

## ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE CELIACO

**DR. CARLOS GREKIN GARFUNKEL**  
JEFE DE SERVICIO DE NUTRICION Y DIABETES  
HOSP. MILITAR  
PROFESOR AUXILIAR U. DE LOS ANDES Y DE  
VALPARAISO



## Enfermedad Celiaca

### DEFINICION

**ENFERMEDAD QUE PUEDE MANIFESTARSE EN LA NIÑEZ O EN EL ADULTO, ASOCIÁNDOSE O NO A OTRAS ENFERMEDADES DE TIPO INMUNOLOGICO, REUMATOLOGICO, HEMATOLOGICO, ENDOCRINO, NEUROLOGICO, GINECOLOGICO, CARDIOLOGICOS, NEOPLASICOS HEPATICOS, DERMATOLOGICOS, GENETICOS Y QUE PRODUCE INFLAMACION CRONICA DE LA MUCOSA DEL INTESTINO PROXIMAL CON ATROFIA VELLOSETARIA, MALABSORCION GLOBAL O SELECTIVA, MEJORANDO CLINICA Y MORFOLOGICAMENTE CUANDO SE TRATA CON DIETA LIBRE DE GLUTEN, RECURRIENDO CUANDO ESTE SE REINTRODUCE.**



### **ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE CELIACO CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

**1) EVALUACION NUTRICIONAL**

( Aprox. 5% desnutridos-57% normopeso-39% obesos-  
13% mórbidos) según IMC- indice Peso /Talla

**COMPOSICION CORPORAL  
PREALBUMINA- TRANFERRINA-ALBUMINA**

**GASTO ENERGETICO:  
FORMULA H.B. x FACTOR ACTIVIDAD x FACTOR PATOLOGICO.  
CALORIMETRIA INDIRECTA  
30-35 KCAL/KG DE PESO**

**2) DIAGNOSTICO NUTRICIONAL**

**3) OBJETIVO NUTRICIONAL : ADECUACION DE LA VIA DE APOYO  
Y DE LA PRESCRIPCION EN LO CUANTITATIVO  
Y CUALITATIVO A LOS OBJETIVOS TERAPEUTICOS Y  
NUTRICIONALES**

### **Enfrentamiento nutricional del paciente celiaco CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

- **TRATAMIENTO NUTRICIONAL**
- **El tratamiento básico de la enfermedad celíaca es la dieta sin gluten, es decir sin harinas de trigo, centeno, cebada y una vez confirmado el diagnóstico debe mantenerse durante toda la vida.**
- **El tratamiento con dieta sin gluten conduce a la normalización anatómica y funcional de la mucosa intestinal y a la recuperación clínica.**
- **Los pacientes asintomáticos pero con alteración de la mucosa intestinal también deben seguir estrictamente la dieta**
- **La dieta debe aportar por la vía adecuada todos los nutrientes necesarios tanto cualitativamente como cuantitativamente dando garantías idealmente de prevención o recuperación de un déficit**








**ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE CELIACO  
CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

**PRESCRIPCION DIETETICA EN TRES ETAPAS**

- 1) SIN GLUTEN, LACTOSA, SACAROSA Y FIBRA**
- 2) SIN GLUTEN, BAJO APORTE DE LACTOSA,  
SACAROSA Y FIBRA**
- 3) LIBRE DE GLUTEN**



**ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE CELIACO  
CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

- **ORIENTACIONES PARA LA DIETA DEL CELÍACO (1)**
- **Alimentos prohibidos que contienen gluten:**
  -  Pan y harinas de trigo, centeno, avena y cebada.
  -  Pasteles y productos de pastelería.
  -  Galletas, bizcochos comerciales.
  -  Sopas de sobre, flanes, natillas, helados.
  -  Pastas italianas, sémola de trigo.
  -  Alimentos malteados. Chocolates.
  -  Bebidas malteadas, cerveza.



**ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE CELIACO  
CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

- **ORIENTACIONES PARA LA DIETA DEL CELÍACO (2)**
- **Alimentos que pueden contener gluten:**
- Embutidos.
- Queso fundido. Queso en láminas.
- Patés diversos. Conservas.
- Caramelos y dulces. Turrón. Mazapán.
- Café y té instantáneo.
- \*\* Mirar el catálogo de alimentos de la Asociación de
- Celíacos de la zona.



**ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE CELIACO  
CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

- **ORIENTACIONES PARA LA DIETA DEL CELÍACO (3)**
- **Alimentos permitidos: no contienen gluten**
- Leche y derivados.
- Carne, pescado, mariscos frescos. Huevos.
- Verduras y frutas. Hortalizas y tubérculos.
- Arroz, tapioca, maíz (harina y almidón).
- Soja, lentejas, garbanzos, alubias, frutos secos.
- Azúcar, miel.
- Aceite, margarina.
- Café natural, té, manzanilla, poleo.
- Todos estos alimentos se entienden en estado
- natural, no en conserva



**ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE CELIACO  
CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

