

# Enfermedad celiaca, desconocida y prevalente

La intolerancia al gluten sigue siendo una gran desconocida en la sociedad. Prevenirlo, detectarlo antes y dar con una terapia eficaz, retos de su abordaje

MADRID  
**IRENE MUNICIO MAYORAL**  
irene.municio@unidadeditorial.es

El gluten resulta imposible de digerir para las enzimas humanas, pero afecta especialmente a los celíacos, que sufren diarreas, dolor y distensión abdominal, y estancamiento ponderal, entre otros síntomas. Se trata de un desorden sistémico con base inmunológica que afecta a personas con una predisposición genética.

La situación se complica si el paciente desarrolla además diabetes; una asociación muy frecuente, ya que entre el 2 y el 16 por ciento de los diabéticos de tipo 1 son celíacos. Seis de cada 10 diabéticos no muestran síntomas de la intolerancia. Por ello, se recomienda que, una vez detectada la diabetes, se analice la aparición de anticuerpos de intolerancia al gluten "de forma anual y durante al menos diez años desde el comienzo de enfermedad", ha explicado Carlo Catassi, de la plataforma internacional Dr. Schär Institute para la difusión del conocimiento de la enfermedad celiaca, a propósito del Día Mundial de la Diabetes (ver DM de ayer).

Los celíacos diabéticos se encuentran ante el reto de controlar simultáneamente los niveles de insulina y azúcar, y llevar una dieta exenta de gluten, para lo cual los expertos recomiendan adaptar la dieta mediterránea. En España existen más de 60.000 personas con enfermedad celiaca confirmada, pero se estima que sólo uno de cada siete celíacos está detectado.

## SENSIBILIDAD AL GLUTEN

Pero no sólo los celíacos ven afectada su calidad de vida a causa del gluten. Desde hace unos años se está desarrollando una patología con síntomas muy similares: la sensibilidad al gluten, una enfermedad que, sin embargo, no presenta los anticuerpos específicos de los celíacos, aunque esté

causada por el gluten.

Mientras que el uno por ciento de la población es celíaca, se calcula que el seis por ciento presenta sensibilidad al gluten. "Hay tres millones de personas sin diagnóstico, un problema que debemos abordar y dar a conocer", ha dicho Gonzalo Guerra Flecha, gastroenterólogo del Centro Médico-Quirúrgico de Enfermedades Digestivas (CMED) en Madrid, y organizador de la mesa redonda *¿Cómo identificar la Enfermedad Celiaca?* junto a la Asociación de Celíacos de Madrid (ACM).

"Los pacientes vienen a la consulta con molestias abdominales, se quejan de estómago e intestino, sufren diarreas... Por eso, en la primera visita, se sospecha de la existencia de una celiaquía, pero al hacer la biopsia se descubre que no hay lesión en la mucosa intestinal o que ésta es muy leve" ha explicado Guerra Flecha.

Además, "no disponemos de ninguna prueba que permita detectar la sensibilidad al gluten, por lo que es una enfermedad que se diagnostica por descarte", ha dicho Juan Ignacio Serrano Vela, responsable de



Juan Ignacio Serrano Vela, Manuela Márquez y Gonzalo Guerra Flecha.

Los celíacos diabéticos se enfrentan al reto de controlar de manera simultánea tanto los niveles de insulina y azúcar, como de llevar una dieta exenta de gluten

Es recomendable incluir el gluten en la alimentación de los niños antes del sexto mes de vida, para disminuir la probabilidad de desarrollar celiaquía

investigación de la ACM.

## NO HAY ALTERNATIVA

El tratamiento para estos pacientes es el mismo que para los celíacos: una dieta sin gluten estricta y de por vida. Serrano ha indicado en esta línea que "se está investigando en todos los niveles para sustituir el tratamiento de la dieta sin gluten, pero no hay evidencias".

En la nueva guía para el diagnóstico, que ha publicado la Sociedad Europea de Gastroenterología Pediátrica, Hepatología y Nutrición (Espghan), se recomienda

incluir el gluten en la alimentación de los niños, antes del sexto mes de vida y en cantidades pequeñas. "Está comprobado que si se introduce antes de los cuatro meses, el bebé tendrá una probabilidad cinco veces menor de ser celíaco", ha explicado Serrano Vela. Se trata de una unificación de criterios muy importante y necesaria, ya que desde hace 20 años no se elaboraba un manual de estas características.

Además, las nuevas pautas, atribuyen mayor importancia al análisis de anticuerpos y a los test que detectan variantes genéticas de riesgo, y ofrecen menos relevancia a la biopsia, el método tradicional hasta ahora.

Manuela Márquez, directora de la ACM, ha explicado que desde su asociación asesoran, ofrecen servicios y realizan iniciativas como el "Proyecto de Formación sobre Diagnóstico de la Enfermedad Celiaca en Atención Primaria, dirigido a sanitarios de los 262 centros de salud de la Comunidad de Madrid, para conseguir que se realice un diagnóstico precoz y un correcto seguimiento de la patología".