

ENFERMEDAD CELÍACA

Guía para profesionales de farmacia



¿Qué es la enfermedad celíaca?

No es una alergia ni una intolerancia, sino una **enfermedad autoinmune** que afecta al **1% de la población**, aunque **sólo 1 de cada 5-8 personas afectadas está diagnosticada**.

Se presenta a través de **síntomas digestivos o extradigestivos**, y afecta tanto a **niños como adultos**, con una prevalencia mayor en mujeres.

La causa de la reacción autoinmune en personas celíacas es la ingesta de **gluten**, proteína que se encuentra en el **trigo, cebada, centeno, espelta, kamut[®] y avena contaminada**.

Sospecha enfermedad celíaca si...

Alteraciones analíticas persistentes: Anemia ferropénica. Déficit de vitaminas (B9, B12, K). Déficit de minerales (Fe, Ca, Mg, Zn). **Síntomas inexplicados:** Migrañas. Fatiga intensa. Hipoplasia del esmalte dental. Síndrome de intestino irritable. **Enfermedades asociadas:** Diabetes tipo 1. Tiroiditis autoinmune. **Grupo de riesgo:** familiares directos de una persona celíaca.



¿Qué no hacer?



Test de intolerancias alimentarias
Probar dieta sin gluten

¿Qué hacer?



Visitar al médico

El diagnóstico requiere una analítica de sangre específica y una biopsia intestinal

Tratamiento

Dieta Sin Gluten



Sin gluten: frutas, verduras, hortalizas, huevos, carnes, pescados, legumbres, leche... Cereales como el arroz, maíz, mijo, sorgo y teff y pseudocereales como el trigo sarraceno, amaranto o quinoa, sin procesar.



Pueden contener gluten: productos manufacturados con ingredientes como almidones, espesantes, colorantes, aromas, sabores, etc. Consulta la Lista de Productos Sin Gluten de la Asociación o la App sinGLU10.



Medicamentos

No existen fármacos para tratar la EC. Sólo Dapsona para los casos con Dermatitis Herpetiforme.

Otros medicamentos, si contienen **gluten** deben declararlo en el listado de **excipientes**.



Complementos alimenticios

Los complementos con proteasas que degradan gluten **no están indicados para personas celíacas**.

Los **probióticos**, mejor por indicación médica. Deben ser sin gluten y preferiblemente sin lactosa.

Si tiene cualquier duda, contacte con la Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten

📍 C/ Lanuza, 19 bajo.
28028 Madrid

www.celiacosmadrid.org
secretaria@celiacosmadrid.org

☎ 917 130 147
📞 670 387 514

Con la colaboración de:

