



Ce.Di.Ce.
Centro de Difusión de la Celiacía

Nº 5

Mundo Celíaco

"Difundir para concientizar"

Publicación del Centro de Difusión de la Celiacía (Ce.Di.Ce.)
Distribución Gratuita - FEBRERO de 2009

SUMARIO

- 3 Actividades Ce.Di.Ce.
- 4 Enfermedad celíaca:
genética y autoinmunidad
- 6 Legislación
- 8 Manifestaciones bucales
en la enfermedad celíaca
- 10 Novedades
- 12 Para compartir
- 13 Comer sin Gluten
- 14 Comer afuera

**Enfermedad celíaca:
GENÉTICA y AUTOINMUNIDAD**

pág 4

**Manifestaciones bucales
de la enfermedad celíaca**

pág 8

El Centro de Difusión de la Celiaquía

Es una organización civil sin fines de lucro que surgió como respuesta a la necesidad de un grupo de celíacos y familiares de difundir la temática en forma integral, considerando que la información es el instrumento principal para comenzar a concientizar a la sociedad sobre la problemática de la celiaquía, a fin de evitar la discriminación y lograr así el respeto por el modo de vida que debe llevar la persona celíaca.

El Centro nuclea a celíacos, familiares y toda otra persona que tenga afinidad con esta problemática social y comparte los objetivos que persigue la Institución como son: lograr un diagnóstico precoz e integrar al celíaco en la sociedad en todos los ámbitos y niveles (personal, laboral, social, familiar, escolar, etc.)

Para ello se llevan a cabo distintos programas destinados a formación de recursos humanos capacitados para brindar servicios en el área de la salud, la educación, la industria alimentaria, gastronómica, hotelera y turística, así como información y orientación a la comunidad en general y difusión en medios de comunicación oral, escrita y electrónica.

Desde este espacio convocamos a acercarse a toda aquella persona, celíaca o no, que compartiendo los objetivos, sienta que puede comprometerse y colaborar en estas acciones, con el fin de sensibilizar a la población y lograr una adecuada calidad de vida para el celíaco, que no debe ser distinta a la de cualquier otro ciudadano: saludable y exenta de complicaciones.

Producción periodística:
María Magdalena Coelli
Margarita Hollman
María Rosa Pastor
Marta Poli

Editorial

Nos sentimos muy satisfechos de comunicarnos para *compartir con ustedes el balance positivo para la comunidad celíaca argentina, que hacemos del año concluido.*

Durante el año 2008, se puso en marcha con diferentes acciones, el Programa Nacional de Detección y Control de EC.

Se manifestó el interés de los legisladores nacionales, provinciales y municipales en el tema a través de la cantidad de proyectos presentados y el tratamiento de los mismos en las diferentes Comisiones, lo que implica un paso más en la toma de conciencia de la sociedad sobre la Celiaquía.

Se realizaron gran cantidad de eventos nacionales y/o internacionales dirigidos a diferentes públicos, organizados por instituciones públicas o privadas.

Se conformó el Movimiento Celíaco Argentino, del cual Ce.Di.Ce. forma parte, reuniendo a representantes de distintos sectores involucrados con la EC.

Todos estos hechos, renuevan nuestro entusiasmo de seguir con la tarea, que a veces puede parecer silenciosa pero constante, de capacitación y difusión, a través de cursos, material informativo, pagina web, así como la realización y distribución de esta revista, comprobando con beneplácito que hoy hay más lugares donde saben qué es la celiaquía, qué deben comer los celíacos y cómo elaborar sus comidas.

Este es el camino que elegimos para sumar nuestro esfuerzo al de todos los que, desde distintos lugares, trabajan para el bienestar de la comunidad celíaca, y en esa dirección seguiremos avanzando.

Colaboran en este número:
DRA. ADRIANA CRIVELLI
DR JUAN CARLOS GÓMEZ
DRA. ALICIA MARCO
MÓNICA CORTIZAS



Junio	Capacitación para trabajadores de la salud: Instituto Mainetti. La Plata. Enfermería Profesional
Julio	Difusión Periodística Entrevista Radio Universidad Nacional de La Plata. Audición El Andén.
Agosto	Capacitación sobre manipulación de alimetros para celíacos Sindicato UTGHRA La Plata. (libreta sanitaria) 2 charlas Información Municipalidad de La Adela, Pcia de La Pampa. Orientación con psicólogos, asistentes sociales, celíacos y familiares.
Septiembre	Capacitación sobre manipulación de alimentos para celíacos -Sindicato UTGHRA La Plata (libreta sanitaria) 2 charlas. -Instituto Superior de Ciencias La Plata. Capacitación para trabajadores de la salud -FECLIBA, Distrito I. Carrera de Enfermería. Información 7° Congreso Internacional Odontológico. SOLP.
Octubre	Capacitación sobre manipulación de alimentos para celíacos -Sindicato UTGHRA. La Plata. (libreta sanitaria) 2 charlas. -Instituto Universitas. La Plata. Carrera Hotelería. -CEA, Berisso (libreta sanitaria) -Dirección Coordinación, Contralor y Fiscalización Sanitaria. Munc. La Plata (libreta sanitaria) Capacitación para trabajadores de la salud -FECLIBA Distrito I La Plata. Carrera Enfermería. -Facultad de Ciencias Médicas de la UNLP. Carrera Enfermería Universitaria.
Noviembre	Capacitación sobre manipulación de alimentos para celíacos. -Dirección Coordinación, Contralor y Fiscalización Sanitaria. Munic. La Plata. (libreta sanitaria) . -Escuela de Salud, Ministerio de Salud de la Pcia de Bs As. Programa de Salud Ambiental . Capacitación para trabajadores de la salud -Asociación Trabajadores del Estado, Carrera de Enfermería.
Diciembre	Capacitación sobre manipulación de alimentos para celíacos -Dirección Coordinación, Contralor y Fiscalización Sanitaria. Munic. La Plata. (libreta sanitaria) -Sindicato UTGHRA La Plata. (libreta sanitaria) . 2 charlas -Casa Olga Vazquez Información Biblioteca Municipal de San Carlos de Bariloche , Pcia de Rio Negro Material informatvo. Hospital de San Carlos de Bariloche, Pcia de Rio Negro. Material informativo.

