

Paula Gómez aprendió a vivir con una molestia constante en el estómago, bajadas de tensión y cansancio desde siempre porque hasta que a su hija mayor no le diagnosticaron celiacía no des-

cribió que ella también tenía intolerancia al gluten. Este diagnóstico cambió de forma radical la dieta de la familia y también su calidad de vida y la de sus hijas, ya que la menor también es celiaca.

Siete años después y con dos miembros más en casa, la de Paula es una familia cien por cien libre de gluten, ya todos consumen alimentos que no contienen esta proteína.

Una familia cien por cien libre de gluten

Paula Gómez es madre de dos niñas celiacas y está a la espera de conocer los resultados de las pruebas de uno de sus hijos ▶ Ella misma fue diagnosticada hace siete años

ÁGATHA DE SANTOS ■ Vigo

La enfermedad celiaca afecta a un 1 por ciento de la población española –cerca de 450.000 personas–, aunque su prevalencia podría ser mucho mayor, ya que los datos iniciales de un estudio que está desarrollando la Sociedad Española de Patología Digestiva (SEPD) revelan que el 75% de los casos están sin diagnosticar. Con motivo del Día Nacional de la Celiacía que se celebra el próximo lunes, la SEPD advierte de que los familiares de primer grado de los pacientes celiacos son un grupo de alto riesgo y que hasta un 10% pueden presentar datos clínicos y analítico de esta enfermedad autoinmune que se caracteriza por una inflamación crónica de la parte próxima al intestino delgado causada por la exposición al gluten, proteína presente en algunos cereales de la dieta, como el trigo, la cebada y el centeno.

Paula Gómez, madre de dos niñas celiacas, es un ejemplo de ese porcentaje de familiares de alto riesgo y hasta hace siete años, estaba sin diagnosticar. Desde que era pequeña, esta viguesa, que ahora tiene 41 años, sufría constantes molestias en el estómago, que a veces cursaba en dolor, cansancio constante, cambios en el carácter e incluso desmayos, aunque no hasta a que su hija Laura le diagnosticaron celiacía con 8 años cuando comenzó a relacionar sus síntomas con la intolerancia al gluten. “Me di cuenta de que muchos de los síntomas que presentaba Laura



Paula Gómez, con sus hijas Carolina, de 12 años, y Laura, de 15, las tres celiacas. // Marta G. Brea

los tenía yo, y la propia pediatra me dijo que debía hacerme las pruebas porque tenía muchas posibilidades de ser celiaca, como así es”, explica. Después, que su hija Carolina fuera diagnosticada también de celiacía con 6 años no le sorprendió, como tampoco espera que los resultados de las pruebas de Rubén, de 6 años, sean negativas.

“No tiene síntomas porque no sabe qué es un producto con gluten, pero las niñas tuvieron muchos problemas. Laura comenzaba a tener un retraso de hueso de dos años y un pelo finísimo que no le crecía. Hoy tiene un desarrollo óseo normal y un cabe-

llo que no tiene nada que ver”, dice.

Sostiene que desde que se le diagnosticó la enfermedad su calidad de vida ha mejorado considerablemente. “Aunque cuando no sabía que tenía intolerancia al gluten ya no comía muchas cosas porque me sentaban mal, siempre terminaba comiendo algo que lo tuviera, por lo que siempre tenía esa molestia y había días que me encontraba sin fuerzas.

Fue cambiar de dieta y desaparecer todos los síntomas”, recuerda. Las niñas también dejaron de tener vómitos constantes y el vientre hinchado, mientras

que sus hermanos pequeños, Rubén y Hugo, de 4 años, no saben cuáles son los síntomas de la intolerancia al gluten, ya que desde que Laura fue diagnosticada de celiacía, la familia al completo sigue una dieta sin gluten, aunque su marido pueda saltársela. “El único tratamiento que tenemos es la dieta, es decir, no comer alimentos que contengan o hayan estado expuestos al gluten”, afirma esta viguesa, que asegura que el problema de seguir la pauta alimentaria está cuando la familia decide comer fuera de casa. “Hay muy poco conocimiento de esta enfermedad”, se lamenta.

ISABEL CAPDEVILA
■ Directora de ACEGA

“La cesta de la compra aún nos cuesta 1.600 euros más al año”

Isabel Capdevila, directora de la Asociación de Celiacos de Galicia (ACEGA), asegura que aunque hoy la variedad de productos sin gluten es mucho mayor que hace apenas cinco años, la cesta de la compra continúa siendo más cara para una familia



con un enfermo celiaco que para el resto. “La cesta de la compra aún nos cuesta 1.600 euros más al año por el elevado precio que tienen estos productos”, afirma Capdevila, que reclama la vigilancia del cumplimiento del reglamento europeo sobre el etiquetado de los productos sin gluten, que son el único tratamiento para estos enfermos.

Con motivo del Día Nacional del Celiaco, esta asociación celebra hoy una comida de confraternidad en Santiago y diferentes actos en las principales ciudades de Galicia para informar y sensibilizar a la población sobre esta enfermedad y exponer sus reivindicaciones, entre ellas, la implantación de un protocolo de diagnóstico precoz para reducir el tiempo en el mismo, que está en tres años, y mejorar la calidad de vida del paciente. Otra reivindicación es una mayor concienciación de la hostelería.