

Más allá de la enfermedad celíaca

La enfermedad celíaca afecta a una de cada cien personas, pero existen otras patologías relacionadas con el gluten

El gluten es una proteína que se encuentra en la semilla de muchos cereales: trigo, cebada, centeno, espelta, triticale y avena. Según la Federación de Asociaciones de Celíacos de España, este componente es muy apreciado en el ámbito de la alimentación por su poder espesante, ya que confiere consistencia elástica y esponjosa a los panes y masas horneadas, y también es responsable de la elasticidad de la masa de harina.

Pero el gluten ya no se conoce tanto por sus beneficios, sino por los inconvenientes que les ocasiona a muchas personas; el 1% de la población sufre intolerancia a este componente. Sin embargo, no es el único trastorno relacionado con el gluten. Hoy en día, existen otro tipo de reacciones adversas a este componente. Estas son algunas de las más importantes:

Enfermedad celíaca, la más conocida

Hasta no hace mucho, la enfermedad celíaca se diagnosticaba tras el inicio de diarreas, malabsorción y desnutrición con pérdida de peso. No obstante, en la actualidad se han detectado otras manifestaciones de esta enfermedad que incluyen síntomas tales como anemia, osteoporosis, alteraciones neurológicas o cefalea.

El diagnóstico de la enfermedad celíaca, que afecta a uno de cada 100 nacidos, siempre lo debe realizar un médico especialista. Para ello, tendrá en cuenta los resultados de la analítica sanguínea (predisposición genética y análisis de los anticuerpos en sangre) y el estudio de la biopsia intestinal (aunque algunos autores empiezan a proponer el diagnóstico sin necesidad de la biopsia intestinal).

El tratamiento de la enfermedad celíaca consiste en una dieta sin gluten que debe realizarse de manera estricta el resto de la vida. Por ello, es importante contar con un buen diagnóstico y, además, acudir a un dietista-nutricionista para pautar la alimentación a partir de ese momento.

Sensibilidad al gluten no celíaca, una nueva patología

La sensibilidad al gluten no celíaca es otra forma de intolerancia a esta proteína, presente en la semilla de muchos cereales. Se estima que la sufre el 6% de la población. Esta patología es de reciente definición y todavía se está investigando a fondo para conocer cuáles son los mecanismos fisiológicos implicados en ella. Por esta razón, es fundamental que sea siempre un especialista quien diagnostique la sensibilidad al gluten no celíaca.

La enfermedad provoca síntomas similares a los que presentan los pacientes celíacos. Los más habituales son dolor abdominal (68% de los pacientes), aparición de eczemas (40%), dolor de cabeza (35%), confusión mental (34%), fatiga (33%), diarrea (33%), depresión (22%), anemia (20%) u otros.

La predisposición genética de estos pacientes no está del todo clara, puesto que solo el 50% de ellos presenta una alteración genética positiva para los genes de enfermedad celíaca. Además, no existen todavía marcadores bioquímicos específicos para esta patología.

En la práctica, el médico termina por diagnosticar la sensibilidad al gluten no celíaca cuando descarta todas las otras posibles patologías y observa una mejoría del paciente tras la dieta sin gluten. Los síntomas de algunos pacientes mejoran cuando cambian a una dieta de



bajo contenido en gluten, sin necesidad de eliminar su presencia del todo.

Alergia al trigo

Se trata de una reacción inmunológica adversa a las proteínas del trigo y con una prevalencia muy baja entre la población. Puede afectar a la piel, al tracto gastrointestinal o al aparato respiratorio. Una de las alergias al trigo más prevalentes es el "asma del panadero", una reacción alérgica estudiada sobre todo entre los profesionales del pan.

También existe la anafilaxis dependiente del trigo e inducida por el deporte, una reacción alérgica grave que puede afectar a distintos sistemas orgánicos (respiratorio, vascular, cardíaco) y que puede poner en riesgo la vida del paciente.

Dermatitis herpetiforme

Es una manifestación en la piel que se observa, sobre todo, en los pacientes

con enfermedad celíaca. El tratamiento de esta dermatitis consiste en el estudio de la enfermedad celíaca y en la realización de una dieta sin gluten.

Ataxia por el gluten

La ataxia es una descoordinación en los movimientos del cuerpo. Esta descoordinación puede producirse por el efecto de diversas patologías, como enfermedades neurológicas o musculares.

La ataxia por gluten es una enfermedad autoinmune que daña el cerebelo y cuya consecuencia es esta descoordinación de los movimientos. La respuesta a la dieta sin gluten en este tipo de pacientes dependerá del tiempo en el que se haya tardado en realizar el diagnóstico, puesto que algunos de los daños cerebrales pueden ser irreversibles.

www.consumer.es



El gluten es una proteína que se encuentra en el trigo, la cebada, la espelta o la avena