Institucionales

Participación en

-Congreso Argentino de Gastroenterología 2008 /
Reunión abierta a la comunidad. CABA
-1°, 2° Reunión Plenaria Movimiento Celíaco Argentino
-Jornada: Enfermedad Celíaca, aspectos actuales y
tratamiento. Ministerio de Salud Provincia de Bs As

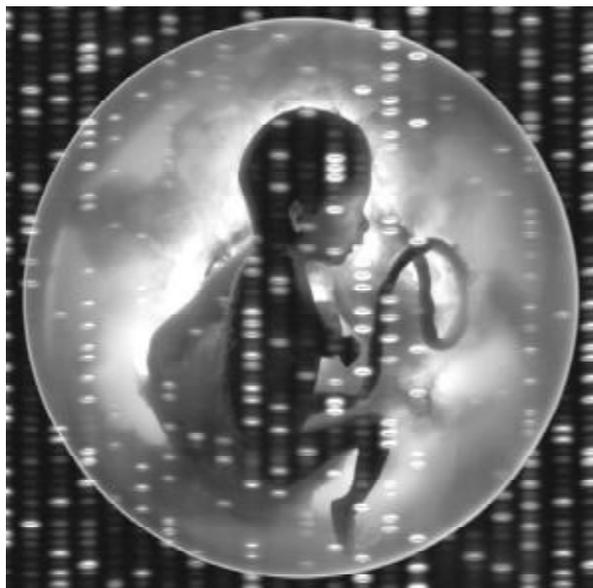
-1° Jornada para la inclusión del celíaco en la
sociedad platense. ACA, Munic. de La Plata
-Reunión informativa con Director de INTI.
Ing. Nicolás Apro , "Proyecto Vida SIN TACC".
Desarrollo , fabricación y distribución de
alimentos para celíacos. Sede de Empresa
Kapac, CABA.

Enfermedad Celíaca:

DRA. ADRIANA CRIVELLI

Jefa de la Unidad de Soporte Nutricional y Enfermedades Malabsortivas. Hospital San Martín. La Plata
www.soportenutricional.com.ar

La enfermedad celíaca (EC) es una enteropatía que cumple los criterios de las enfermedades autoinmunes, donde se conocen la predisposición genética (HLA), los factores exógenos desencadenantes (gluten) y los autoantígenos (transglutaminasa tisular). La causa por la que se produce esa intolerancia no está aún aclarada, pero sí está aceptado que existe una alteración en la respuesta inmunitaria o de "defensa" del paciente celíaco que hace que el organismo reconozca como extraño al gluten y genere un anticuerpo contra él. Estos anticuerpos son los que producirían la lesión intestinal, pero también podrían actuar contra otros órganos o sistemas, lo que permitiría explicar otros síntomas que aparecen en la EC. Estos conocimientos han permitido definir a la EC como un desorden multi-sistémico que puede afectar otros órganos extra-intestinales, tales como piel, corazón, sistema nervioso e hígado entre otros.



Se sabe que la EC aparece con más frecuencia entre los miembros de una familia que comparten el mismo "grupo" genético, es decir un grupo de genes que forman parte de lo que se conoce como complejo mayor de histocompatibilidad (CMH). Este complejo está formado por un grupo de genes que se ubican en el cromosoma 6 y su función fundamental es "captar" sustancias extrañas para "presentárselas" a las células específicas encargadas de defender al organismo de esas sustancias extrañas. Los genes del CMH se clasifican en 3 grupos (I, II, y III) de acuerdo a su estructura química, su distribución en los tejidos y sus funciones.

Los del grupo I se encuentran en la superficie de todas las células (menos en los glóbulos rojos y las plaquetas) y se designan como HLA-A, HLA-B y HLA-C. Los antígenos de la clase II se designan HLA-DP, HLA-DQ (del que hablaremos más adelante) y HLA-DR y se encuentran en las células del sistema inmune. Las sustancias (o moléculas) que se unen a los antígenos HLA clase II provienen, en general, de afuera del organismo, como microbios y proteínas (por ejemplo el gluten). Cuando una proteína es reconocida como extraña, el HLA se une a esa proteína y se la "presenta" a otras células del organismo encargadas de formar los anticuerpos contra esa sustancia reconocida como extraña.

En la década de los setenta, con el descubrimiento del sistema HLA, se pudo comprender mejor el fenómeno del rechazo de órganos transplantados y también descubrir la conexión entre determinados perfiles de HLA y una mayor frecuencia de enfermedades autoinmunes como el Lupus Eritematoso Sistémico, la Miastenia Gravis y el Síndrome de Sjögren, u otras como la Espondilitis Anquilosante y la Enfermedad Celíaca.

El ADN que se transmite de padres a hijos se encuentra en el cromosoma del núcleo de todas las células y está formado por una gran cantidad de elementos como si fueran letras que se combinan entre sí para formar palabras que a su vez se combinan para formar un mensaje. En ese mensaje hay diferentes partes que se denominan genes. Los genes del sistema HLA que recibe un hijo provienen la mitad del padre y la otra mitad de la madre, con lo cual se forma el perfil genético de ese nuevo ser.

Como dijimos antes, la susceptibilidad a la EC es determinada por VARIOS factores genéticos que conducen

Genética y autoinmunidad

a la intolerancia permanente a la gliadina y otras prolaminas. Entre los factores genéticos conocidos está la asociación con el HLA DQ-2 y DQ-8.

El HLA-DQ-2 se encuentra en el 80-90% de los pacientes celíacos y en el resto se encuentra el HLA-DQ-8. Entonces la EC NO SE DESARROLLA a menos que la persona tenga el HLA-DQ2 o DQ8. Sin embargo, también sabemos que estos HLA están en el 20-30% de la población general. Esto significa que la presencia del HLA es necesaria, pero no suficiente, para desarrollar la EC. Los HLA representarían el 50% de la carga genética para que se desarrolle la EC. El resto de la carga genética responsable de la EC aún no se conoce.

