

Tras el diagnóstico: 10 puntos clave

Los gastroenterólogos recomiendan una visita anual para tratar la evolución de la enfermedad celíaca, una frecuencia que será más elevada para aquellas personas con síntomas persistentes y con complicaciones.

¿QUÉ FACTORES DEBERÍAN SER OBJETO DE ESE SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN?

Prueba de los anticuerpos anti-transglutaminasa tisular

Se trata de un marcador específico de la enfermedad celíaca, que se presenta elevado en el momento del diagnóstico. Esta variable se normalizará tras varios meses de una dieta sin gluten estricta.

Control de parámetros sanguíneos

Estas pruebas nos indican si se van normalizando algunos parámetros que podrían estar alterados en el momento del diagnóstico, como los niveles de hierro y ferritina si el paciente tenía anemia, y otras posibles carencias nutricionales, como el déficit de vitaminas del grupo B (ácido fólico, vitamina B12).

Metabolismo del hueso

Es necesario comprobar que los niveles de calcio y vitamina D son los adecuados para una correcta salud del hueso. En pacientes adultos, incluso en adolescentes, conviene medir la densidad mineral ósea. A mayor edad, mayor dificultad para revertir una osteopenia u osteoporosis incipientes.

Tienes la enfermedad celíaca". Tras el diagnóstico, nos viene encima un alud de información sobre la patología y nos esforzamos en redefinir nuestra dieta para suprimir el gluten al 100%. Pero tras esa sacudida inicial a nuestro estilo de vida, perdemos el contacto con el médico. Y es que la vida sigue.

De hecho es habitual que los pacientes se sientan inseguros sobre cómo gestionar su enfermedad celíaca tras el diagnóstico.

Y es que esta patología es una enfermedad crónica que debe tener un seguimiento. Por tanto, es importante que haya visitas de seguimiento al gastroenterólogo al menos durante el primer año después del diagnóstico y, una vez recuperados, al médico de cabecera para hacer controles anuales.

Es más, si un paciente sigue teniendo diarreas o ciertos dolores abdominales no se puede resignar y concluir que "no es para tanto". La continuidad de los síntomas debe ser abordada. Podría ser que la persona siga ingiriendo gluten sin saberlo, o que presente intolerancia a la lactosa, o que presente alguna otra patología.

UNA VEZ NOS HAN DICHO QUE TENEMOS LA PATOLOGÍA, ES IMPORTANTE QUE CONCERTEMOS VISITAS DE SEGUIMIENTO AL GASTROENTERÓLOGO

Función tiroidea

Las personas con enfermedad celíaca son más propensas a presentar otros problemas autoinmunes, especialmente las enfermedades tiroideas. Los médicos no tienen claro cada cuanto tiempo hay que hacer un seguimiento de esta glándula, pero sí que coinciden en destacar su importancia.

Dieta

Para comprobar la adherencia a la dieta sin gluten, debemos acudir a revisiones cada año para un control analítico y chequeo clínico, y también es bueno que consultemos con un profesional de la nutrición familiarizado con la enfermedad celíaca.

Peso

Tras el diagnóstico, a menudo subimos de peso. Se trata de un signo positivo, que apunta a que estamos absorbiendo más nutrientes. Pero también puede pasar que estemos comiendo más de la cuenta (para compensar la prohibición del gluten), o que nos pasen factura las grasas añadidas

y los carbohidratos refinados presentes en muchos productos sin gluten envasados. Es importante ponerse en manos de un profesional dietético.

Fármacos

Ojo, porque los medicamentos pueden contener gluten, por lo que es fundamental chequear en el prospecto si los excipientes contienen o no esta proteína. Por otro lado, hay fármacos que provocan efectos secundarios que se pueden confundir con los síntomas de la enfermedad celíaca.

Vacunas

Las personas con enfermedad celíaca tienen más dificultad para quedar inmunizadas frente al virus de la hepatitis B, por lo que puede ser necesaria una dosis adicional de revacunación. ■

UN PACIENTE CON LA ENFERMEDAD QUE SIGA TENIENDO DIARREAS O CIERTOS DOLORES ABDOMINALES NO SE PUEDE RESIGNAR Y CONCLUIR QUE "NO ES PARA TANTO"

¡Bien alimentados!



Floradix-Kindervital[®]

Calcio + 9 vitaminas + plantas + verduras + frutas

El cuerpo infantil es un organismo en continuo desarrollo que necesita estar bien nutrido, mediante una alimentación variada en la que no deben faltar las vitaminas y los minerales.

El calcio contribuye al normal metabolismo energético y a un funcionamiento normalizado de músculos, huesos y dientes. El cerebro también necesita del calcio, ya que este mineral interviene en el normal funcionamiento de la neurotransmisión. Algunas vitaminas como la A, D y E son necesarias para que el sistema inmunológico de los niños funcione con normalidad.

Floradix-Kindervital es un complemento alimenticio rico en calcio y vitaminas cuya fórmula está diseñada para ayudar a niños y jóvenes en su alimentación diaria.

Porque las exigencias del día a día son muchas..., y es necesario afrontarlas estando bien alimentados.



www.salus.es

SALUS FLORADIX ESPAÑA, S.L.

Avda. Pla del Mesell, 4 - Teléfono 965 637 004 - 03560 EL CAMPELLO (Alicante)

Síguenos en



facebook.com/salus.es