

MANUAL DA ENFERMIDADE CELÍACA



XUNTA DE GALICIA

Autor: **ACEGA** coa colaboración de

Dra. Pilar Pavón Belinchón
Pediatra

M^a Teresa García Fernández
Enfermeira

Edita: **Dirección Xeral de Saúde Pública**
Consellería de Sanidade
XUNTA DE GALICIA

Ilustracións: B. SAAVEDRA PITA

Imprime: Tórculo Artes Gráficas, S.A.

DL: C-766-04



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE
Dirección Xeral de Saúde Pública

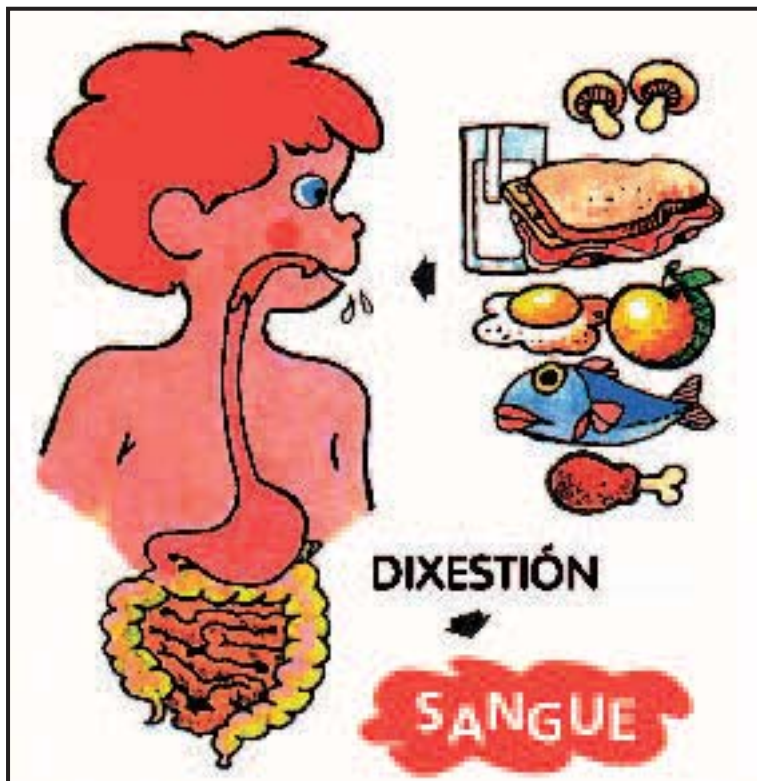


XACOBEO 2004
Galicia

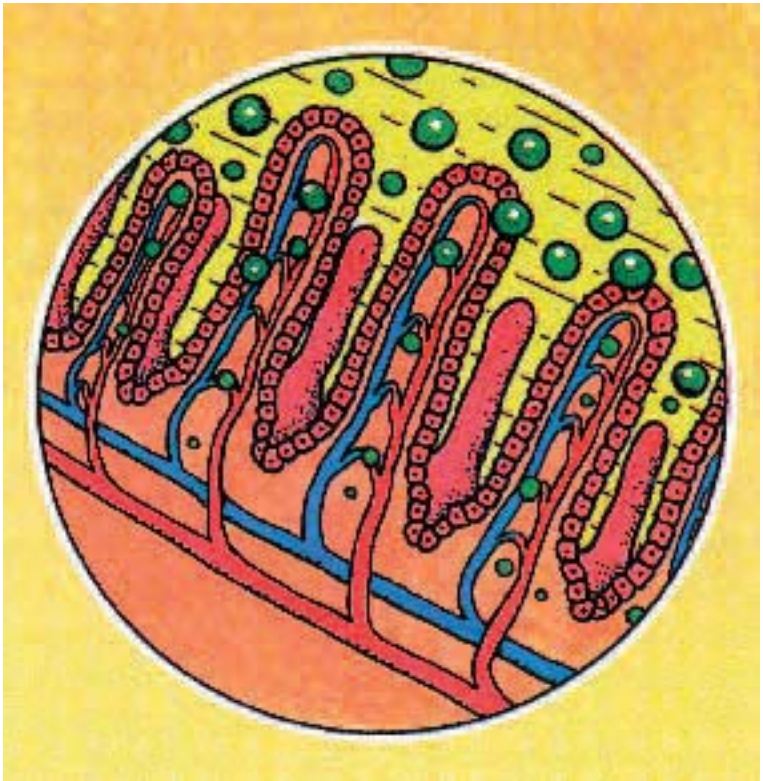




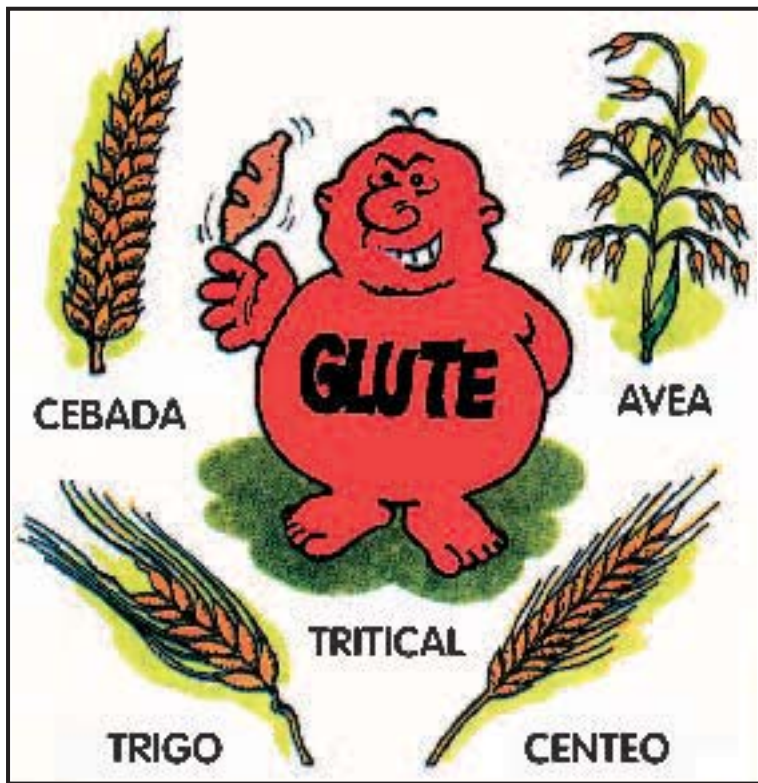
Este/a neno/a é coma os/as demais: xoga, corre, salta, nada, vai ó colexio, etc. A única diferenza é que hai algúns alimentos que non pode comer. Os que conteñen GLUTE.



Todos os alimentos que precisamos chegan a nós polo tubo dixestivo. Unha vez dentro, e despois da dixestión, pasan ó sangue atravesando as paredes do intestino; isto coñécese como ABSORCIÓN INTESTINAL.