Dijimos antes que la EC aparece con más frecuencia entre los miembros de una familia que comparten el mismo "grupo" genético. Este grupo genético compartido es el HLA DQ-2 ó DQ-8. La herencia de este factor hace que entre los familiares de primer grado de pacientes celíacos haya una prevalencia global de EC de aproximadamente un 12 a 20%. También hay un incremento en familiares de 2º grado.

En nuestra Unidad estudiamos 142 familiares de 1º grado de 67 pacientes con EC diagnosticándose 17 con EC, esto es un 11%, una cifra mucho más alta que la se observa en la población general que es de 1%. El dato más importante fue que casi en la mitad de ellos la EC era asintomática.

La investigación de EC en los familiares (considerada una población de riesgo) facilita la detección y disminuye los riesgos de complicaciones.

En sujetos genéticamente predispuestos hay también una serie de otros autoanticuerpos además del EmA (antiendomiso) que pueden ser gluten – dependiente, por ejemplo anticuerpos anti-tiroides y anti-fosfolípidos, asociados con la diabetes (llamados ICA, GAD e IAA), etc. Un estudio importante desarrollado por Ventura en Italia, demostró que luego de la dieta libre de gluten estos anticuerpos desaparecían. Este y otros estudios nos permiten actualmente decir que otras enfermedades autoinmunes son más frecuentes en los pacientes celíacos y también en sus familiares de 1º grado y que la dieta libre de gluten cumple un rol protector contra estas enfermedades.

En los estudios realizados en nuestra Unidad también observamos datos similares ya que los pacientes celíacos tienen una mayor prevalencia de otras enfermedades autoinmunes, llegando al 26%, y el mismo sucedió con los familiares de 1º.

TODO LO EXPUESTO ANTES NOS PERMITE CONCLUIR QUE:

- La EC cumple con los criterios de una enfermedad autoinmune.
- Que los familiares de pacientes celíacos son una población de riesgo que deben ser estudiados de manera rutinaria.
- Que más de la mitad de los familiares presentan formas asintomáticas de la enfermedad.
- Que la EC se asocia con mayor frecuencia con otras enfermedades autoinmunes
- Que esta mayor frecuencia de enfermedades autoinmunes se observa no solo en celíacos sino también en sus familiares.
- Que la dieta libre de gluten cumple un rol protector contra esas enfermedades autoinmunes.

 Si usted requiere de más información puede comunicarse con nuestra Unidad al TEL 0221-4892584 o entrar en nuestra página web: www.soportenutricional.com.ar



Legislación

Código Alimentario Argentino - Alimentos Libres de Gluten

Artículo 1339 (Junio 2007)

Se entiende por 'Alimentos dietéticos' o 'Alimentos para regímenes especiales' a los alimentos envasados preparados especialmente que se diferencian de los alimentos ya definidos por el presente Código por su composición y/o por sus modificaciones físicas, químicas, biológicas o de otra índole resultantes de su proceso de fabricación o de la adición, sustracción o sustitución de determinadas substancias componentes.

Están destinados a satisfacer necesidades particulares de nutrición y alimentación de determinados grupos poblacionales.

SE CLASIFICAN EN:

- a) Alimentos para satisfacer necesidades alimentarias específicas de determinados grupos de personas sanas:
 - Alimentos para lactantes y niños de corta edad.
 - Alimentos fortificados.
 - Alimentos que proporcionan por adición, nutrientes esenciales.
 - Alimentos en los que se han restaurado nutrientes perdidos en el proceso de elaboración.
 - Alimentos adicionados con fibra.
- b) Alimentos para satisfacer necesidades alimentarias de personas que presentan estados fisiológicos particulares:
 - Alimentos modificados en su valor energético.
 - Alimentos modificados en su composición glucídica.
 - Alimentos modificados en su composición proteica.
 - Alimentos modificados en su composición lipídica.
 - Alimentos modificados en su composición mineral.
 - Alimentos de bajo contenido de sodio.
 - Alimentos libres de gluten.
- c) 'Alimentos enriquecidos'.
- d) 'Suplementos dietarios'.
- e) 'Alimentos con propóleos'.

Artículo 1382bis - (Res Conj. SPyRS y SAGPyA N°120 y N° 516, 19.11.03)

“Se entiende por “alimento libre de gluten” el que está preparado únicamente con ingredientes que por su origen natural y por la aplicación de buenas prácticas de elaboración — que impidan la contaminación cruzada— no contiene prolaminas procedentes del trigo, de todas las especies de *Triticum*, como la escaña común (*Triticum spelta* L.), kamut (*Triticum polonicum* L.), de trigo duro, centeno, cebada, avena ni de sus variedades cruzadas.

Para comprobar la condición de libre de gluten deberá utilizarse aquellas técnicas que la Autoridad Sanitaria Nacional evalúe y acepte.

Estos productos se rotularán con la denominación del producto que se trate seguido de la indicación “libre de gluten” debiendo incluir además la leyenda “Sin TACC” en las proximidades de la denominación del producto con caracteres de buen realce, tamaño y visibilidad.

A los efectos de la inclusión en el rótulo de la leyenda “Sin TACC”, la elaboración de los productos deberá cumplir con las exigencias del presente Código para alimentos libre de gluten”.

Artículo 1383 - (Res Conj. SPyRS y SAGPyA N°120 y N° 516, 19.11.03)

“Para la aprobación de los alimentos libres de gluten, los elaboradores y/o importadores deberán presentar ante la Autoridad Sanitaria de su jurisdicción: análisis que avale la condición de “libre de gluten” otorgado por un organismo oficial o entidad con reconocimiento oficial según lo establecido en el artículo 1382bis y un programa de buenas prácticas de fabricación, con el fin de asegurar la no contaminación con derivados de trigo, avena, cebada y centeno en los procesos, desde la recepción de las materias primas hasta la comercialización del producto final”.

Asistencia alimentaria para celíacos

SERVICIOS SOCIALES UNLP NUEVOS VALORES :

La Dirección de Servicios Sociales (DSS) de la Universidad Nacional de La Plata (UNLP) dio a conocer las nuevas prestaciones y coberturas a la que podrán acceder los empleados docentes y no docentes de esta casa de estudios.

