

MANEJO DE LA ENFERMEDAD CELÍACA

¿Qué Es la Enfermedad Celíaca?

La enfermedad celíaca es una alergia a los alimentos la cual impide que el cuerpo use ciertos nutrientes. La alergia es a una sustancia (proteína) llamada gluten. El gluten se encuentra en muchos cereales, como el trigo, el centeno, la avena, y la cebada. La alergia afecta principalmente al intestino delgado, el cual es el sitio donde los alimentos pasan después de salir del estómago.

Usualmente se presenta primero en los bebés cuando comienzan a consumir alimentos que contienen gluten. La enfermedad celíaca es más común en los descendientes de personas de Europa del este. A menudo se presenta en miembros de la misma familia.

La enfermedad celíaca no tiene cura pero puede ser controlada con una dieta libre de gluten.

La enfermedad celíaca es también conocida como la esprue celíaca, esprue no tropical y enteropatía sensible al gluten.

¿Cuál Es la Causa de la Enfermedad Celíaca?

Una reacción alérgica al gluten causa la enfermedad celíaca. Autoanticuerpos son anticuerpos que se dirigen anormalmente contra el cuerpo debido a un mal funcionamiento del sistema inmune. La sangre de los pacientes con CD puede contener varios autoanticuerpos. El intestino delgado no puede absorber ciertos nutrientes.

¿Cuáles Son los Síntomas de la Enfermedad Celíaca?

Los síntomas abarcan diarrea, con heces color crema o grises que pueden ser muy aguadas o parcialmente sólidas, a menudo huelen mal, y tienen una apariencia grasosa o espumosa; pérdida de peso; falta de crecimiento y desarrollo (en bebés y niños); flatulencia frecuente; hinchazón del

abdomen (vientre) o dolor abdominal; úlceras en la boca; cansancio, o debilidad, palidez; erupción; y calambres musculares. Muchos adultos con EC tienen menos síntomas que los niños, y el diagnóstico es a menudo sugerido por los análisis de sangre que muestran anemia inexplicable (recuento bajo de glóbulos rojos). Otra manifestación de la enfermedad celíaca es una erupción cutánea con picor conocida como dermatitis herpetiforme. Ocurre en hasta un 25% de las personas con EC y se encuentra generalmente en los codos, las rodillas y las nalgas.

¿Cómo Se Diagnostica la Enfermedad Celíaca?

El médico hace pruebas de sangre para buscar la falta de nutrientes y para buscar las enzimas y anticuerpos producidos como respuesta al gluten.

Es posible que el médico realice además otras pruebas (como una endoscopia) para buscar daños en el tracto digestivo causados por la alergia. En la endoscopia, un tubo delgado y flexible que tiene una cámara en un extremo es introducido a través de la garganta y el estómago hasta el intestino delgado. El médico entonces remueve una porción de tejido para estudiarla bajo el microscopio (biopsia). En una prueba más nueva, la cápsula endoscópica, una cámara pequeña en una pastilla que se traga puede mostrar el interior de los intestinos.

Es posible que el médico realice también rayos-x (series del intestino delgado), las cuales son tomadas después de tomar un líquido calcáreo blanquecino (bario).

¿Cuál Es el Tratamiento para la Enfermedad Celíaca?

El tratamiento principal es consumir una dieta especial para evitar alimentos que contengan gluten, los cuales son los cereales, particularmente el trigo, la cebada, y el centeno. El arroz, la papa, el trigo sarraceno, y la soja son seguros para comer.

Los suplementos alimenticios para ayudar a aumentar los niveles bajos de nutrientes y las medicinas para controlar la alergia pueden también ser necesarios.

Qué **DEBE** y **NO DEBE** Hacer para Manejar la Enfermedad Celíaca

- ✓ **DEBE** buscar la ayuda de un dietista o un nutricionista para planear la dieta.
- ✓ **DEBE** llevar una dieta libre de gluten diariamente. Permanezca en la dieta, incluso cuando se sienta mejor.
- ✓ **DEBE** tomar los suplementos alimenticios recetados o recomendados.
- ✓ **DEBE** buscar un grupo de apoyo si está interesado en aprender de otros que tienen la enfermedad celíaca.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si los síntomas no mejoran después de 3 semanas de estar consumiendo la dieta nueva.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si presenta fiebre.
- ⊗ **NO DEBE** comer ningún alimento que contenga la más mínima cantidad de gluten.
- ⊗ **NO DEBE** comer o beber productos derivados de la leche hasta que el médico o el dietista los aprueben.

DEL ESCRITORIO DE

NOTAS

PARA MAYOR INFORMACIÓN

Visite las siguientes paginas web:

- Celiac Disease Foundation: Tel: (818) 990-2354; Website: <http://www.celiac.org>
- Celiac Sprue Association (CSA)/USA: Tel: (877) CSA-4-CSA (272-4272); Website: <http://www.csaceliacs.org>

Copyright © 2021 by Elsevier, Inc.