

**Expertos de HM Hospitales explican las claves de esta enfermedad**

**NIÑOS CELIACOS: CÓMO CRECER SIN GLUTEN**

* Se suele diagnosticar antes del tercer año de vida, o ya entre los 30 y los 50 años
* El hecho de tener familiares celiacos de primer grado (padres, hermanos), multiplica por 10 las posibilidades de que se sufra la enfermedad
* El resto de miembros deben ayudar al afectado a entender en qué consiste la enfermedad y las consecuencias que esta tendrá a lo largo de su vida

**Madrid, 10 de julio de 2015.** Cada vez se habla más de la enfermedad celíaca, una patología que se suele diagnosticar antes del tercer año de vida, o ya entre los 30 y los 50 años. Caracterizada por la intolerancia al gluten, tiene impacto a lo largo de toda la vida de las personas que la sufren.

Los Dres. Alfonso Barrio, jefe de Servicio de Gastroenterología Pediátrica del Hospital Universitario HM Montepríncipe, Matilde Velasco, coordinadora de Pediatría del Hospital Universitario HM Montepríncipe y María Muñoz Pereira, jefa de Servicio de Alergología de los Hospitales Universitarios HM Montepríncipe y HM Puerta del Sur, explican detalladamente los síntomas característicos de esta enfermedad e informan sobre cómo se debe actuar en caso de sufrirla o convivir con alguien que la padezca.

“La enfermedad celíaca no es hereditaria, -declara el Dr. Alfonso Barrio- aunque sí que existe una predisposición genética a padecerla”. El hecho de tener familiares celiacos de primer grado (padres, hermanos), multiplica por 10 las posibilidades de que se sufra la enfermedad. Por esta razón, cuando se confirma un nuevo caso se aconseja estudiar a los familiares cercanos aunque no presenten los síntomas típicos de la enfermedad.

Los síntomas característicos en niños pequeños que padecen esta enfermedad son diarrea crónica, pérdida de peso, apatía o carácter irritable, abdomen hinchado y desnutrición. Los niños mayores y los adultos suelen tener menos manifestaciones y más leves, como falta de hierro, pérdida de apetito, talla baja, dolor abdominal crónico, estreñimiento, llagas en la boca, dolores articulares, dermatitis herpetiforme, alteraciones del esmalte dentario, fracturas inexplicadas, manifestaciones neurológicas, menarquía retardada e intestino irritable. “Además -advierte el Dr. Barrio-, es muy importante descartar esta enfermedad en situaciones en las que es mucho más frecuente, como es el caso de niños con Síndrome de Down o diabetes tipo I”.

La Dra. Matilde Velasco indica que es importante acudir al médico en cuanto se perciba alguno de los síntomas antes citados, ya sea en una persona adulta o en sus hijos. En el caso de acudir con un niño al pediatra, y una vez descartadas otras enfermedades con la que comparte síntomas, éste les derivará al Servicio de Gastroenterología Pediátrica.

Ante una sospecha de intolerancia al gluten, el médico indicará un análisis de sangre para determinar los anticuerpos propios de la celiaquía. Si el resultado es positivo o no existe otra explicación para los síntomas, se realizará una gastroscopia con biopsia duodenal que permitirá confirmar el diagnóstico. En algunos casos, apunta el Dr. Barrio, “cabe la posibilidad de obviar la biopsia”, cuando los síntomas son muy característicos, los marcadores aparecen muy elevados en dos muestras de sangre distintas y el estudio de genes de riesgo es positivo. Confirmado el diagnóstico, se estudiarán a los familiares de primer nivel en busca de aquellos portadores de genes de riesgo, y en caso positivo, se procederá a realizarles el resto de estudios.

**Cómo debe actuar la familia**

Una vez diagnosticada la enfermedad, muchos padres experimentan cierto temor e inseguridad al pensar en eliminar definitivamente el gluten de la dieta de sus hijos. Sin embargo, una vez lo han asumido y comienzan a implementar esta medida, “todos refieren que ha sido más fácil de lo que pensaban”, asegura del Dr. Barrio.

