

Enfermedad celíaca (intolerancia al gluten)

¿Qué es la enfermedad celíaca?

La enfermedad celíaca es una condición médica en la cual comer gluten (una proteína encontrada en alimentos que contienen trigo, centeno y cebada) causa síntomas. La enfermedad celíaca es una **enfermedad autoinmune** que es hereditaria (viene de familia).

Una enfermedad autoinmune es una condición que ocurre cuando el sistema inmunitario del cuerpo (sistema para luchar contra las infecciones) ataca y destruye por error los tejidos del cuerpo. En la enfermedad celíaca, el gluten causa una reacción que destruye la capa protectora del intestino delgado. Esto reduce el área de absorción de casi todos los nutrientes.

Hay una condición aparte y diferente conocida como sensibilidad al gluten.

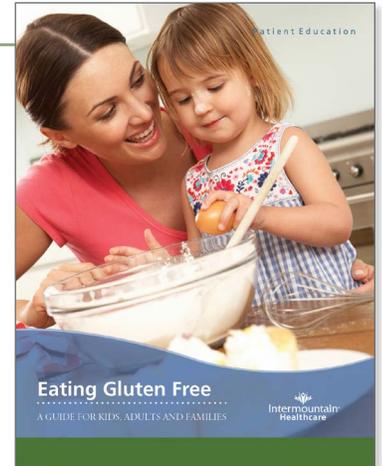
¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la enfermedad celíaca pueden ser diferentes en cada persona. Los síntomas comunes son:

- Diarrea o estreñimiento
- Vómito y pérdida de peso
- Malnutrición
- Anemia (niveles bajos de glóbulos rojos)
- Cansancio o fatiga
- Dolor en los huesos o las articulaciones
- Depresión
- Distensión y dolor abdominal
- Baja estatura en los niños

Las personas que sufren problemas estomacales como irritación intestinal, dolores de cabeza, fatiga, entumecimiento y depresión pueden tener sensibilidad al gluten. Las personas con intolerancia al gluten también pueden tener picazón y erupciones en la piel, una condición llamada **dermatitis herpetiforme**.

Pídale a su proveedor una copia del folleto de Intermountain *Eating Gluten Free: A Guide for Kids, Adults, and Families*. (Comer sin gluten: una guía para niños, adultos, y familias). Esta guía le ayudará a aprender qué alimentos debe evitar, cómo cocinar sin gluten y comer en forma segura.



¿Cómo se diagnostica?

La enfermedad celíaca se diagnostica con exámenes de sangre. Los resultados de los exámenes pueden ser confirmados con una biopsia del intestino delgado. La biopsia se lleva a cabo durante un procedimiento llamado **endoscopia**.

En la actualidad no hay un examen o un grupo definido de síntomas para diagnosticar la sensibilidad al gluten.

¿Cómo se trata?

El tratamiento para la enfermedad celíaca o la intolerancia al gluten es una alimentación sin gluten. Eliminar el gluten de su dieta permite que se sanen sus intestinos. El tiempo de curación es diferente en cada persona.

Usted o su niño deberán tener una dieta sin gluten aún después de sentirse bien. Comer gluten puede:

- Dañar el intestino delgado.
- Causar deficiencias en nutrientes y malnutrición.
- Evitar que el sistema inmunitario trabaje correctamente y hacer que sea difícil para el cuerpo luchar contra las infecciones.
- Disminuir el crecimiento de su niño

