

5 de Mayo DÍA INTERNACIONAL DEL CELÍACO

El **Día Internacional del Celíaco** tiene como objetivo concientizar a la población sobre la importancia de tomar conocimiento acerca de los signos, señales y lo que conlleva sobrellevar esta afección, ya que al diagnóstico no se arriba de forma sencilla y muchas personas pueden estar transitándola sin saberlo. Es una enfermedad del sistema inmunitario que daña al intestino delgado al ingerir gluten, el cual se encuentra en el trigo, cebada, centeno y posiblemente en la avena, y en alimentos manufacturados. Como así también en algunas sustancias suplementarias como vitaminas y medicamentos. En la actualidad esta enfermedad avanza cada día más, ya que al menos uno de cada cien argentinos puede padecerla.

CARACTERÍSTICAS

En un paciente celíaco, la reacción del sistema inmunitario ante el gluten causa daño a las vellosidades que revisten el intestino delgado, provocando que el cuerpo no pueda obtener los nutrientes necesarios (grasas, hidratos de carbono, sales minerales, etc.) generando que la persona se encuentre desnutrida sin importar cuanto alimento incorpore.

Se desconoce el origen de esta afección, pero

aquellos que poseen familiares que la hayan padecido están en mayor riesgo de sufrirla.

Los síntomas son similares a los de otras enfermedades y además dependen de cada paciente. Generalmente se manifiesta con dolor abdominal, diarrea, estreñimiento, fatiga, falta de energía, anemia, pérdida de peso, dolor en los huesos, etc.

Los profesionales en busca del diagnóstico indican análisis de sangre con el objeto de realizar verificaciones y suelen efectuar biopsias del intestino delgado para confirmar el resultado.

A los productos que contienen gluten se lo denominan con la sigla TACC (Trigo, Avena, Cebada y Centeno).

El único tratamiento que se efectúa es una dieta libre de gluten de por vida, indicada por un especialista.

Para las personas que la sufren es fundamental llevar una alimentación saludable, basada en la ingesta de frutas, verduras y carnes. Además, siempre deben leer las etiquetas de los productos para asegurarse que no contienen TACC.

**GESTIÓN PRO ACTIVA DE LA SALUD
DIVISIÓN ORIENTACIÓN Y DIFUSIÓN**

**ASOCIACIÓN MUTUALISTA
WWW.AMEBPBA.ORG.AR**