El subsidio por enfermedad celiaca es de 195 pesos por cada integrante del grupo familiar afectado.

OBRA SOCIAL PARA LA ACTIVIDAD DE SEGUROS, REASEGUROS, CAPITALIZACIÓN Y AHORRO Y PRÉSTAMO PARA LA VIVIENDA (OSSEG):

Subsidio para Celíacos

A partir del 1º de junio y teniendo en cuenta la problemática de la población celiaca, la conducción de la OSSEG ha dispuesto otorgar un *subsidio destinado al acompañamiento en los gastos por compra de alimentos libres de gluten*, a los afiliados de los Planes INTEGRAL PLUS, INTEGRAL (trabajadores en actividad y productores de seguros) y MAYOR.

Por consultas y realización del trámite correspondiente deberán comunicarse con el Sector Nutrición, a los teléfonos (011) 4131-2000 internos 2034 ó 2025, de lunes a viernes de 10 a 18 hs.

PROGRAMA DE SEGURIDAD ALIMENTARIA DEPENDIENTE DEL MINISTERIO DE DESARROLLO SOCIAL DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES

Las familias "con graves problemas socioeconómicos" son incluidas en un nuevo programa alimentario

La prestación consiste en la entrega de una chequera por un monto de \$100 dirigida a los grupos familiares beneficiarios del programa, y una chequera adicional por un monto total de \$50 por cada integrante familiar que presente riesgo nutricional o enfermedad celiaca.

La chequera estará a nombre de la mujer jefa de hogar, tendrá una validez de 60 días desde su emisión, intransferible y no comercializable, y los cheques sólo podrán ser canjeados por alimentos (excluyendo bebidas alcohólicas) en los comercios y supermercados adheridos.

En caso de que en el grupo familiar exista solamente un hombre como jefe de hogar, deberá realizar un trámite de excepción.

Los beneficiarios de esta modalidad son las familias en situación de vulnerabilidad social que viven en la ciudad de Buenos Aires, y no reciben

A nuestros lectores:

Si Ud. tiene comentarios, preguntas o desea información sobre esta publicación, por favor póngase en contacto con nosotros en las siguientes direcciones:

*Calle 119 N° 1643
(1900) La Plata
Teléfono: (0221) 4214274
Tel/fax: (0221) 4248811
Mail: ce_di_ce@yahoo.com.ar*

LOS ESPERAMOS EN:
www.cedice.com.ar

Es muy importante para el celiaco leer siempre las etiquetas de cada producto.

Se aconseja comprar aquellos rotulados con la leyenda "LIBRE DE GLUTEN SIN TACC " de acuerdo con el Código Alimentario Argentino (C.A.A.)

Manifestaciones bucales

La alteración de los diferentes órganos y tejidos en el medio bucal, se observa frecuentemente en la enfermedad celiaca (E.C) y pueden ser el único signo por mucho tiempo, hasta que en el avance del proceso, se suman otros, y recién allí es cuando se realiza la consulta.

Como porción inicial del aparato digestivo, es en la boca donde se da el primer contacto del gluten con el organismo, contacto que, de acuerdo al número de ingestas al día y tipo de masticación, puede prolongarse por varias horas.

De todos modos, los mecanismos etiopatológicos de las lesiones encontradas no están completamente aclarados y podrían responder a los procesos inmunológicos implícitos en la naturaleza de la enfermedad, similares a los que se dan en otros órganos, y no sólo ser la consecuencia de la patología producida sobre ellos.

Presentación clínica:

Las alteraciones se producen a nivel de: los órganos dentarios y de la mucosa bucal.

-El período de formación dental (que ocurre dentro de los huesos maxilares y es de varios años para los dientes permanentes), puede verse afectado por varias causas; locales o sistémicas. Ese factor causal, que puede ser de muy diferente naturaleza, puede determinar lesiones clínicas que afecten la forma original de los dientes, desde mínimos cambios apenas perceptibles hasta severas alteraciones en la forma, textura y color del esmalte dental (que es donde se producen preferentemente en la EC)

Esas lesiones permanecerán, y serán visibles en el momento de la erupción dentaria. Se conocen en conjunto como Defectos Estructurales del Esmalte.

La presentación de los defectos es muy variada y pueden afectar la superficie dental debido a un menor espesor del esmalte (Hipoplasia del Esmalte) en algunas zonas, que se traduce como hoyos, ranuras, fisuras, o formas totalmente irregulares que pueden afectar severamente la anatomía dentaria. Otros, no afectan el espesor del esmalte, y se aprecian como cambios de color (Opacidades), que en forma

localizada o difusa, se diferencian claramente de la coloración dentaria general. Esas coloraciones pueden ser blanquecinas, amarillentas y amarronadas.

Ambos tipos de defectos pueden presentarse solos o en forma combinada en un mismo diente o en varios.

-En la mucosa bucal, las alteraciones se dan mayoritariamente en adultos, pero hay registros de casos en niños y adolescentes.

Si bien las aftas recurrentes tienen una frecuente presentación, también se observan diversos tipos de erosiones de la mucosa, glositis (generalmente depapilaciones que provocan una superficie lingual mapeada), queilitis angular (pequeñas fisuras en las comisuras labiales), así como sensaciones de ardor y/o boca seca.

El tratamiento de la EC, la dieta sin gluten, ha reducido en gran proporción la frecuencia de los episodios de las lesiones mucosas así como la duración de los mismos.

Tratamiento de las lesiones bucales

-En cuanto a los Defectos del Esmalte Dental, la descripción denota claramente que, de acuerdo a la localización, extensión de la lesión, número de piezas dentales afectadas y ubicación de los dientes afectados en la arcada dental, pueden comprometer la estética, función, sensibilidad, así como favorecer la retención de placa bacteriana.

Actualmente, la solución odontológica para su solución es rápida, implicando muchas veces sólo una sesión clínica, con resultados excelentes. Sin embargo, esa rapidez no debe enmascarar totalmente la existencia de lo que pudiera ser el signo de una enfermedad o condición (en este caso la celiacía).