El hecho de que un niño sea celíaco afecta en mayor o menor medida a toda la familia. El resto de miembros deben ayudar al afectado a entender en qué consiste la enfermedad y las consecuencias que esta tendrá a lo largo de su vida. “Además -explica la Dra. Velasco- es importante no ocultar la enfermedad, e informar a todas las personas del entorno sobre las características de la misma”.

Eliminar el gluten de la dieta supone no consumir trigo, cebada ni centeno. Algunos expertos aconsejan también eliminar la avena, sobre la que existen ciertas dudas. En el caso de alimentos procesados, hay que asegurarse de que llevan el distintivo “sin gluten”, ya que la ingesta de una pequeña cantidad de éste puede ser suficiente para reactivar la enfermedad. A pesar de eliminar estos alimentos, existen muchos otros que si se pueden consumir sin peligro, como lácteos, carnes, pescados, huevos, frutas, verduras, aceite o azúcar.

El Dr. Barrio insiste en que “desde el diagnóstico, hay que educar a los niños en preguntar si puede tomar los alimentos que se le ofrezcan, especialmente precocinados, chucherías, etc. A medida que estos crecen, deben aprender a identificar el símbolo “sin gluten”, a interpretar las etiquetas y a tener siempre presente que ante la duda es mejor no ingerirlo”.

“No se debe confundir la intolerancia al gluten con la alergia que un niño pueda tener a otro tipo de alimentos”, manifiesta la Dra. Muñoz Pereira. El alérgico con el tiempo puede llegar a tolerar el alimento al que era alérgico, que puede ser de cualquier tipo, el consumo del mismo puede ocasionarle una reacción grave y tras generarse esta reacción, el diagnóstico suele ser inmediato. En el caso de la enfermedad celíaca sucede lo contrario, padeciéndose la intolerancia a lo largo de toda la vida, y siendo únicamente los cereales con gluten los que ocasionan reacciones más leves y de difícil diagnóstico.

**HM Hospitales**

HM Hospitales está formado por diferentes hospitales médico-quirúrgicos privados, entre los que se incluyen el Hospital Universitario HM Madrid, el Hospital Universitario HM Montepríncipe, el Centro Integral de Enfermedades Cardiovasculares HM CIEC, el Hospital Universitario HM Torrelodones, el Hospital Universitario HM Sanchinarro, el Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC, el Hospital Universitario HM Nuevo Belén, el Hospital Universitario HM Puerta del Sur y el Centro Integral en Neurociencias A.C. HM CINAC, todos ellos con la mayor cualificación técnica y humana. En 2014 se integran, además, el Grupo Hospitalario Modelo, referencia indiscutible en A Coruña y en Galicia, formado por el Hospital HM Modelo y la Maternidad HM Belén, y el Instituto Médico Integral HM IMI Toledo.

Basado en un Decálogo y en el Juramento Hipocrático, dirigido por médicos y con el objetivo de ofrecer una medicina de calidad, basada en la asistencia, docencia e investigación, los diferentes centros de HM Hospitales se han dotado con una tecnología de vanguardia y cuentan con el personal mejor cualificado y más humano.

Todos los centros de HM Hospitales funcionan de forma integrada. Para ello, existe una estructura corporativa con servicios centralizados, así como diferentes herramientas informáticas de gestión integral. Esto permite una actuación complementaria y sinérgica de estructuras, servicios y equipamientos, con el máximo aprovechamiento de los recursos tecnológicos y humanos.

Más información: [**www.hmhospitales.com**](http://www.hmhospitales.com)

**Para más información:**

**DPTO. DE COMUNICACIÓN DE HM HOSPITALES**

**María Romero**

**Tel.: 91 216 00 50 / Móvil: 667 184 600**

**E-mail:** [**mromero@hmhospitales.com**](mailto:mromero@hmhospitales.com)