia. Justamente por isso, a restrição deve sempre ser acompanhada por um nutricionista, para evitar a desnutrição, falta de crescimento e desenvolvimento anormal.

3. Com base no artigo, sugira uma preparação que possa ser feita substituindo o ingrediente que desencadeia o processo.

R.: Uma preparação que pode ser feita substituindo o ingrediente, seria um brigadeiro. O item que seria substituído seria o leite condensado, por inhame e a manteiga da receita seria substituída por óleo de coco e granulado crocante, da marca Mavalério que não possui leite em sua composição.