Por eso consideramos muy importante que, previamente a la solución de uno de estos defectos, el mismo sea registrado

de la enfermedad celíaca

de algún modo (fotográficamente u otro) por el odontólogo, para que el dato pueda ser informado correctamente al médico que será quien decida la investigación de la enfermedad.

-El tratamiento de las lesiones mucosas no suele ser tan eficaz, algunas veces, como el dentario, o al menos no a tan corto plazo. Siempre es importante, como primera medida, vigilar la dieta: la libre de gluten (transgresión voluntaria o involuntaria), y la dieta general, para evaluar si los nutrientes necesarios se están perdiendo o no se están incorporando. Algunas de las alteraciones que mencionamos en la mucosa, se deberían a procesos carenciales, sobre todo de algunas vitaminas, que podrían estar perjudicando el epitelio (como en la lengua y las comisuras labiales).

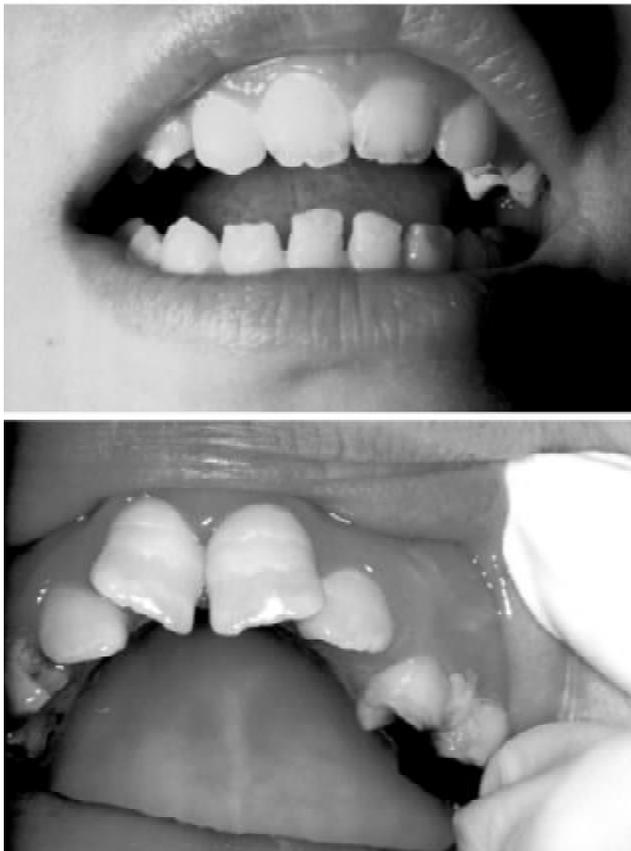
En algunas de las patologías asociadas a la EC, también se presentan aftas recurrentes, como ocurre en el déficit de inmunoglobulina A, lo que se podría explicar su presentación en algunos casos.

Consideramos entonces muy importante la evaluación odontológica y médica del paciente en estos casos, y tratar de lograr aún como primera medida un inmediato tratamiento (al menos paliativo), que tienda romper el círculo: lesión con dolor-alteración de la alimentación-deficiencia nutricional y/o inmunológica- lesión con dolor. El tratamiento dependerá de los resultados de la evaluación.

Es interesante señalar que las lesiones mucosas que mencionamos se han observado en pacientes que cumplen estrictamente la dieta sin gluten, y su presentación se ha relacionado al diagnóstico tardío de la EC.

Los defectos estructurales están presentes por años, siendo considerados sólo como problema estético, hasta que una alteración mayor, como detención del crecimiento u otro, pueda afectar al niño o adolescente.

El considerar la amplia gama de manifestaciones de la EC es aún en muchos países el único modo de orientar a su búsqueda y lograr el diagnóstico precoz para la temprana instauración del tratamiento con todos los beneficios que eso implica.



Se presentan dos casos de Hipoplasia del Esmalte Dental de la autora. Prohibida su reproducción y/o publicación sin la autorización expresa de la misma y de la revista.

DRA. ALICIA MARCO

Odontóloga-UDELAR

Lic. Ciencias Biológicas-UDELAR

Colab. Hon. Inst. Ped. Fac de Medicina. Policl. Celiacos

Servicio de Gastroenterología. CHPR . Mdeo-Uruguay

Novedades

PREVALENCIA DE ENFERMEDAD CELIACA EN CENTROS DE ATENCIÓN PRIMARIA.

Experiencia Piloto en Ensenada

Una persona puede tener osteoporosis, problemas de esterilidad, anemia, enfermedades cardíacas y no saber nunca que padece enfermedad celiaca, con el riesgo de acarrear enfermedades graves

La celiacía afecta a una de cada cien personas y, sólo cuando reúne síntomas como desnutrición severa, diarrea y abdomen prominente es claramente detectable. El problema es que en buena parte de los casos no hay síntomas o bien las manifestaciones son otras enfermedades que suelen no asociarse con este mal, el más frecuente de los padecimientos genéticos. Sin embargo, el daño intestinal avanza y puede convertirse en un cáncer con muy mal pronóstico.

Para tener datos locales precisos y determinar cuál es la población de riesgo que se debería testear en forma sistemática, el Ministerio de Salud Provincial, la Universidad Nacional de La Plata y el municipio de Ensenada realizarán el primer estudio poblacional en las salas sanitarias de esa localidad. La investigación se iniciará a fines de este mes y espera abarcar a unas mil personas mayores de 16 años.

La celiacía no es otra cosa que la intolerancia del organismo al gluten presente en el trigo, la cebada, el centeno y la avena. De modo que con sólo excluir de la dieta estos elementos, la persona puede tener una excelente calidad de vida.

En los afectados por celiacía, los "pelitos" que recubren el intestino delgado -encargados de absorber los nutrientes que aportan los alimentos- se inflaman y atrofian por efecto del gluten, por lo tanto pierden la capacidad de absorción.

