

¿ERES CELÍAC@ SIN SABERLO? ASÍ PUEDES AVERIGUARLO

LA MAYOR PARTE DE QUIENES SUFREN CELIAQUÍA PERMANECEN SIN DIAGNOSTICAR. LOS MÉDICOS EXPLICAN CUÁLES SON LOS PRINCIPALES INDICIOS DE QUE UNA PERSONA PODRÍA ESTAR PADECIENDO SIN SABERLO, ESTA ENFERMEDAD DIGESTIVA QUE SE DEBE A LA INTOLERANCIA A UNA PROTEÍNA PRESENTE EN LOS CEREALES Y DENOMINADA GLUTEN.

Pablo Gutman.
 EFE - Reportajes

La enfermedad celiaca (EC) o celiacía es una enfermedad digestiva, en la que el sistema inmunitario de defensa del propio organismo ataca por error a los tejidos intestinales sanos, alterando la absorción de las vitaminas, minerales, carbohidratos, grasas y proteínas, que contienen los alimentos que se ingieren. Esta dolencia daña el intestino delgado, cuya función consiste en continuar el proceso de la digestión de los alimentos que vienen

del estómago, y absorber los nutrientes y el agua para aprovecharlos y utilizarlos en el cuerpo. Los pacientes celiacos no toleran una proteína llamada gluten, que se encuentra en los cereales (trigo, avena, cebada, centeno), y cuando toman alimentos que la contienen, su sistema inmunitario responde y se produce el daño en la mucosa intestinal, según explican desde la Clínica Universidad de Navarra (CUN).

La alteración de la absorción de los alimentos conlleva malnutrición, aunque se mantenga una inges-

ta adecuada, y dado que en la celiacía existe un componente genético, esta enfermedad es más frecuente en determinadas familias, puntualiza la CUN (www.cun.es).

TRES DE CADA CUATRO CELÍACOS SIN DIAGNOSTICAR.

Alrededor del 75 por ciento de los afectados por esta enfermedad, más frecuente en las mujeres y que también puede afectar a los niños, permanecen sin diagnosticar, señalan desde la aseguradora médica privada Nara Seguros, NS, (www.naradigital.es), citando datos de la Federación de Asociaciones de Celiacos de España, FACE (<https://celiacos.org>).

Este alto porcentaje de personas sin diagnosticar se debe, en su mayor parte, a que durante años la celiacía se ha relacionado solo con su forma clínica clásica de manifestarse, pero el reconocimiento de otras formas atípicas, en las que el paciente tiene pocos o ningún síntoma, junto con la mayor y mejor utilización de las pruebas complementarias disponibles, ha desvelado que existen diferentes tipos de EC, según la FACE.

El gluten es una combinación de proteínas, principalmente glutenina y gliadina, que se



Comezón, síntoma de dermatitis herpetiforme.

encuentra en la semilla de muchos cereales como trigo, avena, cebada o centeno, según NS.

Esta sustancia está presente en los alimentos que contienen cereales, como la pasta, la pizza, los panes, la pastelería, los productos rebozados con harina y los preparados empanados, entre otros.

