



# Los celíacos tendrían más riesgo de sufrir una patología cardiovascular

Un estudio apunta nuevos datos sobre esta correlación, pero la investigación todavía es incipiente y la comunidad científica pide prudencia. Los afectados tienen, además, otras comorbilidades conocidas

ELENA ALONSO

elena.alonso@correofarmacologico.com

Los celíacos, es decir, aquellos que sufren una intolerancia permanente al gluten del trigo, cebada, centeno y probablemente avena (un uno por ciento en España, aproximadamente), tendrían dos veces más de probabilidad a la hora de desarrollar una enfermedad arterial coronaria. Esta nueva investigación, desarrollada por la Clínica Cleveland (Estados Unidos) y pionera en sus conclusiones, fue presentada en la 63ª edición de la Sesión Científica Anual del Colegio Americano de Cardiología. De sus resultados también se ha hecho eco la Fundación Española de Cardiología.

Los investigadores obtuvieron los historiales médicos de 22,4 millones de pacientes entre enero de 1999 y septiembre de 2013. De éstos, a un total de 24.530 le fue diagnosticada celiacía. Éstos registraron una prevalencia alta de la enfermedad arterial coronaria en los celíacos (un 9,5 por ciento frente al 5,6 por ciento de los que estaban sanos). Paralelamente, los datos obtenidos entre los afectados más jóvenes fueron similares: 4,5 por ciento frente a un 2,4 por ciento.

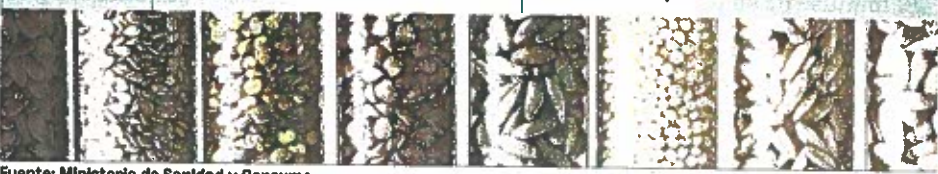
Federico Argüelles, experto de la Fundación Española del Aparato Digestivo del Hospital Virgen Macarena, de Sevilla, explica que "la relación entre la enfermedad celíaca y cardiopatía isquémica ya se había comunicado con anterioridad, aunque la evidencia científica sigue siendo escasa. En este caso se ha empleado un número de cohortes muy alto, pero también se debe tener en cuenta que es un estudio retrospectivo y no disponemos de todos los detalles ya que aún ni ha sido enteramente publicado".

Luis Rodrigo, catedrático de Medicina de la Universi-

## CLAVES PARA UN DIAGNÓSTICO DE LA CELIAQUÍA

Síntomas, signos y alteraciones analíticas que obligan a considerar el diagnóstico de enfermedad celíaca.

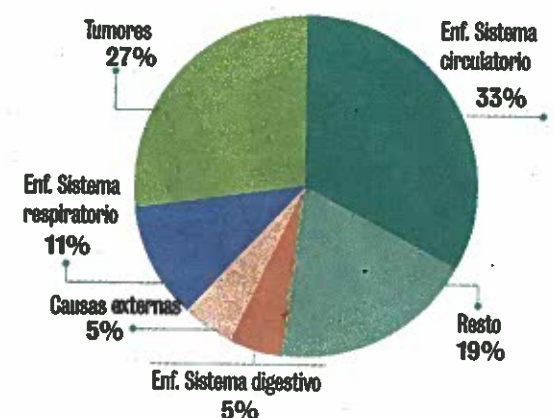
CLÍNICA	SÍNTOMAS	SIGNOS Y ALTERACIONES ANALÍTICAS
NIÑO PEQUEÑO	✓ Diarrea crónica, falta de apetito, vómitos, dolor abdominal recurrente, laxitud, irritabilidad, apatía, introversión, tristeza.	✓ Malnutrición, distensión abdominal, hipotrofia muscular, retraso pondero-estatural, anemia ferropénica, hipoproteinemia.
NIÑO MAYOR Y ADOLESCENTE	✓ Frecuentemente asintomáticos, anemia ferropénica, dolor abdominal, menarquía retrasada, irregularidades menstruales, cefalea, artralgias, hábito intestinal irregular.	✓ Anemia ferropénica, talla baja, aftas orales, hipoplasia del esmalte, distensión abdominal, debilidad muscular, artritis, osteopenia, queratosis foliular.
ADULTO	✓ Diarrea crónica, dispepsia, dolor abdominal recidivante, pérdida de peso, síntomas que simulan síndrome de intestino irritable, vómitos recidivantes sin causa aparente, estreñimiento, dolores óseos y articulares o historia de fracturas (ante traumatismos banales), parestasias, tetania, infertilidad, abortos recurrentes, irritabilidad, astenia, ansiedad, depresión, epilepsia, ataxia.	✓ Malnutrición con o sin pérdida de peso, edemas periféricos, talla baja, neuropatía periférica, miopatía proximal, anemia ferropénica sin explicación, hiposplenismo, osteopenia u osteoporosis (especialmente en el adulto joven), aftas bucales recidivantes, descenso de albúmina sérica, disminución del tiempo de protrombina, deficiencia de ácido fólico o vitamina B12 (no explicada), hipertransaminasemia inexplicada.