Se estima que por cada paciente con diagnóstico de enfermedad celiaca hay otros diez que no saben que la padecen. La estimación parte de un primer estudio efectuado en La Plata durante 2002. En esa oportunidad, bajo el mando

del Prof.Dr. Juan Carlos Gómez, creador de la Unidad de Soporte Nutricional y Enfermedades Malabsortivas del hospital San Martín de La Plata, se ofreció el testeo en sangre para saber si eran celíacos a 2 mil personas que llegaban a los hospitales para efectuarse los análisis prenupciales.

De esa investigación se dedujo que padecían la enfermedad una de cada 144 personas. Y que la diferencia entre los que sabían que tenían el mal y los que siendo celíacos desconocían su condición era de uno cada diez respectivamente.

"Una persona puede tener osteoporosis, problemas de esterilidad, anemia, enfermedades cardíacas y, si no está bien atendida por un médico que conozca el tema, puede no saber nunca que padece enfermedad celiaca", comentó Juan Carlos Gómez, impulsor del estudio que se llevará a cabo en Ensenada.

El riesgo es que, a la larga, padecer celiacía y no tratarla puede acarrear enfermedades graves como linfoma, cáncer de faringe y de esófago.

"Lo que nosotros pudimos corroborar es que si se hiciera un estudio sistemático de la población de modo tal que la gente se entere cuanto antes que tiene la enfermedad se ahorraría hasta un 30% del gasto en salud pública, es decir, se ahorraría lo que demandan estos pacientes para el tratamiento de las enfermedades asociadas", señaló Gómez.

Es que, por ejemplo, buena parte de los celíacos padecen de anemia durante un promedio de cinco años hasta que se enteran que el origen de ese déficit de hierro reside en su intolerancia al gluten.

"Incluso un estudio finlandés dio cuenta de que en algunos casos la depresión era el único síntoma de celiacía,

por lo tanto, dar con el diagnóstico implica un muy buen conocimiento de esta enfermedad por parte del médico para que éste decida hacer un análisis de sangre y la biopsia necesaria para corroborar el diagnóstico”, agregó el experto.

Cómo será el estudio

La investigación en Centros de Atención Primaria que se inicia en Ensenada ya tuvo una primera etapa en la que se capacitó a los médicos, encargados de proponerles a los pacientes efectuar el análisis que les permitirá detectar si tienen alta probabilidad de ser celíacos.

Desde fin de este mes comenzará la tarea de sensibilización, para que la población se entere por qué es importante conocer si padece o no celiaquía. Luego se les propondrá tomar la muestra de sangre, previa firma de un consentimiento informado.

Luego, se efectuará una biopsia sólo a aquellas personas que mostraron en los análisis bioquímicos altas chances de ser celíacos. De confirmarse el diagnóstico, se orientará a los pacientes para que lleven a cabo la dieta sin gluten, único “remedio” conocido para esta enfermedad.

Asimismo, la Asociación Celíaca Argentina, Cedice (Centro de Difusión de la Celiaquía), la revista Célico y Acela, todos organismos de la comunidad que trabajan para ofrecer una mejor calidad de vida a los afectados, intervendrán en el estudio ofreciendo grupos de autoayuda y consejería para los pacientes diagnosticados.

“Saber que uno es celíaco significa una bisagra en la vida de una persona que vive con múltiples padecimientos y que, con sólo sacar el gluten de su dieta, puede volver a sentirse bien”, concluyó Gómez.

DR JUAN CARLOS GÓMEZ

Jefe de la Unidad de Soporte Nutricional y Enfermedades Malabsortivas . HIGA “Gral San Martín”- La Plata.

Profesor libre de Medicina Interna UNLP

Director de la Sección de Soporte Nutricional y Enfermedades Malabsortivas “ Cátedra “ D” de Medicina Interna UNLP.

Algunos datos importantes a tener en cuenta:

*** Asociación Celíaca Argentina (ACA)**

Calle 24 N° 1907 -La Plata -Te/Fax:
0221.451.6126
www.celiaco.org.ar

*** Asistencia al Celíaco de la Argentina (ACELA)**

CC.5555 Correo central - Bs.As.
Teléfono: 011.4522.0214
acelaceliacos@hotmail.com

*** ACELA - Filial Santiago del Estero**

Tel. 422.8427
acelasgo@yahoo.com.ar

*** ACELA - Filial Bahía Blanca**

Donado 151 altos
Teléfono: 0291.452.738
acelabahiablanca@yahoo.com.ar

*** ACELA- Puerto Madryn- Chubut**

Centro de Salud Pozzi (en Htal)
Te.02965.451.487
acelamadryn@hotmail.com

*** A.De.N.Ce**

Asociación del Niño Celíaco y su Familia

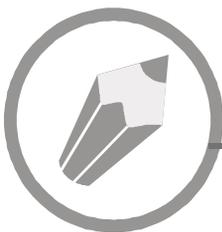
Mendoza 4151 (3000) Sta. Fe
Teléfono: 0342.489.2915
adencesantafe@yahoo.com.ar

*** Aceldib**

ACELDIB Asociación de Celíacos y Diabéticos

Calle Pública C N° 1774
San Lorenzo (2200), Santa Fe
contacto@aceldib.com.ar

Los productos farmacéuticos pueden utilizar gluten, harinas, almidones u otros derivados para la preparación de sus excipientes. En caso de duda consulte a su médico o farmacéutico



Para compartir

Desde La Plata: Ultracongelados para celíacos

IL SOLE surgió como proyecto en el año 2004. Dos amigas, Lucila Pérez Márquez y Alejandra Lombardi, decidieron hacer realidad una idea que hace tiempo estaban desarrollando. Si bien su principal motivación era crear un emprendimiento que estuviese relacionado a la alimentación, ambas son profesionales de la tecnología de los alimentos, la razón de ser que dio luz a Il Sole fue la posibilidad de ayudar a hijos de familiares que sufrían de celiaquía mediante alimentos libres de gluten. Poder darles soluciones prácticas y ricas fue un gran motor que de a poco fue transformando aquella idea original en un emprendimiento familiar.

