

¿Qué es la enfermedad celíaca?

Què és la malaltia celíaca?

ACeCOVA

¿Qué es la enfermedad celíaca?

La Enfermedad Celíaca es una enfermedad crónica, multisistémica y de carácter autoinmune, causada por el gluten en individuos genéticamente predispuestos. Provocando una atrofia de las vellosidades intestinales (lesión de la mucosa del intestino delgado), acompañada de una mala absorción de todos los nutrientes.

Afecta al 1% de la población y pueden padecerla tanto niños como adultos.

¿QUÉ ES EL GLUTEN?

El gluten es una proteína presente en algunos cereales como el *trigo*, *cebada*, *centeno*, sus derivados y posiblemente la *avena*.

SÍNTOMAS DE LA ENFERMEDAD CELÍACA

Los síntomas más frecuentes en el niño son: pérdida de peso, pérdida de apetito, fatiga, náuseas, vómitos, diarrea, distensión abdominal, pérdida de masa muscular, retraso del crecimiento, alteraciones del carácter, dolores abdominales, meteorismo, anemia por déficit de hierro resistentes a tratamiento. Hay que tener en cuenta que en el *adulto* suelen predominar los síntomas extradigestivos (dermatitis herpetiforme, osteoporosis,

Què és la malaltia celíaca?

L'Enfermetat Celíaca és una malaltia crònica, multisistèmica i de caràcter autoimmune, causada pel gluten en individus genèticament predisposats. Provocant una atròfia de les vellositats intestinals (lesió de la mucosa de l'intestí prim), acompanyada d'una mala absorció de tots els nutrients.

Afecta el 1% de la població i poden patir-la tant nens com adults.

QUÈ ÉS EL GLUTEN?

El gluten és una proteïna present en alguns cereals com el *blat*, *ordi*, *ségol*, els seus derivats y possiblement l'*avena*.

SÍMPTOMES DE L'ENFERMETAT CELÍACA

Els símptomes més freqüents en el xiquet són: pèrdua de pes, pèrdua de gana, fatiga, nàusees, vòmits, diarrea, distensió abdominal, pèrdua de massa muscular, retard del creixement, alteracions del caràcter, dolors abdominals, meteorisme, anèmia per déficit de ferro resistent a tractament. Cal tindre en compte que en l'adult solen predominar els símptomes extradigestius (dermatitis herpetiforme, osteoporosi, infertilitat,

infertilidad, depresión, transaminasas elevadas, anemia ferropénica).

Sin embargo, tanto en el niño como en el adulto, los síntomas pueden ser atípicos o estar ausentes, dificultando el diagnóstico.

DIAGNÓSTICO

Nunca debe suprimirse el gluten de la dieta sin tener un diagnóstico que lo justifique. Debido a las diferentes formas de presentación de la enfermedad celíaca, hay que basarse tanto en el historial y la clínica del paciente, como en diferentes pruebas: *serológicas - histológicas - genéticas*

TRATAMIENTO

Su tratamiento consiste en el seguimiento de *una dieta estricta sin gluten* durante toda la vida. Esto conlleva una normalización clínica y funcional, así como la reparación de la lesión vellositaria.

La ingestión de pequeñas cantidades de gluten, de una manera continuada, puede causar trastornos importantes y no deseables.

Tu asociación de celíacos te asesorará en cómo hacer una dieta sin gluten segura.

¿QUÉ ES ACECOVA?

La Asociación de Celíacos de la Comunidad Valenciana (ACECOVA) es una asociación sin ánimo de lucro, que tiene como objetivo dar respuesta a las necesidades de las personas celíacas y sus familiares, ofreciendo información y asesoramiento en todos aquellos problemas (de tipo social, psicológico, educativo...) que puedan plantearse a la hora de hacer una dieta libre de gluten.

depressió, transaminases elevades, anèmia ferropènica).

No obstant ixò, tant en el xiquet com en l'adult, els símptomes poden ser atípics o estar absents, dificultant el diagnòstic.

DIAGNÒSTIC

Mai ha de suprimir-se el gluten de la dieta sense tindre un diagnòstic que ho justifique. A causa de les diferents formes de presentació de la malaltia celíaca, cal basar-se tant en l'historial i la clínica del pacient, com en diferents proves: *serològiques - histològiques - genètiques*

TRACTAMENT

El seu tractament consistix en el seguiment *d'una dieta estricta sense gluten* durant tota la vida. Açò comporta una normalització clínica i funcional, així com la reparació de la lesió vellositaria.

La teua associació de celíacs t'assessorarà en com fer una dieta sense gluten segura.

QUÈ ÉS ACECOVA?

L'Associació de Celíacs de la Comunitat Valenciana (ACECOVA) és una associació sense ànim de lucre, que té com a objectiu donar resposta a les necessitats de les persones celiaques i els seus familiars, oferint informació i assessorament en tots aquells problemes (de tipus social, psicològic, educatiu...) que puguen plantejar-se a l'hora de fer una dieta lliure de gluten.

Amb la col·laboració de la Conselleria d'Educació, Investigació, Cultura i Esport. Generalitat Valenciana

¿QUÉ PUEDE HACER ACECOVA POR TI?

Asesorarte de forma individual si acabas de ser diagnosticado y orientarte en el seguimiento de una dieta sin gluten.

Proporcionarte información (en formato papel y en formato digital) sobre alimentos seguros sin gluten.

Informarte sobre establecimientos de hostelería seguros en la Comunidad Valenciana

Informarte sobre obradores artesanales de panadería, pastelería y bollería sin gluten (y otro tipo de elaboradores artesanales) en la Comunidad Valenciana.

Darte acceso a materiales informativos sobre la Enfermedad Celíaca y la Dieta sinGluten.

Atender a tus hijos celíacos a través del programa de Atención Integral al niño celíaco en edad escolar.

Mediar ante la Administración Pública para hacer valer tus derechos.

ASOCIARSE, PARA QUÉ?

*“Para hacer causa común,
dejar de ser un yo, para ser un nosotros”*

QUÈ POT FER ACECOVA PER TU?

Assessorar-te de forma individual si acabas de ser diagnosticat i orientar-te en el seguiment d'una dieta sense gluten.

Proporcionar-te informació (en format paper i en format digital) sobre aliments segurs sense gluten.

Informar-te sobre establiments d'hostaleria segurs a la Comunitat Valenciana.

Informar-te sobre obradors artesanals de forn, pastisseria i brioxeria sense gluten (i un altre tipus d'elaboradors artesanals) a la Comunitat Valenciana.

Donar-te accés a materials informatius sobre la Malaltia Celíaca i la Dieta sinGluten.

Atendre els teus fills celíacs a través del programa d'Atenció Integral al xiquet celíac en edat escolar.

Mediar davant de l'Administració Pública per a fer valdre els teus drets.”

ASSOCIAR-SE, PER A QUÉ?

*“Per a fer causa comú,
per a ser un nosaltres”*

**ACE
COVA**

Asociación de
Celíacos
de la Comunidad
Valenciana



Avda. del Cid, 25
Oficina 1
46018 Valencia
T 963 857 165
F 963 857 166
info@acecova.org
www.acecova.org