

¿Qué es la enfermedad celíaca?

La Enfermedad Celíaca es una intolerancia permanente al gluten, que es una proteína que se encuentra en el trigo, avena, cebada y centeno (T.A.C.C.).

El consumo de gluten en una persona celíaca, daña la mucosa del intestino y disminuye la capacidad del mismo de absorber nutrientes. La enfermedad puede presentarse en cualquier momento de la vida desde la lactancia hasta la adultez avanzada.



www.msptucuman.gov.ar



Ministerio de Salud Pública Tucumán



@msaludtuc



Salud Escucha: 0800 4444 999

APTO
PARA CELÍACOS



Sentirse bien es una elección

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA



GOBIERNO DE
TUCUMÁN

Síntomas característicos

Digestivos

- Diarrea crónica
- Dolor intestinal
- Hinchazón abdominal
- Reflujo gastroesofágico
- Constipación
- Vómitos

No digestivos

- Pérdida de peso
- Cansancio
- Irritabilidad
- Retraso del crecimiento
- Retraso puberal
- Anemia
- Depresión
- Abortos o infertilidad
- Fracturas por golpes menores
- Picazón y erupciones en la piel



¿Cómo se diagnostica?

A través de un análisis bioquímico específico se estudia la posibilidad de ser celíaco.

En caso de ser positivo, se realiza una endoscopia digestiva para toma de biopsia intestinal y así obtener un diagnóstico definitivo.



Grupos de riesgo

- Antecedentes familiares celíacos
- Diabetes tipo 1
- Síndrome de Down
- Tiroiditis
- Otras enfermedades autoinmunes

La consulta temprana y el tratamiento oportuno son fundamentales



Tratamiento

Consiste en una dieta libre de gluten, de manera estricta y de por vida. Se debe evitar comer todos los alimentos que deriven del trigo, avena, cebada y centeno ya que estos cereales tienen proteínas tóxicas, conocidas comúnmente como gluten.

Las frutas y los vegetales frescos, carnes y huevos son alimentos que no contienen gluten.

Para identificar los alimentos industrializados que pueden consumir las personas celíacas, buscá el siguiente logo en el envase: O consultar en el Listado Oficial de Alimentos Aptos para celíacos



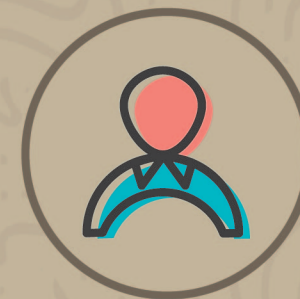
www.anmat.gov.ar

Ahí buscá el botón: **alimentos libres de gluten** y luego hacé clic en el link "Consulta online del Listado Integrado de ALG" y podrás buscar el producto que necesites consultar.



Control

La persona celíaca debe evaluar su estado nutricional, recibir educación alimentaria y controlar sus síntomas para una detección temprana de complicaciones o enfermedades asociadas.



Ante cualquier duda visitá a tu médico de cabecera o llegate al Centro Asistencial más cercano a tu hogar.

• Más información:
www.msal.gov.ar/celiacos