Con el paso del tiempo muchos procesos se fueron profesionalizando. También se incorporaron personas que sumaron toda su energía e Il Sole creció a un ritmo vertiginoso para poder dar soluciones prácticas y ricas a la mayor cantidad de personas posibles. Ya en el año 2006 todos sus productos podían encontrarse en gran parte de las distintas provincias.



El concepto original y motivador fue el que marcó el camino. Desarrollar productos que además de ricos, sanos y nutritivos, fueran una práctica solución gastronómica para las familias modernas. El ultracongelado permite que los productos puedan permanecer sin conservantes por meses en el freezer y de este modo sólo utilizar lo que se desea, manteniendo así todas las propiedades nutricionales, de textura y sabor. De este modo, la familia puede contar con un delicioso plato sin gluten en su mesa en cuestión de minutos.



Alimentos
ultracongelados
sin TACC

www.ilsole.com.ar



Comer sin gluten

MASA PARA FIDEOS

Tiempo de preparación: 1 hora

Tiempo de cocción: 15'

Porciones: 1 kg de fideos

Ingredientes:

250 g de fécula de maíz | 250 g de mandioca | 250 g de leche en polvo descremada | 1 ½ cda. sopera de goma xántica | 4 huevos | 8 cdas. de aceite de maíz

Para el Chicle:

5 cdas. soperas de mandioca | 130 cc de agua

Preparación:

- Mezclá la fécula de maíz, la mandioca, la leche en polvo y la goma xántica con batidor de alambre. Pesá 300 g y colocá en un bol, agregá los huevos y las cucharadas de aceite bien contadas, mezclá y reservá.
- Prepará el chicle, mezclá todos los ingredientes en una cacerolita, cociná a fuego fuerte sin dejar de revolver, hasta que se forme un chicle transparente y se separe del fondo.
- Agregá a la preparación anterior, incorporá la sal y comenzá a amasar, primero con la ayuda de una cuchara de madera, y luego, cuando esté más dura, amasá con las manos, agregando de a poco los ingredientes secos hasta que se pueda estirar con un palote.
- Comenzá a pasar por la máquina de amasar tantas veces como sea necesario hasta lograr una masa homogénea. En la última pasada en N° 4 espolvoreá con fécula de maíz y después de la pasada en el N° 5 se cortan los fideos.
- Dejá descansar un ratito, cociná los fideos en abundante agua con sal y aceite, después de 5' ó 7' que haya roto el hervor, escurrilos, pasalos a una fuente, agregales manteca, tuco o crema, y queso rallado a gusto. A DISFRUTAR!

Para guardarlos:

- Distribuirlos en bandejas de 150 ó 200 g envueltos con film, y/ o dentro de bolsas de cierre hermético, pueden ir 2 ó 3 fuentecitas, así se tiene una porción por cada bandeja.
- Duran 3 meses.

MASA PARA PIZZA (A LA PIEDRA)

Tiempo de preparación: 20'

Tiempo de cocción: 30'

Porciones: 8 a 10 pizetitas ó 1 pizza mediana y 1 grande

Ingredientes:

Leche descremada, muy poquita, sólo para levar | un poquito de sal | 1 cda. de azúcar | 50 g de levadura | 200 g de fécula de maíz | 200 g de mandioca | 4 cdas. de leche en polvo descremada | 1 huevo | 5 cdas. de aceite de maíz | manteca para enmantecar

Preparación:

- Entibiá un poco la leche con la sal, el azúcar y la levadura, y dejá espumar.
- Mezclá la fécula de maíz, la mandioca y la leche en polvo en un bol, agregá el huevo, el aceite y la espuma que se formó con la levadura (sólo la espuma, reservá la leche por si es necesaria).
- Amasá todo, primero con cuchara, luego con las manos, hasta que sientas que la masa no se pega a los dedos, si necesitás más leche vas agregando la que reservaste de la espuma de la levadura, o fresca de la heladera.
- Enmantecá la base de una pizzera. Colocá la masa estirándola con las manos aceitadas.
- Dejela levar tapada con un nylon por 5-10'. Cubri con el tuco y volvé a tapar con nylon en total 20-25' o hasta que leve y se levanten los bordes por encima del tuco, cociná a horno mediano por 15' para conservar en el freezer (blanqueada), o para consumir en el momento cociná 15-20' más. Se le puede agregar jamón, mozzarella, ají morrón y aceitunas.
- Con esta cantidad salen 8 ó 10 pizetitas de 50 g de masa, ó 2 pizzas, una de 350 g (mediana) y otra de 450 g (grande).

Colaboración de Mónica Cortizas
Recetas del Libro "Recetas Queridas
de Maizena"



El agradable placer de comer afuera...

Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Belgrano
Nucha Zabala Café
O Higgins 1400 esq. Zabala
Te. 4783-6120

Caballito
La Campiña Café
Av. Juan B. Alberdi 1228
Te. 4433-3400

Colegiales
Te Adoro García
Cafetería libre de gluten
Teodoro García 2902
Te: 3535-0288
Abierto: martes a sábado de 8.30 a 20 hs
Domingo de 15 a 21 hs

San Cristóbal
Comer en compañía
Restaurant-Café-Delivery
San Martín 951 Te. 4312-3433

San Nicolás
Zona Natural
Restaurant-Café-Delivery
Tucumán 433 Te. 4312-933

Provincia de Buenos Aires

La Plata
Mendieta
Parrilla Restaurante
Cno. Gral. Belgrano esq. 500 -
Gonnet - La Plata
Tel: (0221) 471-1977
www.mendieta.com.ar

Mar del Plata
La Angostura Parrilla-Restaurant
Urquiza 5000 Te. 0223-480-5528
El Patio del Farol
Restaurante - Cafetería - Comidas Rápidas
Alvarado 2296 (esq. Corrientes)
Te. 0223-494-5125
reservas@elpatiodelfarol.com.ar

Necochea
La Posta Parrilla- Av.10 y Parque
La Masía Parrilla - Av.10 N° 4270
Cocina Saludable Viandas 8 N° 3984
Planet Burger Av.59 esq.48
Dos 12 Pizza Pasta – 87 N° 273
Ardevol's Café bar – 83 el 2 y 4 (temporada de verano)

Pilar
Ristorante Simona
Paseo Pilar, Panamericana
Pilar, Km. 44
Te. 02320-657070

San Bernardo
Mendieta
Chiozza 3205 esq. Gutierrez
Tel: 02257-465-848
Abierto todo el año.