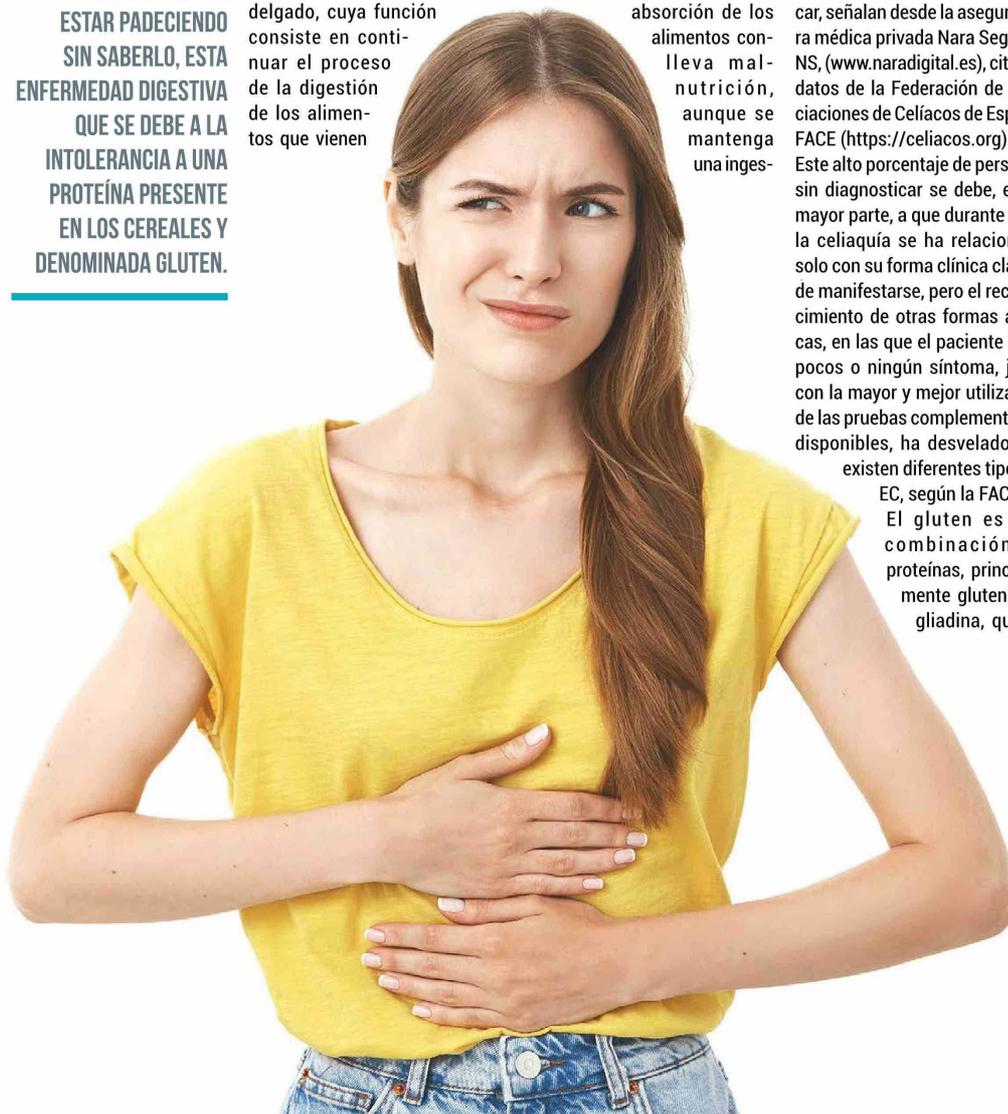
Cuando un individuo con celiacía consume gluten, en su organismo se desencadena una reacción inmunológica, que daña las microvellosidades que revisten el intestino delgado, impidiendo que efectúe de manera adecuada su función de absorber los nutrientes, según puntualizan.

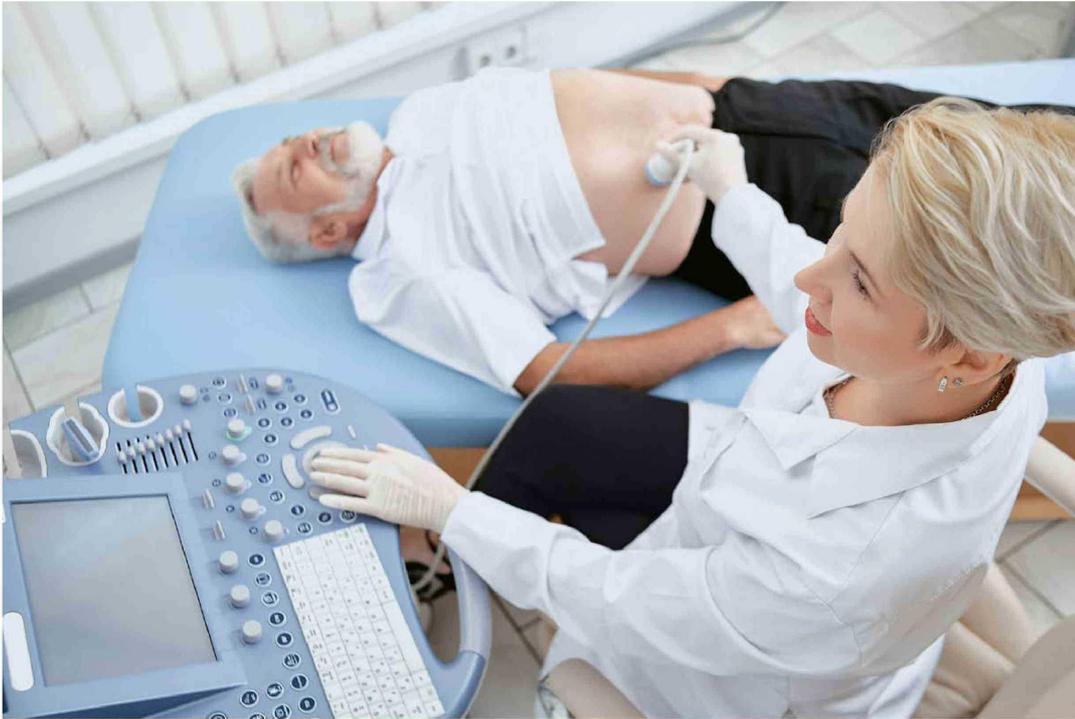
Aunque no hay tratamiento que cure esta dolencia, una dieta estricta sin gluten puede ayudar a controlarla, permitiendo que se regeneren las microvellosidades intestinales y se reduzcan la inflamación abdominal y los síntomas asociados, según NS.

