

Enfermedad celíaca

¿Sabía usted que el único tratamiento es una dieta sin gluten de por vida?



Qué es la enfermedad celíaca

La enfermedad celíaca es una intolerancia al gluten que contienen algunos alimentos. Esta intolerancia hace que se produzca una atrofia de la superficie del intestino delgado, disminuyendo su capacidad para absorber los nutrientes.

La causa de la enfermedad celíaca no es bien conocida, pero sí se sabe que ocurre en personas predispuestas genéticamente y que la intolerancia es de por vida. Por este motivo, cuando se diagnostica un caso de enfermedad celíaca, es recomendable estudiar a toda la familia para identificar otros familiares que pudieran estar afectados.

Cuáles son los síntomas

La enfermedad celíaca se diagnostica habitualmente en niños, aunque cada vez es más frecuente hacerlo en adultos.

Los síntomas que ocasiona la enfermedad son muy variables, desde ninguno, hasta formas graves con desnutrición y déficit de vitaminas. Afortunadamente, esto último es bastante infrecuente.

El síntoma más frecuente de la enfermedad celíaca es la diarrea mantenida, con heces blandas abundantes.

Actualmente es cada vez más común diagnosticar la enfermedad celíaca en personas que no tienen ningún síntoma o síntomas muy ligeros, iniciándose la sospecha a raíz de un déficit de hierro mantenido.

Cómo se diagnostica

Una vez que se tiene sospecha de que pueda existir una enfermedad celíaca, se deben hacer unos análisis de sangre especiales para detectar determinados anticuerpos que son habituales en la enfermedad celíaca. Si son positivos, el grado de sospecha de la enfermedad aumenta notablemente.

No obstante, el diagnóstico definitivo se obtiene mediante el estudio de una muestra de biopsia intestinal, que se consigue haciendo una endoscopia. En muchos casos será necesario hacer una segunda biopsia después de una dieta libre en gluten para confirmar que se han recuperado las lesiones.

En la enfermedad celíaca es muy importante tener un diagnóstico seguro, puesto que se trata de una enfermedad para toda la vida y que conlleva un cambio alimentario muy importante.

Cuál es el tratamiento

El tratamiento de la enfermedad celíaca consiste en llevar una dieta sin gluten. El gluten es un componente del trigo, aunque en la enfermedad celíaca también suele haber intolerancia a componentes de otros cereales. Esto, aunque pueda parecer sencillo, es realmente complicado, ya que significa que los pacientes con enfermedad celíaca no pueden tomar ningún alimento o comida cocinada que contenga productos derivados de cereales (pan, galletas, harinas, pasta...). Esto requiere un enorme esfuerzo por parte del paciente pero, además, puesto que muchos son niños, un gran esfuerzo y colaboración por parte de la familia. De hecho, ante el apoyo y colaboración que se requiere, existen asociaciones de enfermos celíacos en muchas ciudades y a lo largo de todo el mundo, siendo muy recomendable contactar con ellos si se diagnostica una enfermedad celíaca.

Junto a la dieta sin gluten, hay que controlar que se aporten adecuadamente todos los nutrientes y vitaminas.

¿Se puede llevar una vida normal con una enfermedad celíaca?

Cuando se ha diagnosticado correctamente la enfermedad celíaca y se sigue adecuadamente la dieta sin gluten, los pacientes tienen una esperanza de vida igual a la de la población general.

No tienen ninguna limitación a la hora de realizar actividades y –salvo por la limitación en la dieta– los pacientes pueden llevar una vida completamente normal.

Deben, sin embargo, acudir al médico regularmente para controlar que todo va bien y no hay ningún tipo de déficit nutricional. Si se sigue correctamente la dieta, las complicaciones de la enfermedad celíaca son raras.





Enfermedad celíaca



FEAD
FUNDACIÓN ESPAÑOLA
DEL APARATO DIGESTIVO

Francisco Silvela 69, 2º C
28028 Madrid
Tel.: 914 021 353
Fax: 914 027 691
fundacion@saludigestivo.es

www.saludigestivo.es

Avala:



SEPD
SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE PATOLOGÍA DIGESTIVA

Recomendaciones

- 1 La enfermedad celíaca es una intolerancia al gluten, que es un componente del trigo.
- 2 Existe una predisposición genética para padecerla, por lo que es recomendable estudiar a los familiares.
- 3 La enfermedad es para toda la vida.
- 4 Aunque el síntoma más frecuente es la diarrea, existen muchos pacientes sin síntomas o con síntomas muy leves.
- 5 Para diagnosticar la enfermedad de forma definitiva es necesario hacer una biopsia de intestino.
- 6 El tratamiento de la enfermedad celíaca es una dieta sin gluten para toda la vida.
- 7 Excepto por la dieta, los pacientes con enfermedad celíaca pueden hacer una vida normal.
- 8 Cuando se sigue bien la dieta, los pacientes con enfermedad celíaca tienen una expectativa de vida igual a las demás personas.
- 9 Si sufre una enfermedad celíaca debe acudir periódicamente a su médico para comprobar que todo discurre bien.
- 10 Póngase en contacto con la asociación de enfermos celíacos de su ciudad o la ciudad más cercana. Seguro que le resultará de utilidad.