Tigre
Dolcatto per Cipriani
Café-Delicatessen
Centro comercial Nordelta
Local 8 Te. 4871-1315

PARA DISFRUTAR DE SUS VACACIONES.....

HOTELES:

NECOCHEA
- *El Real* - Av.79 N° 264
MENDOZA
- *Las Leñas*
- *Aries*
- *Virgo*
Te: (011) 4393-5030





Información útil

Si Ud. piensa que puede ser celíaco o conoce a alguien que podría serlo, concurra a su médico clínico o gastroenterólogo.

Estos son algunos centros de salud públicos donde también puede consultar:

La Plata
Hospital Niños Interzonal
Especializado de Agudos
"Superiora Sor María
Ludovica"
Calle 14 N° 1631 (65 y 66)
Servicio de Gastroenterología
Conmutador: 0221 4535901
al 11
www.gastroludovica.com.ar

Hospital Interzonal
General de Agudos
"General José de San Martín"
Calle 1 e/ 69 y 70
Unidad de Soporte
Nutricional y Enfermedades
Malabsortivas
Tel: 0221 4892584
www.soportenutricional.com.ar

Hospital Interzonal
General de Agudos
"Profesor Dr. Rodolfo
Rossi"
37 e/117 y 118
Conmutador: 0221 4828821
/ 44839838

Hospital Zonal General
de Agudos "San Roque"
Calle 508 e/ 18 y 19
(1898) M. B. Gonnet
Conmutador: 0221 4840290
al 94

Mar del Plata
Hospital Materno Infantil
"Victorio Tetamanti"
Castelli 2450
Tel: 0223 4952021

Hospital Interzonal
de Agudos
"Dr. Oscar Allende"
Av. Juan B. Justo y 164
Tel: 0223 4770262

Bahía Blanca
Hospital "Dr. José Penna"
Av. Lainez 2401
Tel: 0291 4593600

Hospital Municipal
de Agudos
"Dr. Leonidas Lucero"
Teléfono: 0291 4598448

Lanús
Hospital Interzonal
General de Agudos "Evita"
Rio de Janeiro 1910
Conmutador: 011 42414050
al 4059/ 42415186 al 5189

Avellaneda
Hospital "Pedro Fiorito"
Av. Belgrano 851
Tel: 011 42013081/87

Lomas de Zamora
"Luisa C. de Gandulfo"
Balcarce 351
Tel: 011 42442263

La Matanza
Hospital de Niños
de San Justo
Granada y Centenera
Tel: 011 46515555 / 5553
/202776523

Morón
Hospital Nacional
"Prof. Dr. A. Posadas"
Pje. Illia y Marconi - Haedo
Tel: 011. 4469.9300

San Martín
Hospital Interzonal
General de Agudos
"Eva Perón" (ex Castex)
Balcarce 900
Conmutador: 011 47243000
al 3010

Hospital "P. Thompson"
Avellaneda y Mitre
Tel: 011.4755.0085

San Isidro
Hospital de Niños
"San Isidro"
Santa Fe 300

Ciudad Autónoma
de Buenos Aires
Hospital de Pediatría
"Dr. Juan Garrahan"
Combate de los Pozos 1881
Tel: 011.4308.4300

Hospital de
Gastroenterología
"Dr. Carlos B. Udaondo"
Av. Caseros 2061
Teléfono: 011.4306.4640

Hospital General
de Agudos "Pirovano"
Av. Monroe 3551
Tel: 011.4542-9279

Hospital de Pediatría
"Dr. Pedro Elizalde",
ex Casa Cuna
Av. Montes de Oca 40 (1° P)
Tel: 011 43077491 /
43075553/5842

Hospital de Niños
"Dr. Ricardo Gutiérrez"
Sector de Gastroenterología
Sanchez de Bustamante
1390 esq. Paraguay (2° P)
Tel: 011 49629232

Córdoba
Hospital de Niños
"Santísima Trinidad"
Ferroviarios y Bajada Pucará
Tel: 0351 4586457

Santa Fe
Hospital de Niños
"Ramon Alassia"
Mendoza y Gral. Mosconi
Tel: 03424 5622124

Tucumán
Hospital del Niño Jesús
Pasaje Hungría 700
Tel: 0381.4247083

Neuquén
Hospital "Castro Rendón"
Bs. As. 425
Tel: 0299 4490.800/821

Rio Negro
Hospital "Gral. Roca"
Gelonch s/n
Tel: 02941 435 850



Personería Jurídica N° 32033
Domicilio Legal: Calle 119 N° 1643
(1900) La Plata, Buenos Aires
Te. (0221) 421-4274
Te./Fax: (0221) 424-8811
E-Mail: ce_di_ce@yahoo.com.ar
www.cedica.com.ar

Adherida a la Federación de Instituciones
Culturales y Deportivas de La Plata.

Entidad de Bien Público
Municipalidad La Plata N° 1285

Organización CENOC N° 15507
Inscripción REPOC N° 1/2146/08

Comisión Directiva Ce.Di.Ce. Período 2007-2008

Presidente	POLI, Marta Beatriz
Vicepresidente	PASTOR, María Rosa
Secretario	CHECHILE, María del Carmen
Tesorero	HOLLMAN, Margarita Hilda
Vocal Titular 1º	COELLI, María Magdalena
Vocal Titular 2º	GARDINER, Gisela Mabel
Vocal Suplente 1º	BAUTIER, Victoria Noemi
Vocal Suplente 2º	MC NAMARA, Eiba Noemi
Rev.Ctas Titular 1ª	QUIROGA, María Susana
Rev.Ctas Titular 2ª	DELGADO, Virginia
Rev.Ctas Titular 3ª	GARDINER, María Cecilia
Rev.Ctas. Suplente	JUCHET, Edith Mabel

DISEÑO E IMPRESION:
imprensa@ms.gba.gov.ar