

infosalus / **nutrición**

Una de cada cien personas sufre celiaquía en España, según experta



Archivo - Gluten, pan, miga, rebanadas, intolerancia
- GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO / WOJCIECH KOZIELCZYK

Infosalus



 Newsletter

Publicado: viernes, 3 mayo 2024 15:54

@infosalus_com

MADRID 3 May. (EUROPA PRESS) -

La enfermedad celíaca afecta a una de cada cien personas en España, según explica la responsable del Comité de Redes Sociales de la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEA) 

Con motivo del Día Internacional del Celíaco, celebrado el 5 de mayo, la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) busca concienciar sobre esta enfermedad incidiendo en identificar sus síntomas, no siempre presentes, así como su diagnóstico y tratamiento.

En este sentido, la enfermedad celíaca es una patología que afecta a los individuos predispuestos genéticamente. En ellos, el gluten presente en ciertas harinas desencadena una reacción inmunológica alterada que daña la mucosa del intestino delgado, causando la malabsorción de nutrientes.

Entre los síntomas de esta enfermedad, la experta señala que pueden ser inespecíficos, siendo variables e, incluso, a veces inexistentes. Los síntomas más comunes son distensión abdominal, dolor abdominal, retraso del crecimiento en el caso de los niños y, el más común, diarrea crónica. También "puede haber síntomas atípicos, como una depresión o irritabilidad y cambios en el comportamiento", apunta la doctora.

En otros casos, en las personas que no presentan síntomas claros y evidentes, sí pueden presentar un déficit de vitaminas y minerales, "entre los que la anemia ferropénica es el más común", junto con "problemas relacionados con la absorción de calcio" y, en los casos más graves, "puede haber una alteración del perfil hepático, incluso", concluye la doctora Tejedor.

Te puede gustar

Enlaces Promovidos por Taboola

El carpetazo del caso Epstein enfurece a las bases del movimiento MAGA de un Trump a la defensiva

Europa Press

Alarma antioocupación arrasa en Collado Villalba, no vas a creer su precio

Securitas Direct Alarma

Todo ello hace que sus síntomas sean confundibles y puedan solaparse con otras patologías entre las que se encuentran, por ejemplo, el Síndrome del Intestino Irritable (SII) o la Enfermedad Inflamatoria Intestinal (EII).

DIAGNÓSTICO "SENCILLO"

El diagnóstico de la enfermedad celíaca es "relativamente sencillo" ya que, en un primer momento, se basa en la realización de una prueba serológica de anticuerpos anti transglutaminasa. Además, cabe resaltar que "estas pruebas presentan una tasa de sensibilidad y especificidad del 98 por ciento", afirma la doctora.

Por lo que, en caso de resultar negativa, se puede "descartar padecer la enfermedad", y no se suelen realizar más pruebas ya que "no es lo habitual dar negativo en el test serológico y positivo en enfermedad celíaca en otras pruebas". No obstante, "siempre dependerá de las



Por el contrario, si la prueba serológica es positiva, se realizan más pruebas para su confirmación, "como es el caso de la biopsia intestinal", aunque con la prueba serológica ya se obtiene "una primera información muy fiable".

EL ÚNICO TRATAMIENTO: LA DIETA

"El único tratamiento definitivo para la enfermedad celíaca es la dieta estricta exenta de gluten de por vida", apunta la doctora Marta Tejedor. Además, aparte de esto, "es importante equilibrar la dieta con todos esos alimentos de por sí exentos de gluten como la verdura, frutas, carnes, etc."

"En el caso de alimentos procesados debemos fijarnos siempre en que el envoltorio lleve el símbolo de la espiga barrada" ya que son los alimentos sin gluten certificados por la Federación de Asociaciones de Celíacos de España (FACE).

En este sentido, recuerda que se debe "tener cuidado con la contaminación cruzada" y no compartir utensilios como la tostadora o las sartenes que se hayan utilizado para cocinar productos con gluten, siempre lavar los utensilios de cocina y almacenar los productos libres de gluten separados del resto.

Tanto la adherencia a la dieta como el cuidado con la contaminación cruzada "son muy importantes porque no hacer esto bien a largo plazo puede llevar a inflamaciones mantenidas del intestino y provocar consecuencias muy negativas".