Para poder realizar esta absorción, as paredes do intestino teñen unha estrutura especial: están formadas por unhas prolongacións en forma de dedos que se chaman VILOSIDADES INTESTINAIS e, a través delas, os alimentos pasan ó sangue. Se estas vilosidades non existisen non se podería realizar a absorción intestinal.



¿Que é o GLUTE?

O glute é unha proteína que existe nas fariñas de trigo, centeo, cebada e tritical.

A aveia, aínda que non contén glute, pode ter por estar contaminada na súa orixe ou durante o procesado.



O glute, en determinadas persoas, "ataca" a estrutura normal do intestino, destruindo as vilosidades e impedindo que os alimentos pasen ó sangue e se aproveiten correctamente. Estas alteracións coñécense co nome de MALABSORCIÓN INTESTINAL. Esta "intolerancia" ó glute coñécese como ENFERMIDADE CELÍACA. Ímosvos explicar como é esta enfermidade.



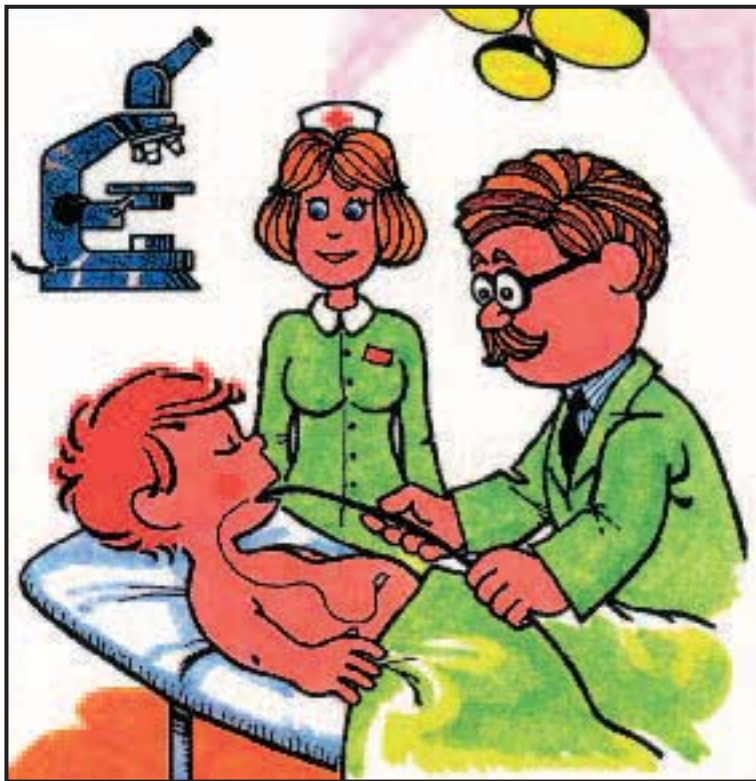
As persoas celíacas cando non toman glute non teñen problemas. Isto ocorre cos lactantes que só se alimentan de leite, froita e papas de millo e arroz, que, como sabedes, non conteñen glute. Nestas circunstancias, o desenvolvemento do/a neno/a é normal.



