

**Tytuł:** Ocena sposobu żywienia dzieci z celiakią - czy dieta może być czynnikiem ryzyka miażdżycy? /  
Dietary assessment of children with coeliac disease - is diet a risk factor of atherosclerosis?

**Słowa kluczowe:** CHOROBY UKŁADU KRĄŻENIA DIETA BEZGLUTENOWA SPOSÓB ŻYWIENIA  
CELIAKIA

**Keywords:** CARDIOVASCULAR DISEASE DIETARY HABITS GLUTEN-FREE DIET COELIAC  
DISEASE

**Autorzy:**  
Grupa Ekspertów

### **Streszczenie:**

**Cel:** Celem badania była ocena sposobu żywienia jako czynnika ryzyka miażdżycy u dzieci z celiakią.

**Pacjenci i metody:** Badaniem objęto grupę 277 pacjentów z celiakią, w tym 67 - z nowo rozpoznanej celiakią po roku leczenia dietą bezglutenową oraz 210 pacjentów stosujących dietę przez co najmniej 5 lat. Rekrutację prowadzono w 7 ośrodkach klinicznych: w Warszawie, Szczecinie, Poznaniu, Bydgoszczy, Wrocławiu, Białymstoku i Katowicach. Ocena sposobu żywienia przeprowadzono w oparciu o kwestionariusz częstotliwości spożycia wybranych grup produktów w ciągu tygodnia, a uzyskane wyniki odniesiono do zaleceń żywieniowych, analizując składniki diety wpływające na ryzyko chorób układu krążenia. Przestrzeganie diety określone subiektywnie przez pacjentów porównano do wyników testów serologicznych. Wiedzę pacjentów o celiakii i podstawowych zasadach diety bezglutenowej oceniano na podstawie autorskiego kwestionariusza.

**Wyniki:** Wykazano, że 81% pacjentów deklaruje przestrzeganie diety bezglutenowej, jednak 22% z nich miało dodatnie wyniki testów serologicznych. Badanie stężenia przeciwciał (tTG i DGP) wykazało, że 25% chorych nie przestrzega diety, ale tylko 24% z nich było tego świadome. Częstość spożycia ryb, warzyw (świeżych lub gotowanych) i owoców była niska w odniesieniu do zaleceń żywieniowych, w przeciwieństwie do mięsa i jego przetworów o umiarkowanej zawartości tłuszczu, sódycy i drobnych przekąsek, których przeciwnie spożycie w tygodniu było wyższe niż zalecane.

**Wnioski:** Badanie wykazało, że dieta dzieci z celiakią może być czynnikiem ryzyka chorób układu krążenia ze względu na niedostateczne spożycie produktów bogatych w białonnik pokarmowy, naturalne witaminy i antyoksydanty oraz nadmierne spożycie sódycy, produktów mięsnych oraz tłuszczów nasyconych. Taki sposób żywienia wskazuje na konieczność stałej opieki dietetycznej nad chorymi z celiakią obejmującej nie tylko kontrolę przestrzegania diety bezglutenowej, ale także profilaktykę chorób układu krążenia.

### **Abstract:**

**Aim:** The aim of the study was to assess the dietary habits among children with coeliac disease (CD) in respect of risk of atherosclerosis. Patients and

**Methods:** The study was performed among 277 patients with CD, recruited from 7 regional clinics: Warszawa, Szczecin, Poznań, Bydgoszcz, Wrocław, Białystok and Katowice. Study group was comprised of 67 children with newly diagnosed CD and 210 children treated with gluten-free diet (GFD) for >5 years. Diet quality was measured with Food Frequency Questionnaire to reflect the compliance with main recommendations for diet reducing risk of cardiovascular disease (CVD). The adherence to the GFD was self-estimated by participants and compared to serological tests results.

**Results:** The study showed that 81% of patients claimed the strict adherence to the GFD, however 22% of

them had positive serological tests. Tested antibodies (tTG and DGP) showed that 25% patients not complied with the GFD. Among all children with positive antibodies only 24% were conscious of gluten consumption. The frequency of intake of fish, vegetables (fresh or cooked) and fruits in daily diet was low in comparison to dietary guidelines, in contrast to the increased consumption of medium-fat meat's products, sweets and snacks.

Conclusions: The study showed atherogenic profile of the dietary habits of children with coeliac disease because of the low intake of products rich in dietary fiber, natural antioxidants and vitamins, and high intake of sweets, meats and saturated fats. These observations suggest that each CD patient needs regular dietary counseling not only to improve adherence to gluten-free diet but also to prevent CD complications including the risk of CVD.