# +Celícantina+

Nutrir Sem Glúten, Incluir com Sabor

Ana Carolina Sousa [1*§]; Carolina Martins [1§]; Daniela Dias [1§]; Júlia Rocha [1§]; Ana Maria Geraldes Rodrigues Pereira [2]; Carla Sá [1,3,4]

1.Instituto Politécnico de Bragança; 2. Research Center for Active Living and Wellbeing (LiveWell), Instituto Politécnico de Bragança, Bragança, Portugal; 3. Universidade da Maia; 4. Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Ciências da Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), Universidade da Maia, Maia, Portugal.

*e-mail:

Jornadas da Licenciatura em Dietética e Nutrição 2025 - 2026

## INTRODUÇÃO

A doença celíaca é uma doença autoimune desencadeada pela ingestão de glúten, sendo o único tratamento eficaz uma dieta rigorosa sem esta proteína.

Em contextos de restauração coletiva, existe um elevado risco de contaminação cruzada, o que torna necessário o uso de espaços e procedimentos alimentares especializados para garantir refeições seguras para pessoas com esta condição.

## OBJETIVOS

Desenvolver o modelo Celícantina, uma cantina 100% isenta de glúten para indivíduos celíacos, garantindo segurança alimentar, equilíbrio nutricional e inclusão social, certificada pela Associação Portuguesa de Celíacos.

## METODOLOGIA

Aplicou-se um abordagem técnica-descritiva em três etapas:

1. Diagnóstico das necessidades da população-alvo.
   Segundo a Association of European Coeliac Societies
2. Definição de requisitos nutricionais, operacionais e de segurança de forma a ostentar o selo APC/Biotrab referente à certificação Sem Glúten/Gluten Free.
3. Desenvolvimento do modelo técnico.

O processo seguiu as normas NP EN ISO 22000, Portaria n.º 987/93, referenciais da DGS e princípios da NP EN ISO 9001.

## RESULTADOS

A proposta contempla 5 secções e zonas funcionais com circuito unidirecional, eliminando o cruzamento entre áreas limpas e sujas.

1. **RECEÇÃO DE MERCADORIAS** — Receção e verificação de matérias-primas isentas de glúten.
2. **ARMAZENAMENTO SECO E FRIO** — Armazenamento em condições adequadas.
3. **CONFEÇÃO** — Preparação das refeições em área exclusiva e segura.
4. **DISTRIBUIÇÃO** — Empratamento e controlo de qualidade.
5. **LAVAGEM** — Lavagem de loiça e utensílios em área própria.

200 Refeições/Dia (Sopa, prato principal, pão e sobremesa)

20 Minutos (Tempo médio de confeção)

10 Funcionários (4 afetos à área de confeção)

Indicador de Rendimento e Mão de Obra

**Preço por Refeição** marcada antecipadamente: 5,8€

**Preço por Refeição** marcada no próprio dia: 6€

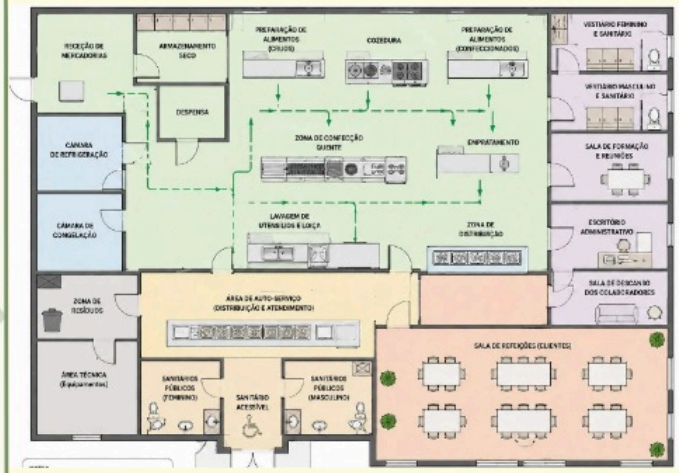
**Margem de Lucro**: 35%

Parte do lucro é revertida para a Associação Portuguesa de Celíacos

**Critérios de Avaliação de Fornecedores:**

- Qualidade e segurança alimentar;
- Rastreabilidade;
- Transporte e armazenamento;
- Certificação sem glúten;
- Cumprimento de prazos.

Questionário de Satisfação clientes




## CONCLUSÃO

A Celícantina demonstra a viabilidade de uma cantina 100% sem glúten, garantindo segurança alimentar, prevenção da contaminação cruzada e inclusão de pessoas celíacas. O modelo evidencia organização funcional, qualidade no serviço e capacidade operacional, apresentando-se como uma referência inovadora para a restauração coletiva em Portugal.

Associação Portuguesa de Celíacos. (2024). O que é a doença celíaca. https://www.celiacos.org.pt/o-que-e/
Lebwohl, B., Rubio-Tapia, A., Guandalini, S., et al. (2022). Celiac disease: epidemiology, pathophysiology, clinical manifestations, diagnosis, and treatment. Gastroenterology, 163(3), 746–759. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36040008/
MSD Manuals. (2023). Doença celíaca – Distúrbios gastrointestinais. https://www.msdmanuals.com/pt/profissional/dist%C3%BArbios-gastrointestinais/s%C3%ADndromes-de-m%C3%A1-absor%C3%A7%C3%A3o/doen%C3%A7a-celíaca
Direção-Geral da Saúde. (2023). Segurança alimentar e higiene dos alimentos. https://www.dgs.pt/
Associação da Hotelaria, Restauração e Similares de Portugal. (2021). Código de boas práticas de higiene e segurança alimentar para a restauração e bebidas. https://ahresp.com/
Regulamento (CE) n.º 178/2002. (2024). EUR-Lex. https://eur-lex.europa.eu/legal-content/pt/TXT/?uri=CELEX:32002R0178

Cofinanciado pela União Europeia

Ref.: B-28