

CONVIVIR CON LA CELIAQUÍA ES HOY MÁS FÁCIL QUE HACE DIEZ AÑOS

- El paciente celíaco bien controlado tiene una muy buena calidad de vida.
- Las nuevas tecnologías han facilitado el cumplimiento de una dieta sin gluten a las personas afectadas por esta enfermedad.
- La prevalencia de la enfermedad celíaca es muy alta: en torno al 1% de la población, aunque algunos estudios sugieren que un 75% de los pacientes celíacos todavía no están diagnosticados.
- Hay muchos pacientes celíacos sin identificar porque no manifiestan síntomas, presentan síntomas no digestivos o la enfermedad se comporta imitando otras patologías.

25 de mayo de 2016.- Durante toda su vida un paciente celíaco debe llevar una dieta libre de gluten, basada en alimentos naturales: legumbres, carnes, pescados, huevos, frutas, verduras, hortalizas, y cereales sin gluten, arroz y maíz, y evitar los alimentos elaborados o envasados, por la falta de seguridad en la ausencia de gluten. Estas limitaciones, si bien mejoran su calidad de vida desde el punto de vista clínico pueden provocar un importante impacto en su vida social e incluso en su economía por la dificultad de comer fuera de casa o de encontrar en las tiendas habituales productos libres de gluten. El impacto de la intolerancia al gluten en los pacientes será una de los temas que se abordarán en la próxima Semana de las Enfermedades Digestivas (SED) que la SEPD celebrará en Santiago de Compostela del 17 al 19 de junio en el marco de su LXXV Congreso Anual.

Una vez diagnosticada y cuando el paciente está controlado, la calidad de vida de una persona que sufre celiacía es tan buena como la de cualquier otra persona que no padece esta enfermedad. “Aprender a convivir con la intolerancia al gluten es hoy más fácil que hace diez años”, constata el **Dr. Oscar Roncero García-Escribano**, especialista en Aparato Digestivo y experto de la SEPD (Sociedad Española de Patología Digestiva).

El gran número de personas diagnosticadas de celiacía ha hecho proliferar los productos libres gluten en las estanterías de las tiendas de alimentación y los supermercados, igual que disponer de menús y platos libres de gluten en muchos restaurantes. Por otra parte, las nuevas tecnologías, internet o las nuevas aplicaciones de móvil, por ejemplo, facilitan el acceso a la

PARA MÁS INFORMACIÓN Y GESTIÓN DE ENTREVISTAS:

Montse Llamas (636 820 201) mllamas@alaoeste.com

Sonia Joaniquet (663 848 916) sjoaniquet@alaoeste.com

información sobre productos alimenticios, permiten escanear el código de barras para comprobar si un alimento tiene trazas de gluten, ponen en contacto a las personas afectadas por la celiaquía o localizan los restaurantes más cercanos que ofrecen platos libres de gluten. “El aumento de la prevalencia ha hecho que esta enfermedad sea cada vez más visible y que el sector de la alimentación y la restauración pensara en ellos, con lo que existen más productos libres de gluten en el mercado. No obstante, aún queda mucho por hacer, por ejemplo, tratar de reducir el precio de estos alimentos”, constata el Dr. Roncero.

La consecuencia de un mayor conocimiento de esta enfermedad por parte de los expertos y de la opinión pública ha sido que el número de personas diagnosticadas haya crecido en los últimos años de manera sustancial, aunque el infradiagnóstico de la celiaquía sigue siendo muy alto. Se estima que la prevalencia de la enfermedad celíaca es muy relevante, situándose en torno al 1% de la población. En recientes estudios a nivel nacional la estimación de prevalencia disminuye un poco, estimándose que 1 de cada 250 personas es celíaca. Si bien, algunos estudios recogen, que un 75% de pacientes intolerantes al gluten no están diagnosticados.

Celiaquía, una enfermedad muy común

Los expertos de la SEP consideran que la enfermedad celíaca es una patología mucho más común de lo que se suele pensar. “Existen muchos casos sin identificar porque los pacientes no manifiestan síntomas, presentan síntomas no digestivos o la enfermedad se comporta imitando otras patologías como el síndrome del intestino irritable”, explica el **Dr. Federico Argüelles Arias**, especialista en Aparato Digestivo, experto y secretario de la SEP, que añade: “por este motivo debemos concienciar a los facultativos sobre la necesidad de tener en cuenta la intolerancia al gluten al buscar un diagnóstico y evitar que éste se retrase durante años y que el afectado visite numerosos médicos hasta llegar al especialista del Aparato Digestivo”. Los síntomas típicos o digestivos de la enfermedad celíaca son la diarrea, el dolor abdominal, la hinchazón después de comer, las náuseas y los vómitos, la astenia, la anorexia o la pérdida de peso. Entre los síntomas no digestivos están por ejemplo: la anemia ferropénica crónica, los abortos de repetición, los trastornos de la coagulación, la osteoporosis e incluso trastornos psiquiátricos.