Cando o/a neno/a ten a idade adecuada, introdúcese o glute na súa alimentación (pan, galletas, fariñas de cereais, etc.). Despois dun intervalo variable, que pode ser de tres a nove meses, comezan a aparecer os seguintes síntomas: perda de apetito, diarrea, cambio de carácter, aumento da barriga, deixa de medrar, etc.



Cando os pais/nais ven estes síntomas acoden ó centro de saúde, donde despois de explorar ó/á neno/a, realízanlle análises e outras probas que levan a sospeitar unha intolerancia ó glute.



Para confirmar o diagnóstico farase unha biopsia intestinal. Esta realízase pasando, pola boca ata o intestino, unha sonda fina cunha cápsula ou aparello chamado endoscopio. Cando chega ó intestino, ó lugar adecuado, tómase unha pequena mostra da mucosa intestinal. Obsérvase ó microscopio e vense as vilosidades, aquelas que vos dicíamos ó principio. Se están en mal estado, trátase da enfermidade celíaca.



Despois de feito o diagnóstico, o tratamento consiste en levar de forma rigorosa unha DIETA SEN GLUTE.

Non sempre é doado saber que alimentos dos que existen no mercado teñen glute, polo que é necesario consultar as listas editadas periodicamente pola ASOCIACIÓN DE CELÍACOS.



Tedes que saber que hai moitos alimentos que non conteñen glute e que abundan para unha alimentación correcta.

Ademais, existen alimentos especiais preparados con fariñas sen glute.

A Asociación de Celíacos indicaravos onde podedes conseguilos.



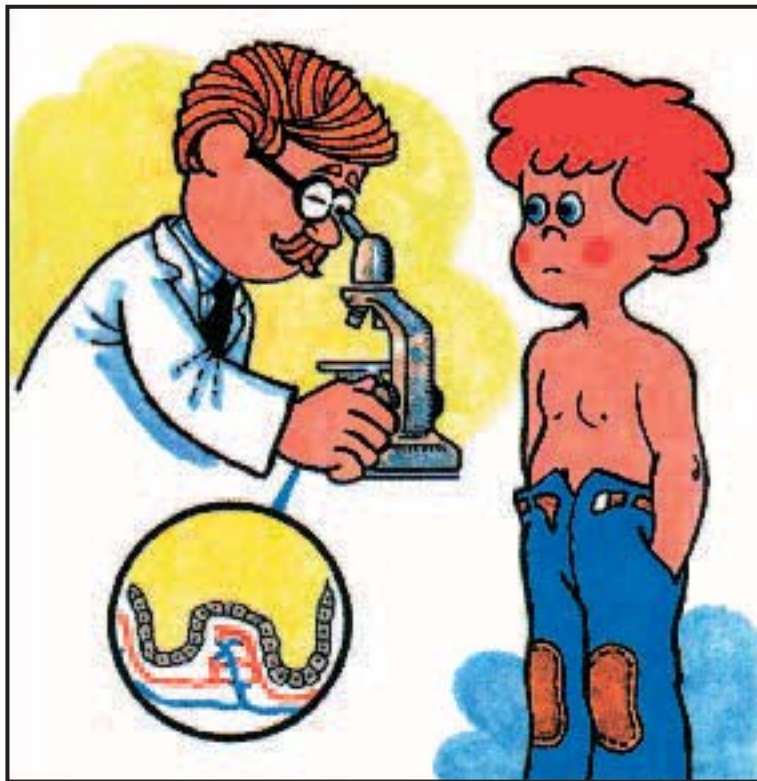
As persoas celíacas, como xa dixemos antes, poderán facer unha vida totalmente normal na casa, no colexio, cos/as amigos/as... A única precaución que debes ter é **NON TOMAR ALIMENTOS QUE CONTEÑAN GLUTE**.



Se comesdes no comedor do colexio, os/as vosos/as pais/nais deben comunicarlle o voso réxime á dirección do centro, que, con toda seguridade, colaborará en facer a vosa dieta.



Se ides de viaxe, vacacións, a restaurantes... lembrade que hai moitos menús que non conteñen glute.



O/a neno/a vai precisar máis dunha biopsia para chegar a un diagnóstico definitivo de enfermidade celíaca e, de confirmarse, levará UN RÉXIME SEN GLUTE DURANTE TODA A VIDA.



Se a dieta se leva ben, cousa relativamente doada de facer, o crecemento e desenvolvemento do neno será normal.