

ABC

Sociedad

¿Cómo sé si soy celíaco?

c. garrido, CGarrido_ABC,EMontanes_ABC,RCaÑizares_ABC

538 words

27 May 2012

ABC

ABC

18

Spanish

© 2012 ABC

La intolerancia al gluten, que afecta a más de 800.000 personas en España, no siempre se manifiesta con los mismos síntomas

¿Te imaginas no poder tomar nunca pan, bollos, tartas, galletas, pasta, cerveza o cualquier otro alimento que contenga gluten? Pues así es la dieta de una persona que convive con la celiaquía, una enfermedad que en España afecta a más de 800.000 personas. Aunque muchos piensan que sólo se manifiesta en niños, puede aparecer en cualquier momento de la vida. «Cada vez estamos diagnosticando a más adultos», destaca el doctor Manuel Rodríguez-Téllez, médico adjunto del Hospital Virgen Macarena de Sevilla y miembro de la **Sociedad Española de Patología Digestiva** (SEPD).

Sin embargo, existe un alto porcentaje de pacientes que no saben que son celíacos porque la enfermedad no siempre se manifiesta con los mismos síntomas. Además, la reacción adversa por el consumo de gluten no se produce de manera inmediata, como en el caso de las alergias alimentarias, por lo que no resulta tan fácil establecer la relación causa-efecto.

«Sólo el 10% de los celíacos presenta un cuadro clínico clásico, con síntomas como diarrea crónica, vómitos, falta de apetito o distensión abdominal», explica la doctora Isabel Polanco, jefa del Servicio de Gastroenterología y Nutrición Pediátrica del Hospital Universitario La Paz. En el resto pueden aparecer otras señales como dolores óseos y articulares, infertilidad o síndrome de intestino irritable, o incluso no presentar ningún síntoma.

Otras manifestaciones que también se asocian a la enfermedad, según indica a ABC.es el doctor Rodríguez-Téllez, son el estreñimiento, la anemia, la hinchazón abdominal sin causa aparente, las tasaminasas altas, alteraciones tiroideas, abortos, retraso de crecimiento en niños, o la presencia de dermatitis herpetiforme, entre otras.

Celíaco no se nace

Hay que tener claro que no se nace celíaco, sino con una predisposición genética a serlo «Hasta un 20% de la población tiene los genes de la celiaquía y no la desarrollan», señala el doctor Rodríguez-Téllez. Es esta herencia familiar, sumada al consumo de gluten, la que puede desencadenar la enfermedad en cualquier etapa de la vida. Algunos factores que pueden influir en su aparición son la ausencia de lactancia materna, la edad de la introducción del gluten o la presencia de infecciones gastrointestinales como la infección por rotavirus.

«Una lactancia materna lo más prolongada posible, la introducción de gluten no antes de los 4 meses ni después de los 7 y evitar infecciones gastrointestinales de tipo viral son factores que pueden hacer que disminuya el riesgo de expresar la enfermedad en aquellos individuos predispuestos», afirma la doctora Polanco.

En ningún caso debes abandonar el gluten, aunque tengas sospechas de ser celíaco, antes de someterte a unas pruebas médicas que lo determinen con seguridad. Primero se realizan análisis de sangre para determinar la presencia del anticuerpo antitransglutaminasa, pero, si todavía quedan dudas, la biopsia intestinal es la prueba definitiva.

Un diagnóstico positivo supone el abandono del gluten de por vida. «Se puede vivir sin gluten. No causa estadios carenciales», asegura el doctor, pero sí que limita la dieta del paciente, que encuentra problemas para seguirla, especialmente, cuando come fuera de casa.

Document ABC0000020120527e85r0000m