



¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD CELÍACA?

Un recurso de Beyond Celiac
Traducido por R. Crespo

¿Qué es la enfermedad celíaca?

La enfermedad celíaca es una enfermedad autoinmune que es desencadenada al consumir gluten y que resulta en daño al intestino delgado.

Cuando una persona con enfermedad celíaca come alimentos con gluten, el sistema inmunológico ve el gluten como una amenaza e inicia un ataque. Sin embargo, acaba dañando las vellosidades del intestino, que ayudan a digerir los alimentos. Las vellosidades dañadas hacen que sea casi imposible que el cuerpo absorba los nutrientes, lo que conlleva a desnutrición y a una serie de otros problemas de salud.

¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad celíaca?

Los síntomas más comunes de la enfermedad celíaca incluyen:

- Diarrea
- Fatiga
- Dolores de cabeza
- Dermatitis herpetiforme, una erupción cutánea con comezón

Ver una lista completa de los síntomas de la enfermedad celíaca (en inglés)

¿Cuáles son algunos factores de riesgo para la enfermedad celíaca?

Las personas con las siguientes condiciones tienen un mayor riesgo de desarrollar enfermedad celíaca:

- Aquellos que tienen un miembro de la familia con enfermedad celíaca
- Portadores de los genes HLA-DQ2 y HLA-DQ8
- Que padecen otras enfermedades autoinmunes

¿Cómo estudian los médicos la enfermedad celíaca?

La enfermedad celíaca se estudia con una prueba de sangre. Si los resultados son positivos para la enfermedad celíaca, los pacientes generalmente también se someten a una endoscopia superior acompañada de biopsias. Una endoscopia superior con biopsias es el estándar de oro para el diagnóstico de la enfermedad celíaca. Obtenga más información acerca de las pruebas y el diagnóstico de la enfermedad celíaca.

Tenga en cuenta que el paciente debe estar comiendo gluten en el momento de la prueba para que los resultados sean precisos. Seguir una dieta libre de gluten antes de hacerse la prueba puede afectar la validez de los resultados.

¿Cuál es el tratamiento para la enfermedad celíaca?

Actualmente, el único tratamiento para la enfermedad celíaca es una dieta estricta libre de gluten de por vida. Una dieta libre de gluten significa evitar todos los alimentos que contienen trigo, centeno y cebada en todas sus formas. Obtenga más información con nuestra descripción general de la dieta sin gluten.

Actualmente no existen tratamientos quirúrgicos ni medicamentos disponibles para tratar esta enfermedad autoinmune. Los investigadores están trabajando arduamente para encontrar terapias alternativas y posiblemente una cura. Puede mantenerse al tanto del progreso del tratamiento consultando nuestra línea de desarrollo de fármacos. También enviamos actualizaciones periódicas en nuestro boletín de investigación.

¿Qué sucede si no se trata la enfermedad celíaca?

Si las personas con enfermedad celíaca continúan comiendo alimentos con gluten, aumenta el riesgo de desarrollar o empeorar:

- Desnutrición
- Infertilidad
- Anemia
- Osteoporosis
- Aparición de otras enfermedades autoinmunes, como diabetes tipo 1, enfermedad tiroidea y enfermedad de Sjögren

¿Qué causa la enfermedad celíaca?

La enfermedad celíaca es hereditaria, lo que significa que para desarrollarla se debe poseer uno o ambos genes HLA-DQ2 y HLA-DQ8. Sin embargo, tener los genes por sí solo no es suficiente: se estima que el 30 % de la población tiene uno o ambos genes relacionados con la enfermedad celíaca, pero solo el 1 % desarrolla la enfermedad. Algunos otros factores o causas ambientales activan los genes, lo que causa que el sistema inmunitario del cuerpo reaccione al gluten y dañe el intestino delgado. Cuáles son los factores que activan la enfermedad celíaca en personas susceptibles sigue siendo un misterio, aunque las investigaciones indican que los factores estresantes como las enfermedades, el trauma, la pubertad o el parto pueden desempeñar un papel. Beyond Celiac se dedica a apoyar la investigación para identificar los factores que conducen al desarrollo de la enfermedad celíaca, con el objetivo de poder realmente prevenir el inicio de la enfermedad.

¿Cuál es la historia de la enfermedad celíaca?

Se cree que la enfermedad celíaca comenzó en humanos con el advenimiento de la primera revolución agrícola.

A medida que las dietas de los primeros humanos comenzaron a expandirse, agregando granos, cultivos y domesticando ganado, la mayoría de los cuerpos pudieron adaptarse. Sin embargo, algunos no lo hicieron. Esto resultó en ciertas sensibilidades alimentarias, intolerancias y enfermedad celíaca haciendo sus primeras apariciones en la historia humana.

Antes de que se descubriera el verdadero desencadenante de la enfermedad celíaca, se probaron muchos tratamientos y dietas, incluidas estrictas dietas de arroz, mejillón e incluso plátano. No fue sino hasta la Segunda Guerra Mundial que el trigo y, finalmente, el gluten comenzaron a ser señalados como culpables.