Fuente: Ministerio de Sanidad y Consumo.

## APARATO DIGESTIVO Y RIESGO CV

Porcentaje de la mortalidad proporcional de enfermedades cardiovasculares por todas las causas en ambos sexos. España (2004).



Fuente: Sociedad Española de Arteriosclerosis (SEA).

dad de Oviedo, se muestra más reticente: "Es muy difícil medir la enfermedad coronaria, además de que se tiene que precisar más: infarto, angina de pecho, etc."

Los científicos estadounidenses se sorprendieron

ante la fuerte relación celiacía-enfermedad coronaria entre los jóvenes.

Argüelles sugiere que "los eventos inmunológicos pueden jugar un papel mayor y adelantar la enfermedad cardiovascular". Algo

similar entiende Leandro Plaza, presidente de la Fundación Española de Corazón: "En los jóvenes la relación se ve más mucho más clara que en las personas de edad avanzada, que en muchos casos ya sufren otras patologías cardiovasculares".

## OTRAS COMORBILIDADES

La celiacía también se relaciona con otras patologías, como la diabetes tipo 1, la psoriasis, o el Síndrome de Down (12 por ciento). "De ser esto verdad me preocuparía mucho, porque si por ejemplo tenemos a un celíaco con diabetes tipo 1 se le suma este riesgo, ¿qué complicaciones añadidas podría tener?, se pregunta Luján Soler, responsable del Departamento de Nutrición de la Federación de Asociaciones de Celíacos de España.

La revista JAMA publica hace unos años una in-

vestigación que decía que los celíacos tenían, en general, un mayor riesgo de mortalidad. "Efectivamente parece existir una mayor mortalidad entre los pacientes celíacos, pero esto suele ser debido a otras comorbilidades", comenta Argüelles. "De todas formas -continúa-, hay que dejar muy claro que este mayor riesgo es muy levemente superior al de la población en general y que en ningún caso hay que alarmar a los celíacos".

Es sobradamente conocido que, debido a la intolerancia de los celíacos, éstos están obligados a cambiar y evitar ciertos productos en su dieta: las harinas de los cereales nombrados al principio, pastas italianas, bebidas malteadas, pastelería, etc. Últimamente está extendiéndose la costumbre de eliminar el gluten en la dieta de personas que sí son tolerantes. "Las harinas especiales para celíacos están mejor tratadas que las convencionales, por lo que incluso son más recomendables", asegura Luis Rodrigo. Una opinión que difiere de otros expertos del sector, como Plaza, que considera esta tendencia fruto de una moda apoyada por la industria y que es un hábito incorrecto. En cualquier caso, al tener un origen genético, no hay riesgo de que estas personas terminen desarrollando intolerancia al gluten. Otra cosa distinta es, como apunta Argüelles, que "un paciente haya sido diagnosticado de sensibilidad al gluten no celiaca, que es una intolerancia a esta proteína sin haberse demostrado mediante biopsias".

Si bien la investigación del congreso americano aporta nuevas vías sobre la dimensión extradigestiva de la celiacía, lo cierto es que éstas están en mantillas y aún necesitan muchos años de estudio.

## El Parlamento de Cataluña regulará las bebidas energéticas

La Comisión de Salud del Parlamento de Cataluña ha aprobado una propuesta de CIU sobre la regulación de la promoción, comercialización y el consumo de bebidas energéticas. Portavoces de los partidos más numerosos de la cámara han manifestado su aquiescencia con esta medida que consideran necesaria, pese a que Ciudadans se mostró al principio reticente.

Otros países del entorno ya han tomado medidas en este ámbito. Francia puso en marcha desde principios de 2014 un impuesto de un euro por litro a las bebidas energéticas que contengan al menos 0,22 gramos de cafeína o 0,3 gramos de taurina.

Según los datos proporcionados por el último informe de la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA, por sus siglas en inglés), el grupo de edad más propenso a consumir bebidas energéticas es el de los adolescentes (68 por ciento). Las bebidas energéticas, además, cuando son consumidas por niños de 3 a 10 años representan el 43 por ciento de su exposición total a cafeína.

## DEPORTE

El primer destino de las bebidas energéticas, inventadas en 1995 por los austriacos de Red Bull, fueron los gimnasios. Sin embargo, la utilidad de éstas en los estudios científicos no ha sido siempre avalada. Algunos expertos recomiendan buscar sustitutos que puedan contener ayudas ergogénicas, responsables de producir potencia muscular. Además, su contenido en carbohidratos es muy elevado, lo cual limita su poder rehidratante y no repone los líquidos perdidos durante la actividad física prolongada.