



Enfermedad Celíaca

Serie de Educación de Paciente MU

Definición:

La enfermedad celíaca es una enfermedad digestiva autoinmunitaria que daña una parte del intestino delgado e interfiere con la absorción de nutrientes de los alimentos. Esto significa que el cuerpo se ataca a sí mismo cada vez que una persona celíaca consume gluten.

¿QUÉ ES EL GLUTEN?

El Gluten es una proteína encontrada en todas las formas de trigo, cebada, centeno y triticale (un cruce entre cebada y centeno) Esto significa que el gluten puede ser un ingrediente en la mayoría de formas de pan, pasta y otros alimentos horneados.

HECHOS ACERCA DE LA ENFERMEDAD CELÍACA:

- La enfermedad celíaca es hereditaria (pasa de padre a hijo)
- Uno de cada 133 americanos tiene enfermedad celíaca, o el 1% de la población
- El 95% de las personas con enfermedad celíaca permanecen no diagnosticados o mal diagnosticados
- Eventos estresantes tales como el embarazo, cirugía, infección o tensión emocional grave pueden desencadenar la enfermedad
- No hay medicamento ni cirugía que curen la enfermedad celíaca
- Una dieta estricta sin gluten es el único tratamiento para la enfermedad celíaca

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA?

- Prueba de anticuerpos en la sangre
- Prueba genética (historia familiar)
- Biopsia del intestino delgado (tejido retirado del colon) * la única prueba definitiva

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

- Dolor abdominal
- Constipación

- Gases
- Hinchazón
- Disminución del apetito
- En algunas personas, mayor apetito
- Heces sanguinolientas o grasosas
- Diarrea
- Náusea

*** Hay casi 300 síntomas asociados con la enfermedad celíaca, lo cual hace difícil diagnosticarla

** Personas que sufren de síntomas inexplicados durante varios meses deberían hablar con un doctor acerca de la enfermedad celíaca como causa potencial. Un diagnóstico retrasado puede aumentar el riesgo de desarrollar nuevos síntomas u otras complicaciones.

¿QUÉ ALIMENTOS TIENEN GLUTEN EN ELLOS?

Todas las formas de trigo, avena, centeno y triticale (un cruce entre trigo y centeno).

FUENTES OCULTAS DE GLUTEN:

Caldos	Mariscos de imitación	Regaliz	Play-Doh®
Sazonadores/Mezclas de Especias	Obleas de comunicación	Aderezo para ensalada	ChapStick®
Salsa de carne/Almidón	Carnes de fiambre/almuerzo	Substitutos lácteos	Lápiz de labios/brillo labial
Sabores naturales	Vitaminas	Salsa de soya	Pasta de dientes

TRATAMIENTO PARA LA ENFERMEDAD CELÍACA:

Dieta sin gluten durante toda la vida

CAMBIOS QUE DEBE REALIZAR UNA PERSONA CON ENFERMEDAD CELÍACA:

- Aprender sobre la dieta sin Gluten
- Aprender cómo leer etiquetas
- Reunirse con dietistas o nutricionistas
- Educar a su familia acerca de la enfermedad celíaca y cambios de dieta
- Seguimiento con médico



¿QUÉ OCURRE SI SE SIGUE LA DIETA SIN GLUTEN LUEGO DEL DIAGNÓSTICO?

- Puede experimentar alivio de los síntomas en unas pocas semanas
- En niños, puede tomar hasta seis meses que el intestino delgado sane
- En adultos, la curación puede tomar hasta dos años
- Un pequeño porcentaje puede aún tener síntomas

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD:

Medline no practica la medicina, y ninguna información presentada en este sitio web es consejo médico o pretende sustituir al consejo de un médico. Toda la información en este sitio web relacionada con condiciones médicas proviene de fuentes públicamente disponibles.