

ÚLTIMOS AVANCES EN EL SEGUIMIENTO Y TRATAMIENTO DE LA ENFERMEDAD CELIACA.- INTOLERANCIA AL GLUTEN ¿ EXITE?

En el reciente congreso de la ESPGHAN celebrado en Praga se presentaron datos muy interesantes acerca del seguimiento de pacientes diagnosticados hace 20/40 años (por pediatras). Todos ellos habían sido correctamente diagnosticados de Enfermedad Celiaca y a todos se les había indicado dieta sin gluten.

Prácticamente todos hacían transgresiones en mayor / menor proporción pero ninguno había decidido “no hacer la dieta”.

Todos ellos se encontraban sin síntomas clínicos, los análisis de sangre eran normales (también los marcadores de celiaquía), así como el estudio de la mineralización ósea. El unos 20 voluntarios se efectuó una biopsia intestinal de control y resulto ser normal en todos ellos (con cambios mínimos en un 3 %).

No se encontraron diferencias en ninguno de los datos analizados con respecto a la intensidad de las trasgresiones.

Este estudio lleva a la siguiente pregunta.

¿SE DEBE SER TAN RÍGIDO EN CUANTO A LA DIETA SIN GLUTEN QUE SE PLANTEA?

Respuesta: Siempre he mantenido el criterio y así lo he recomendado que la dieta se debe de seguir, pero sin fundamentalismos. El gluten para hacer daño (quitando pacientes alérgicos o de alta sensibilidad, que es un 1 %) se debe tomar en gran cantidad y de manera continuada. Pequeñas trasgresiones casuales o voluntarias no hacen daño a estos pacientes.

Mi seguimiento continuado clínico, analítico de más de 800 paciente así me lo ha demostrado.

Por lo cual los datos presentados en la ESPGHAN reafirman mi posicionamiento. Con ello se consigue “desdramatizar” sobre a dieta y que los familiares y pacientes no vivan angustiados ante las trasgresiones.

¡!Todo dentro de un orden ¡!

INTOLERANCIA AL TRIGO EN PERSONAS NO CELIACAS

Cada vez son más las personas que manifiestan síntomas varios (aerofagia, flatulencia, hinchazón abdominal, dolor abdominal, crisis de diarreas....) relacionándolo con la dieta.

Los exámenes de sangre excluyen la enfermedad celiaca y alergia a otros alimentos. Sin embargo constatan, y así lo refieren, que mejoran, sin comprender por qué, al suprimir los cereales de la dieta.

En estos momentos los mecanismos de dicha INTOLERANCIA AL GLUTEN DE LOS CEREALES (y alimentos que los contienen) no son conocidos.

El diagnóstico diferencial debe ser hecho con respecto a la INTOLERANCIA A LOS ALMIDONES de dichos cereales, lo cual se efectúa mediante pruebas de aliento (gases expirados por la respiración) y análisis de sangre.

Una dieta de exclusión de los alimentos perjudiciales hecha de manera adecuada mejora espectacularmente los síntomas de estos pacientes.

En mi experiencia, he constatado además, que el diagnóstico y tratamiento es beneficioso, pero además conlleva una tranquilidad para el paciente, si se le confirma que no es CELIACO.