UNA ENFERMEDAD CON SÍNTOMAS MUY VARIADOS.

Los síntomas de la celiacía, tanto en la infancia como en la edad adulta, son variados, no aparecen necesariamente todos a la vez, pueden no tener relación con el aparato digestivo, e incluso puede haber ausencia de síntomas, dificultando así el diagnóstico de esta dolencia,

continúa





CONOCER LOS SÍNTOMAS DE LA CELIAQUÍA Y ACUDIR AL MÉDICO SI SE PRESENTAN, PERMITIRÁ EFECTUAR UN DIAGNÓSTICO A TIEMPO PARA EVITAR QUE SURJAN DOLENCIAS ASOCIADAS COMO DIABETES 1, ALOPECIA AREATA, TRASTORNOS TIRÓIDEOS Y HEPÁTICOS O INTOLERANCIAS A LA LACTOSA O LA FRUCTOSA, SEGÚN LOS ESPECIALISTAS DE LA ASEGURADORA MÉDICA NARA.

según los especialistas de esta firma.

Algunos de los principales síntomas son: náuseas, pérdida de peso, vómitos, diarreas, hinchazón llamativa del abdomen, retraso del crecimiento, anemia, depresión y estreñimiento, añaden.

"Quienes experimentan síntomas gastrointestinales pueden preguntar si podrían ser celíacos. En ese caso, es importante consultar con un médico para obtener un diagnóstico adecuado y recibir asesoramiento sobre el correcto manejo de la enfermedad", señalan desde la aseguradora médica Nara.

Un estudio analítico de anticuerpos, una biopsia intestinal y un seguimiento de una dieta sin gluten durante al menos seis meses permitirán la confirmación final de dicha patología, destacan.

"Probablemente el único signo patognomónico (característico de forma exclusiva) de la enfermedad celíaca, sea la dermatitis herpetiforme", explica a EFE Pablo Caballero, farmacéutico del área de divulgación científica del Consejo General Colegios Farmacéuticos (www.farmacéu-



ticos.com), de España.

"La dermatitis herpetiforme se presenta generalmente en pacientes jóvenes, pero es rara en los niños y es más común en mujeres que en varones", según este farmacéutico.

Explica que "esta enfermedad se manifiesta como una erupción cutánea con intenso picor que puede confundirse con dermatitis atópica y afecta sobre todo a los codos, las rodillas, los hombros, el cuello y el tronco, y más raramente puede presentarse también en la mucosa oral y genital".

"Si un paciente presenta esta manifestación, se puede confirmar el diagnóstico de sensibilidad al gluten, aunque esto no

significa que todos los pacientes con sensibilidad al gluten tengan este síntoma, ya que se calcula que solo entre el 10% y el 20% de los celíacos desarrollan dermatitis herpetiforme", explica Caballero.

Aunque para tratar esta enfermedad se puede utilizar el antibiótico Dapsona, su resolución se produce al eliminar por completo el gluten de la dieta, apunta Caballero.

"No todos los celíacos tienen los mismos síntomas, ni con la misma intensidad. Cuando un paciente diagnosticado no refiere síntomas es posible que el daño a la mucosa gastrointestinal no haya llegado a ser suficientemente grande como

para generar la sintomatología clásica: heces grasosas, dolor abdominal, flatulencia o pérdida de peso", señala.

También es habitual que haya síntomas de baja intensidad, que desaparecen cuando se sigue una dieta sin gluten y que los denominados pacientes asintomáticos reconocen que les pasaban más o menos desapercibidos, como flatulencias, malestar estomacal leve o heces poco consistentes, según Caballero.

"Aunque apenas haya síntomas el diagnóstico es importante, pues uno de los principales riesgos de la celiaquía no controlada es que el daño en la mucosa gastrointestinal incrementa el riesgo de malignización, es decir, que produzca un mayor riesgo de desarrollar cáncer", según este farmacéutico.

Además, "en ausencia de síntomas puede haber problemas de mala absorción intestinal que pueden ocasionar déficits nutricionales" concluye.

