

# ENFERMEDAD CELIACA



Asociación Colombiana  
de Gastroenterología  
Fundada en 1947

## ¿QUÉ ES?:

La enfermedad celiaca es una reacción del sistema inmune a la ingestión de gluten (proteína que se encuentra en el trigo, avena y centeno y en alimentos elaborados con estos ingredientes) y afecta el intestino delgado en las personas con esta predisposición genética y se resuelve con excluir el gluten de la dieta.

Es una de las principales causas de malabsorción resultante de la lesión del intestino delgado en que se disminuye la superficie de absorción, hay reducción de las enzimas digestivas con la consecuente falla en la absorción de micronutrientes como las vitaminas liposolubles, hierro, potencialmente la vitamina B12 y el ácido fólico. La inflamación constante de la mucosa del intestino delgado impide también la absorción de agua que se manifiesta como diarrea. El impedimento para la adecuada absorción de las calorías lleva a pérdida de peso y la malabsorción a dolor abdominal y distensión.

Su diagnóstico se hace mediante pruebas serológicas de antígenos específicos de enfermedad celiaca y se confirma por biopsia de la mucosa del duodeno. Ambos exámenes diagnósticos se deben realizar mientras la dieta del paciente todavía incluya gluten.

El tratamiento es una dieta libre de gluten para la cual hay que educar, motivar y cambiar los hábitos del paciente. Hay que hacer seguimiento del paciente y revisar el caso si los síntomas persisten.

## CAUSAS Y FACTORES DE RIESGO:

No se conoce la causa de la enfermedad y afecta a cada individuo de forma diferente.

- Es genética – familiar
- Más frecuente en la raza blanca
- Afecta más a las mujeres
- Afecta más a pacientes con diabetes de tipo 1
- Afecta más a pacientes con enfermedades de la tiroides

## SÍNTOMAS

Los síntomas varían según la edad y la severidad de la inflamación. Se pueden presentar en cualquier época de la vida. Los más comunes son:

- DOLOR ABDOMINAL, GASES, FLATULENCIA
- DIARREA CONSTANTE O INTERMITENTE
- ESTREÑIMIENTO
- HECES FÉTIDAS O GRASOSAS
- PÉRDIDA DE PESO
- RETRASO EN EL CRECIMIENTO EN NIÑOS
- ANEMIA
- ALTERACIÓN DE LAS PRUEBAS DE FUNCIÓN HEPÁTICA
- FATIGA
- DEPRESIÓN O ANSIEDAD
- MANIFESTACIONES EN PIEL
- DOLORES ÓSEOS Y/O ARTICULARES

## **¿QUÉ TIPO DE EXÁMENES SE NECESITAN PARA EVALUAR SUS SÍNTOMAS Y LLEGAR A UN DIAGNÓSTICO?**

- ELABORACIÓN DE HISTORIA CLÍNICA Y EXAMEN FÍSICO
- EXÁMENES DE LABORATORIO – ANTICUERPOS ANTIENDOMICIO Y ANTICUERPO TISULAR TRANSGLUTAMINASA (SON LOS MÁS ESPECÍFICOS)
- ENDOSCOPIA DIGESTIVA ALTA INCLUYENDO INTESTINO DELGADO –BIOPSIA DE LA MUCOSA

## **RECOMENDACIONES:**

¿Cuándo deben realizarse pruebas diagnósticas para enfermedad celiaca?

- En pacientes con signos, síntomas o laboratorio que indique malabsorción
- En pacientes que tienen un familiar en primer grado de consanguinidad con diagnóstico confirmado de enfermedad celiaca.
- En pacientes con elevación de los niveles en sangre de aminotransferasas en que no existe causa aparente.
- En pacientes con diabetes tipo I que presentan signos síntomas o laboratorio sugestivos de enfermedad celiaca.

## **TRATAMIENTO**

- DIETA LIBRE DE GLUTEN – El arroz, el maíz y la avena no contienen gluten, algunas personas los evitan, especialmente la avena, porque con frecuencia está contaminada con gluten de trigo. DEBE SEGUIR ESTA DIETA POR EL RESTO DE SU VIDA.
- ASESORARSE DE UN(A) NUTRICIONISTA AL CONFIRMAR EL DIAGNÓSTICO
- LEER SIEMPRE LA TABLA DE CONTENIDOS DE TODOS LOS ALIMENTOS INCLUSO MEDICAMENTOS O COSMÉTICOS QUE PUEDEN CONTENER GLUTEN.

## **COMPLICACIONES**

Demorar el diagnóstico o no seguir la dieta puede poner al individuo en riesgo de padecer:

- TRASTORNOS AUTOINMUNITARIOS
- COLITIS MICROSCÓPICA
- DISFUNCIÓN EXOCRINA DEL PANCREAS
- LINFOMA ASOCIADO A UNA ENTEROPATÍA
- ENFERMEDAD CELIACA REFRACTARIA
- ENFERMEDAD ÓSEA (OSTEOPOROSIS, XIFOESCOLIOSIS, FRACTURAS)
- CIERTOS TIPOS DE CÁNCER INTESTINAL
- ANEMIA
- CANCER DE COLON – RIESGO AUMENTADO EN LA ENFERMEDAD DE CROHN COLORECTAL
- OBSTRUCCIÓN INTESTINAL