

# Enfermedad celíaca

La enfermedad celíaca (Celiac Disease, CD) es una enfermedad digestiva común. También se la conoce como esprúe celíaco, enteropatía sensible al gluten o esprúe no tropical. En las personas con CD, el gluten (una proteína presente en el trigo, la cebada y el centeno) daña el intestino delgado y dificulta la absorción de los nutrientes de los alimentos. Hasta 1 de 113 personas en los Estados Unidos tiene CD. El riesgo es mayor (1 de 22) en las personas con un pariente de primer grado con CD. No se conoce la causa de la CD, pero los factores ambientales, inmunitarios y genéticos contribuyen a la enfermedad. El número del 12 de octubre de 2011 de JAMA incluye un artículo acerca de la CD. Esta Hoja para el Paciente está basada en otra originalmente publicada en el número de JAMA del 16 de septiembre de 2009.

## CAUSA Y PATOLOGÍA

Se cree que existe un aspecto **inmunitario** (asociado con el sistema inmune) relacionado con la CD. Los **anticuerpos** son componentes normales del cuerpo que combaten aquello que trata de invadirlo; los autoanticuerpos se dirigen anormalmente contra el propio cuerpo. En la sangre de los pacientes con CD se encuentran varios autoanticuerpos. Estos autoanticuerpos parecen ser originados por la CD. La CD también tiene un componente genético. Casi todos los pacientes tienen un gen en particular, pero solo una pequeña cantidad de personas con ese gen tienen CD. Cuando las personas con CD ingieren alimentos o usan productos que contienen gluten, el sistema inmunitario responde dañando o destruyendo **vellosidades** (protrusiones diminutas de aspecto similar a dedos que recubren el intestino delgado). Los nutrientes de los alimentos se absorben a través de las paredes del intestino delgado e ingresan en el torrente sanguíneo. Sin vellosidades sanas, las personas están mal nutridas, independientemente de lo que coman.

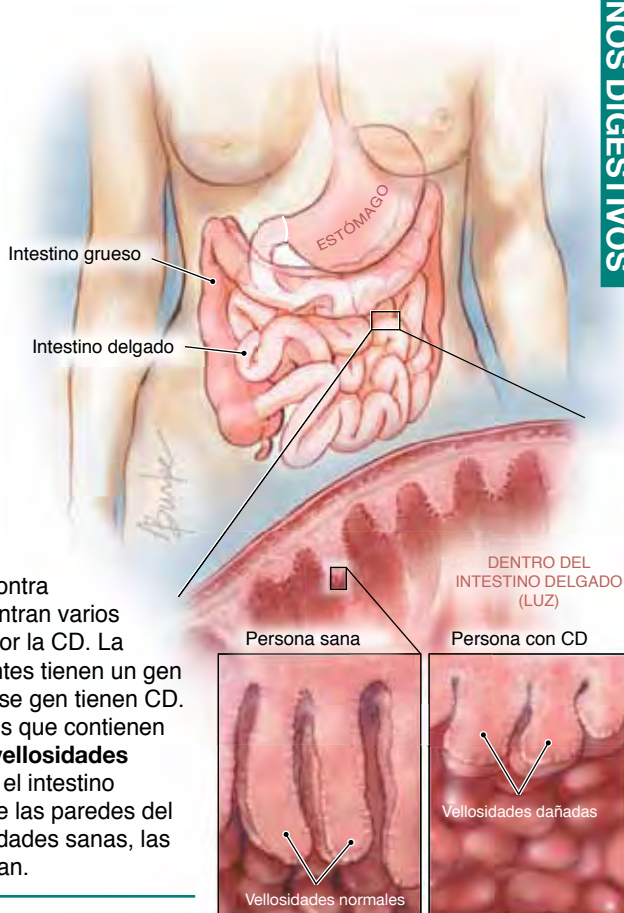
## SÍNTOMAS

Los síntomas de la CD incluyen hinchazón o dolor abdominal; diarrea crónica; vómitos; estreñimiento; heces pálidas, con olor desagradable o grasas; y pérdida de peso. Es posible que los adultos no tengan tantos síntomas en comparación con los niños. Los adultos con CD son más propensos a tener **anemia** (recuento bajo de glóbulos rojos) sin explicación aparente, agotamiento, dolor óseo o articular, artritis, pérdida ósea u osteoporosis, depresión o ansiedad, hormigueo o adormecimiento en las manos y los pies, o un sarpullido con picazón conocido como **dermatitis herpetiforme**.

## DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

Debido a los síntomas diversos de la CD, el diagnóstico, a menudo, se retrasa y muchos individuos con CD nunca reciben un diagnóstico. El diagnóstico estándar de CD comienza con análisis de sangre y se confirma con una pequeña biopsia intestinal que muestra vellosidades anormales.

El único tratamiento para los pacientes con CD es evitar los alimentos que contengan trigo, cebada o centeno, o que estén elaborados con estos, durante el resto de su vida. Comer incluso una pequeña cantidad de gluten puede dañar el intestino delgado. En los niños, el intestino delgado generalmente sana en el término de entre 3 y 6 meses, pero en los adultos puede tardar años. La avena es segura en pequeñas cantidades, si bien la avena, a menudo, es procesada en instalaciones que también procesan otros granos. Es seguro comer arroz, papas, soya y trigo sarraceno. Es importante que las personas con CD lean las etiquetas de los productos, ya que el gluten se usa como aditivo en algunos medicamentos, lápices de labios, vitaminas e incluso Play-Doh.



## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Institutes of Health (Institutos Nacionales de Salud) [www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/celiac/](http://www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/celiac/) [www.nlm.nih.gov/medlineplus/celiacdisease.html](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/celiacdisease.html)
- American Dietetic (Asociación Dietética Estadounidense) [www.eatright.org](http://www.eatright.org)

## INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en [www.jama.com](http://www.jama.com). Muchas están disponibles en inglés y español.

Fuentes: National Institutes of Health, American Dietetic Association

Huan J. Chang, MD, MPH, Redactor

Alison E. Burke, MA, Ilustradora

Robert M. Golub, MD, Editor

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.

**JAMA**  
COPIA PARA  
SUS PACIENTES