

# ENFERMEDAD CELÍACA: CALIDAD DE VIDA, CONTROL DE GLUTEN EN ALIMENTOS

M<sup>º</sup> Regina Navarro Jiménez  
Elisabeth Torres Vigil  
Gema Rodríguez Torres  
Lourdes Sáez Barragán

## INTRODUCCIÓN:

La enfermedad celíaca es una intolerancia permanente a las prolaminas que se encuentran en los cereales del trigo, cebada, centeno, triticale y avena. Se caracteriza por una reacción inflamatoria de base inmunológica en la mucosa del intestino delgado, dificultando la absorción de nutrientes.

Es una enfermedad permanente y crónica, con componente genético y desencadenada por factores exógenos y ambientales, presente en niños y adultos con diferentes presentaciones. Todas las manifestaciones de la enfermedad desaparecen eliminando el gluten de la dieta.

La prevalencia de la intolerancia al gluten, estimada en los europeos y sus descendientes es del 1%, siendo más frecuente en las mujeres con una proporción 2:1. En España un porcentaje importante de pacientes (75%) están sin diagnosticar, circunstancia que viene determinada por la existencia de otras formas atípicas de manifestación, provocando graves daños y complicaciones en los sistemas nervioso y digestivo, por lo que constituye un importante problema de salud pública.

## OBJETIVOS:

- Detectar los principales inconvenientes sociales ocasionados por la enfermedad.
- Es necesario controlar la presencia de prolaminas en los alimentos certificados como aptos para celíacos.

## METODOLOGÍA:

Revisión sistemática, realizando una búsqueda bibliográfica en bases de datos como Cochrane, Cuiden, Scielo y Google Académico, de registros que oscilaron desde el año 2006 al 2016, haciendo una selección de documentos relacionados con el control del gluten en la alimentación y de la enfermedad celíaca, seleccionando 10 artículos, utilizando como criterios de inclusión, el control de gluten en los alimentos, la calidad de vida del paciente así como su calidad de vida y conocimiento de la enfermedad y su tratamiento, realizando una lectura crítica de los mismos.

## RESULTADOS:

La enfermedad celíaca aumenta conforme su estudio, se extiende de forma mundial y afecta a cualquier grupo étnico o región, como consecuencia de migraciones, procesos de globalización, factores genéticos entre otros. Es una enfermedad permanente y crónica, con componente genético, desencadenada por factores exógenos y ambientales. Se presenta tanto en niños como en adultos y con presentaciones muy variables. Su diagnóstico se basa en pruebas serológicas y en biopsia intestinal. El retraso en el diagnóstico, sobre todo en pacientes adultos, conlleva a la aparición de determinadas condiciones patológicas que se suelen recuperar con la instauración de la dieta sin gluten. La EC afecta a toda las dimensiones de la vida de los que la padecen, interactuando factores como el diagnóstico precoz, disponibilidad de productos sin gluten, etiquetado, información sobre la enfermedad y la dieta sin gluten y apoyo psicosocial.

La enfermedad celíaca condiciona cambios en diferentes aspectos de la vida, por lo que la percepción de la calidad de vida relacionada con la salud, dependerá del paciente y sus circunstancias.

En cuanto a la normativa reguladora, está el Reglamento (CE) N° 41/2009 de la Comisión, del 20 de enero, sobre la composición y etiquetado de productos alimenticios apropiados para personas con intolerancia al gluten (Corrección de errores: DOUE L 171 de 1 de julio de 2009), se establecen dos categorías de alimentos aptos para el consumo de personas intolerantes al gluten: "sin gluten": el contenido en gluten no sobrepasa los 20 mg/kg en los alimentos, tal como se venden al consumidor final y con un contenido "muy bajo de gluten", cuando el nivel de gluten no superen los 100 mg/kg en los alimentos, tal como se venden al consumidor final.

No obstante a partir del 20 de julio de 2016 se aplicará el Reglamento de Ejecución (UE) N° 828/2014 de la Comisión, de 30 de junio, relativo a los requisitos para la transmisión de información a los consumidores sobre la ausencia o la presencia reducida de gluten en los alimentos. Se podrá acompañar de menciones como "adecuado para las personas con intolerancia al gluten" o "adecuado para celíacos".

Existen programas de control de alérgenos en alimentos, que controlan establecimientos de fabricación, transformación envasado y/o distribución, incluida la venta al consumidor final, de productos que tengan en su etiquetados alguna leyenda referida a la ausencia o bajo contenido en gluten. Los alimentos diana a controlar son productos especialmente destinados a personas con intolerancia al gluten, alimentos a base de cereales y alimentos infantiles para lactantes y niños de corta edad, productos de consumo normal y otros productos dietéticos no destinados especialmente a intolerantes al gluten.

## CONCLUSIÓN:

En España hay un porcentaje importante (75%) de pacientes que están sin diagnosticar, debido a su dificultad de diagnóstico y a sus diferentes formas de presentación de la enfermedad, provocando graves daños y complicaciones de diversa patología, constituyendo un importante problema de salud pública.

La calidad de vida de los pacientes se ve mermada, en el aspecto psicosocial. Tienen problemas a la hora de encontrar productos sin gluten, de viajar, de ir a comer a restaurantes, de entender el etiquetado de los productos.

Es necesario mayor información sobre la enfermedad, y el tratado y/o control de gluten en la alimentación, especialmente en hostelería, sobretodo la pequeña y bares.

Con la nueva normativa se entenderá mejor el etiquetado y el proceso del producto en diferentes etapas de su fabricación y/o elaboración, facilitando al paciente el conocimiento de la presencia de gluten en los alimentos. Su control y vigilancia es la única herramienta válida para asegurar la salud de estos enfermos, ya que hoy en día es el único tratamiento, y la calidad de vida de los pacientes se ve condicionada a la sintomatología.



## PALABRAS CLAVE:

Enfermedad celíaca, control gluten intolerancia alimetaria, calidad de vida.