En este sentido, el Dr. Roncero describe la enfermedad celíaca como un iceberg. “Según esta imagen, el hielo exterior serían los casos de enfermedad celíaca diagnosticados porque presentan síntomas típicos, mientras que permanecen ocultos bajo el agua los casos más difíciles de detectar”, explica este experto. Gracias a un mayor conocimiento de las diferentes formas clínicas de enfermedad celíaca (clásica, atípica, silente, latente, potencial, etc.) en los últimos años está mejorando el diagnóstico, y los clínicos tienen en cuenta los síntomas no digestivos antes de descartar la enfermedad digestiva.

PARA MÁS INFORMACIÓN Y GESTIÓN DE ENTREVISTAS:

Montse Llamas (636 820 201) mllamas@alaoeste.com

Sonia Joaniquet (663 848 916) sjoaniquet@alaoeste.com

Pacientes sintomáticos y asintomáticos

Una vez diagnosticados de celiaquía, el único tratamiento efectivo para los pacientes es la suspensión de la ingesta de gluten en su dieta, pues la enfermedad celíaca es una reacción inflamatoria de base inmune a una proteína presente en el gluten que contienen cereales como el trigo, la cebada o el centeno. Esta inflamación altera y lesiona la mucosa del intestino delgado dificultando la absorción de macro y micronutrientes. Eliminado el gluten de la dieta, la función intestinal se normaliza y se reparan las posibles lesiones provocadas.

A pesar de un diagnóstico positivo de celiaquía, a los pacientes asintomáticos la ingesta de gluten no parece provocarles daño al intestino. Los expertos de la SEPD explican, sin embargo, que si bien a corto plazo estos pacientes no sufren síntomas, los estudios a largo plazo alertan de que sí son una población con mayor prevalencia de tumores u otras enfermedades intestinales. Igualmente se ha demostrado en estos pacientes una mayor tendencia a la osteoporosis o recién nacidos de bajo peso si la madre no respeta la dieta. “Por este motivo, los especialistas recomendamos que estos pacientes sigan igualmente una dieta completamente libre de gluten, como si fueran sintomáticos”, explica el Dr. Roncero.

Sobre la SEPD

La SEPD (Sociedad Española de Patología Digestiva) es una organización científica y profesional sin ánimo de lucro que agrupa a más de 2.500 médicos asociados. Su razón de ser es el fomento y difusión de la investigación y el conocimiento en el campo de las enfermedades digestivas, en sus aspectos básicos, epidemiológicos, diagnóstico-terapéuticos, preventivos y de promoción de la salud, así como el fomento de su aplicación práctica, proporcionando valor tanto a sus asociados como a los pacientes y población general. Más información en www.sepd.es

Semana de las Enfermedades Digestivas (SED 2016)

Del 17 al 19 de junio, la Sociedad Española de Patología Digestiva (SEPD) celebra en Santiago de Compostela su LXXV Congreso Nacional en el marco de la Semana de las Enfermedades Digestivas (SED 2016). La SED es el encuentro por excelencia de la especialidad y un foro de referencia para los especialistas por su relevante papel en la formación continuada acreditada y en la presentación de resultados de investigaciones de Aparato Digestivo. Reúne a más de 1.000 expertos nacionales e internacionales en el campo de las enfermedades digestivas en sus aspectos básicos, epidemiológicos, diagnóstico-terapéuticos, preventivos y de promoción de la salud, así como el fomento de su aplicación práctica.

DPTO. COMUNICACIÓN SEPD:

Beatriz Sánchez, (91 402 13 53 / 616 796 355), comunicación@sepd.es

PARA MÁS INFORMACIÓN Y GESTIÓN DE ENTREVISTAS:

Montse Llamas (636 820 201) mllamas@alaoeste.com

Sonia Joaniquet (663 848 916) sjoaniquet@alaoeste.com