

## Centro Provincial de Información Ciencias Médicas Ciego de Ávila

---

### Enfermedad celiaca

#### ¿Qué es la enfermedad celiaca?

La enfermedad celíaca es un trastorno digestivo e inmunitario crónico (a largo plazo) que daña el intestino delgado. El daño puede impedir que su cuerpo absorba vitaminas, minerales y otros nutrientes de los alimentos que consume. Esto puede provocar desnutrición y otros problemas de salud graves.

La enfermedad celíaca se presenta por comer alimentos que contienen gluten. El gluten es una proteína que se encuentra en el trigo, la cebada, el centeno y otros cereales. También puede estar en otros productos como vitaminas y suplementos, productos para el cabello y la piel, pastas dentales y protectores labiales.



La enfermedad celíaca es diferente de la sensibilidad al gluten. Ambas implican problemas con el gluten y pueden causar algunos de los mismos síntomas, como dolor abdominal y fatiga. Pero la sensibilidad al gluten no daña el intestino delgado como lo hace la enfermedad celíaca.

La alergia al trigo, un tipo de alergia alimentaria, también es diferente. Tanto con la enfermedad celíaca como con la alergia al trigo, su sistema inmunitario reacciona al trigo. Pero con la alergia al trigo, puede

tener síntomas diferentes, como picazón en los ojos o problemas para respirar. Además, la alergia al trigo no causa daños a largo plazo al intestino delgado.

### **¿Qué causa la enfermedad celíaca?**

Se desconoce la causa exacta de la enfermedad celíaca. La investigación sugiere que la enfermedad celíaca solo ocurre en personas que tienen ciertos genes y comen alimentos que contienen gluten. Los investigadores están estudiando otros factores que pueden tener un papel en la causa de la enfermedad.

### **¿Quién tiene más probabilidades de desarrollar enfermedad celíaca?**

La enfermedad celíaca es más común si usted:

- Tiene un familiar con la enfermedad
- Tiene síndrome de Down, síndrome de Turner o síndrome de Williams
- Es caucásico

- Es mujer



### **¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad celíaca?**

Los síntomas de la enfermedad celíaca pueden ser diferentes de persona a persona. En ocasiones, los síntomas pueden aparecer y desaparecer. Algunas personas pueden no notar ningún síntoma.

Algunos de los posibles síntomas afectan el sistema digestivo. Los síntomas digestivos son más comunes en niños que en adultos. Estos incluyen:

- Hinchazón (sensación de llenura en el abdomen)
- Diarrea crónica (a largo plazo) o heces grasosas, voluminosas e inusualmente malolientes
- Estreñimiento

- Gases



- Intolerancia a la lactosa por el daño en el intestino delgado
- Náuseas y vómitos
- Dolor abdominal
- Pérdida de peso en adultos o no suficiente aumento de peso en niños

Algunas personas con enfermedad celíaca tienen síntomas que afectan otras partes del cuerpo, como:

- Fatiga
- Depresión y ansiedad
- Irritabilidad (en niños)
- Dermatitis herpetiforme, un sarpullido con picazón y ampollas (principalmente en adultos)
- Dolor de huesos o articulaciones

- Síntomas relacionados con la boca, como aftas bucales o boca seca

**¿Qué otros problemas puede causar la enfermedad celíaca?**

Con el tiempo, la enfermedad celíaca puede causar otros problemas de salud, especialmente si no se trata.

Estos pueden incluir:

- Desnutrición
- Anemia, especialmente por deficiencia de hierro
- Pérdida ósea
- Problemas del sistema nervioso como dolores de cabeza, problemas de equilibrio o neuropatía periférica
- Problemas reproductivos, como períodos menstruales irregulares y abortos espontáneos en mujeres e infertilidad en hombres y mujeres

## ¿Cómo se diagnostica la enfermedad celíaca?

Si tiene síntomas de la enfermedad celíaca, su profesional de la salud buscará signos de que podría tener la enfermedad celíaca. Para ello, su proveedor analizará su historia clínica y familiar y le hará un examen físico.

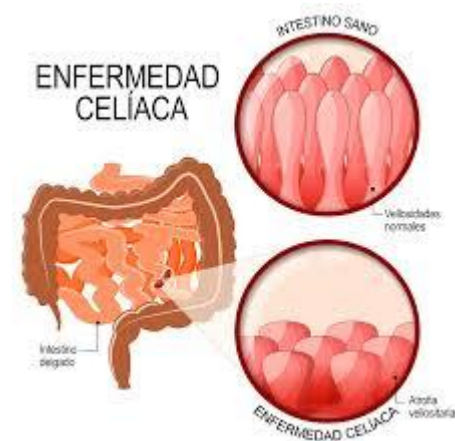
Si su profesional de la salud piensa que usted puede tener enfermedad celíaca, le hará algunas pruebas. Los proveedores suelen utilizar análisis de sangre y biopsias del intestino delgado para diagnosticar la enfermedad celíaca. La biopsia se hace durante una endoscopia gastrointestinal superior. Para este procedimiento, su proveedor usa un endoscopio (tubo flexible con una cámara) para ver el revestimiento de su esófago, estómago e intestino delgado. También permite tomar una muestra de tejido para una biopsia.

## ¿Cuáles son los tratamientos para la enfermedad celíaca?

El tratamiento para la enfermedad celíaca es seguir una dieta libre de

gluten por el resto de su vida. Una dieta sin gluten trata o evita muchos de los síntomas y otros problemas de salud causados por la enfermedad celíaca. En la mayoría de los casos, también puede curar el daño en el intestino delgado y prevenir más daño.

Su profesional de la salud puede referirlo a un dietista registrado



(experto en nutrición) que puede ayudarle a aprender cómo llevar una dieta saludable sin gluten. También deberá evitar todas las fuentes ocultas de gluten, como ciertos suplementos, cosméticos y pasta de dientes, entre otros. A veces, leer las etiquetas de los productos puede ayudar a evitar el gluten. Si una etiqueta no indica si contiene un

producto, consulte con la compañía que fabrica el producto para obtener una lista de ingredientes. No asuma que un producto no contiene gluten si no lo menciona.



## Bibliografía

1. Moscoso J Felipe, Quera P Rodrigo. Enfermedad celíaca. Revisión. Rev. méd. Chile [Internet]. 2016 Feb [citado 2024 Jul 05]; 144(2): 211-221. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872016000200010&lng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872016000200010&lng=es).  
<http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872016000200010>.
2. Jiménez Ortega Ana Isabel, Martínez García Rosa María, Quiles Blanco María José, Majid Abu Naji Jamil Abdel, González Iglesias María José. Enfermedad celíaca y nuevas patologías relacionadas con el gluten. Nutr. Hosp. [Internet]. 2016 [citado 2024 Jul 05]; 33(Supl 4): 44-48. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0216112016001000011&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0216112016001000011&lng=es).
3. Olivencia Palomar M. P. Enfermedad celiaca. Rev. esp. enferm. dig. [Internet]. 2005 Sep [citado 2024 Jul 05]; 97(9): 672-672. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1130-01082005000900009&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-01082005000900009&lng=es).