- **SEGUIMIENTO DE LA DIETA SIN GLUTEN:**
- Cuando el paciente recibe dieta sin gluten (DSG) , se pone en marcha la regeneración de la mucosa intestinal y se normaliza la respuesta inmunológica.
- Los AGA-IgA desaparecen entre los 3-6 meses de la DSG. Las transgresiones dietéticas se asocian a una nueva elevación de los AGA-IgA.
- Los EMA tardan más tiempo en normalizarse, probablemente porque su elevación está en relación con la integridad de la mucosa. Desaparecen alrededor de los doce meses de iniciar la dieta sin gluten.
- Los ATGt se hacen negativos antes de los EMA.
- Todo ello permite monitorizar el cumplimiento de la dieta y la detección temprana de transgresiones que suelen ser frecuentes en niños muy pequeños y en la adolescencia



**ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE CELIACO  
CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

- **DEFICIT DE FIERRO**
- ANEMIA FERROPRIVA REFRACTARIA. (12-69%)
- SANGRAMIENTO OCULTO? CONTROVERTIDO
- MALA ABSORCION DE FIERRO EN INTESTINO DELGADO PROXIMAL POR INFLAMACION
- 
- **TRATAMIENTO**
- DIETA LIBRE DE GLUTEN
- SUPLEMENTACION EV DE FIERRO ¿ORAL?
- MONITOREO CON: FERREMIA  
% SATURACION DE TRANSFERRINA



**ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE  
CELIACO  
CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

**DEFICIT DE VITAMINA B12 (11-41%)**

ETIOLOGIA NO ACLARADA  
ALTERACIONES FUNCIONALES Y/O ESTRUCTURALES  
DE ILEON?  
LINFOCITOSIS INTRAEPITELIAL ILEAL?

**SUPLEMENTAR POR VIA IM**

**DEFICIT DE ACIDO FOLICO ( 5%-- 31%)**

NIVELES BAJO 2 ng/mL SON DIAGNOSTICOS  
SUPLEMENTAR ORAL O POR VIA EV.

MONITOREAR Y SUPLEMENTAR AMBOS HASTA  
NORMALIZACION CLINICA -HISTOLOGICA

**DEFICIT DE OLIGOELEMENTOS:** COBRE- ZINC- SELENIO  
EVALUAR DE RUTINA-TRATAR O PREVENIR DEFICIT SELECTIVO  
SUPLEMENTAR POR VIA EV HASTA SU NORMALIZACION

**ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE  
CELIACO  
CONSIDERACIONES NUTRICIONALES**

**DEFICIT DE VITAMINAS LIPOSOLUBLES (KADE)**

**VITAMINA A-** DISMINUCION DE RETINOL SERICO  
CEGUERA NOCTURNA-----CONJUNTIVA SECA  
KERATOMALACIA


**VITAMINA D-** NIVELES SERICOS BAJO 20 ng/dL DE  
25-HYDROXYVITAMINA D- DEBILIDAD Y DOLOR  
MUSCULAR-OSTEOMALACIA- OSTEOPOROSIS  
TRATAR CON 50000 IU VIA ORAL DE VITAMINA D  
`POR SEMANA POR OCHO SEMANAS

**VITAMINA E-** ANEMIA HEMOLITICA- INESTABILIDAD  
NEUROPATIA

**VITAMINA K-** PROLONGACION DEL TIEMPO DE PROTROMBINA  
DISMINUCION FACTORES DE LA COAGULACION II, VII, IX, X

**ENFRENTAMIENTO NUTRICIONAL DEL PACIENTE CELIACO**

- **C** ONTROL CON NUTRIOLOGO Y NUTRICIONSTA
- **E** DUCAR RESPECTO A LA ENFERMEDAD
- **L** OGRAR SOSTENER MOTIVACION Y ADHESION A DIETA SIN GLUTEN EN ELTIEMPO
- **I** NTENTAR PREVENIR MAS QUE TRATAR LOS DEFICITS NUTRICIONALES
- **A** CCESO A UN GRUPO ORGANIZADO DE APOYO
- **C** ONTINUO SEGUIMIENTO POR EQUIPO INTERDISCIPLINARIO
- **O** PTIMIZAR LA INTEGRACION Y COMPLEMENTACION DEL EQUIPO INTERDISCIPLINARIO EN LA TOMA DE DECISIONES TERAPEUTICAS



**Resources for Patients With Celiac Disease**

- American Dietetic Association—Find a Nutrition Professional  
<http://webdietitians.org/cgi/findanrd3.cgi>
- Celiac Disease Foundation  
<http://www.celiac.org>
- Celiac Disease and Gluten-Free Diet Support Center  
<http://www.celiac.com>
- Celiac Spru Association/United States of America, Inc  
<http://www.csaceliacs.org/>
- National Digestive Diseases Information Clearinghouse  
<http://digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/celiac/index.htm>
- North American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition  
<http://www.naspgn.org/sub/diseaseinfo.asp>  
(Scroll to celiac disease PDF file.)

*Figure 6. Online resources recommended by Westerberg et al for patients with celiac disease.*

**GRACIAS POR INVITARME Y OJALA HUBIERA  
CONTRIBUIDO A INDUCIRLOS A TOMAR UNA  
CONDUCTA PROACTIVA DE ENFRENTAMIENTO  
INTERDISCIPLINARIO Y NUTRICIONAL DEL  
PACIENTE CELIACO**

**DR. CARLOS GREKIN**

