

Enfermedad Celiaca

La enfermedad celiaca es una condición del sistema inmunitario en la que las personas no pueden consumir gluten porque daña su intestino delgado. El gluten es una proteína presente en el trigo, cebada y centeno. También puede encontrarse en vitaminas, suplementos, productos para el cabello y la piel, pasta de dientes y bálsamos labiales.¹

La enfermedad celiaca es diferente a la sensibilidad al gluten o intolerancia al trigo. Si usted tiene sensibilidad al gluten puede tener síntomas similares a los de la enfermedad celiaca, como dolor abdominal y fatiga. A diferencia de la enfermedad celiaca, la sensibilidad al gluten no causa daños en el intestino delgado.²

También debe diferenciarse la enfermedad celiaca de la alergia al trigo. En ambos casos, el sistema inmunológico del cuerpo reacciona al trigo, sin embargo, algunos de los síntomas de la alergia al trigo, como picazón en los ojos o dificultad para respirar, son diferentes de los de la enfermedad celiaca. Las alergias al trigo tampoco causan daños a largo plazo en el intestino delgado.²

La prevalencia estimada en los europeos y sus descendientes es del 1%, siendo más frecuente en las mujeres con una proporción 2:1.³



Sintomatología

Los síntomas más frecuentes son: ¹⁻³



Hinchazón, o una sensación de plenitud o inflamación en el abdomen.



Estreñimiento



Diarrea crónica



Dolor de estómago.



Gases.



Náuseas.



Vómitos.

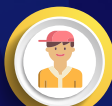


Heces grasosas, con mal olor que flotan

Para los niños celiacos, la incapacidad de absorber los nutrientes puede ocasionar: ²



Daños en el esmalte de los dientes permanentes.



Pubertad tardía



Retraso en el desarrollo de los bebés.



Cambios de humor o sensación de molestia o inquietud



Retraso en el crecimiento y baja estatura.



Pérdida de peso.

Sin embargo, tanto en el niño como en el adulto, los síntomas pueden ser atípicos o estar ausentes, dificultando el diagnóstico: ³



Diagnóstico de la enfermedad celiaca

Mediante un examen clínico cuidadoso y una analítica de sangre, que incluya los marcadores serológicos de enfermedad celiaca, se establece el diagnóstico de sospecha de la enfermedad. Para el diagnóstico de certeza de la enfermedad celiaca es imprescindible realizar una biopsia intestinal. Dicha biopsia consiste en la extracción de una muestra de tejido del intestino delgado superior para ver si está o no dañado. Para realizar esta prueba es necesario que no se haya retirado el gluten de la dieta. ^{2,3}



Tratamiento de la enfermedad

El tratamiento de la Enfermedad Celiaca consiste en el seguimiento de una dieta estricta sin gluten durante toda la vida. El gluten carece de valor nutricional.³ Los síntomas mejoran en gran medida en la mayoría de las personas con enfermedad celiaca que mantienen una dieta libre de gluten.² No debe iniciarse una dieta sin gluten antes de tener el diagnóstico de un especialista, ya que dificultaría el ya de por sí diagnóstico de la enfermedad. La ingestión de pequeñas cantidades de gluten o trazas puede producir la lesión de las vellosidades intestinales, no siendo necesaria la aparición de síntomas clínicos.³



Recomendaciones

Si tiene la enfermedad celiaca: ¹⁻³



Debe evitar todos los productos que contienen gluten, como la mayoría de los cereales, granos, pasta y muchos alimentos procesados. Asegúrese de siempre leer cuidadosamente los ingredientes de los alimentos para garantizar que lo que quiere consumir no contenga gluten.

Es recomendable consumir productos naturales ya que los productos manufacturados tienen un mayor riesgo de estar contaminados o contener trazas.



No se recomienda consumir productos a granel o elaborados artesanalmente ya que ha podido producirse algún tipo de contaminación cruzada.



Se debe de extremar la precaución en la manipulación de alimentos en bares, restaurantes, y comedores. Ejemplo de ello sería el uso de aceites compartidos para productos con y sin gluten o si un plato de legumbre con embutido con gluten no podría ser ofrecido a una persona celiaca, aun quitando el embutido.



Medicamentos: Los laboratorios farmacéuticos están obligados a declarar en el prospecto de los medicamentos, si el gluten está presente como excipiente.



Al hacer compras y comer fuera recuerde:

- Leer las etiquetas de los alimentos, especialmente alimentos en conserva, congelados y alimentos procesados, para descartar que contengan gluten.
- Identificar los alimentos etiquetados "libres de gluten".
- Preguntar a los meseros y chefs de restaurantes cómo preparan los alimentos y qué contienen.
- Preguntar si hay disponible un menú libre de gluten.
- Preguntar al anfitrión de una cena o fiesta acerca de las opciones libres de gluten antes de asistir a una reunión social.

Consulte con un nutricionista profesional o un profesional de la salud especializado en la enfermedad celiaca sobre la elección de alimentos libres de gluten.

REFERENCIAS:

1) MedlinePlus Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos. Enfermedad Celiaca. <https://medlineplus.gov/spanish/celiacdisease.html>, 2) National Institute of Diabetes, Digestive and Kidney Diseases. Enfermedad Celiaca. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/enfermedad-es-digestivas/enfermedad-celiaca/sintomas-causas>, 3) Federación de Asociaciones de Celiacos de España. Enfermedad Celiaca. <https://www.celiacos.org/enfermedad-celiaca/ique-es-la-enfermedad-celiaca.html>



Hable con nosotros

<https://callto.eurofarma.com.br:5001/callus>

cliente.gt@eurofarma.com

eurofarma
tu vida mueve la nuestra



**LIBRE DE
GLUTEN**

eurofarma
tu vida mueve la nuestra

Enfermedad Celiaca



**Línea Salud
Digestiva**

eurofarma
tu vida mueve la nuestra