

## Cartas al Director

### Aspectos relacionados con la dieta sin gluten en la enfermedad celiaca

*Palabras clave:* Enfermedad celiaca. Dieta sin gluten. Tratamiento.

*Key words:* Celiac disease. Gluten-free diet. Treatment.

*Sr. Director:*

Hemos leído con interés el artículo publicado en la sección de trabajos originales titulado "Epidemiología actual y accesibilidad al seguimiento de la dieta de la enfermedad celiaca del adulto", firmado por F. Casellas y cols. (1), donde además de presentar datos actualizados sobre la epidemiología de la enfermedad, también se comunican unos no menos interesantes aspectos sobre el tratamiento de la enfermedad y la percepción que de él tiene el paciente.

Nuestro grupo está realizando en estos momentos un extenso estudio sobre diferentes aspectos de la enfermedad celiaca, entre estos, se ha querido analizar el grado de cumplimiento de la dieta sin gluten así como la presencia de síntomas al consumir alimentos que contienen gluten. Realizado un análisis preliminar se comentan algunos de los resultados obtenidos:

Se consideraron los resultados de la aplicación de un cuestionario a 35 pacientes que fueron visitados durante el periodo comprendido entre enero 2005 y 31 de junio 2006 y que estaban realizando una dieta sin gluten al menos 6 meses. Entre las cuestiones que debían responder los pacientes se incluyeron las 2 siguientes:

1. ¿Considera que realiza una dieta exenta de gluten? Con estas 3 posibles opciones de respuesta: a) estricta y correcta (evito *siempre* alimentos "prohibidos"); b) regular (incumplimiento no intencional); y c) mala (como alimentos "prohibidos" de *forma consciente*).

2. Si no cumple la dieta exenta de gluten, ¿presenta usted las molestias por las que fue diagnosticado? Con 4 posibles respuestas: 1-sí, 2-no, 3-nunca la incumplo y 4-no presentaba síntomas al diagnóstico o "no lo sé".

*Los resultados fueron:* el grado de cumplimiento de la dieta fue estricto y correcto en 26 pacientes (74,4%); incumplimiento no intencional en 8 pacientes (22,8%) e incumplimiento de forma consciente en 1 paciente (2,8%).

En cuanto a la presencia de síntomas al incumplir la dieta, 15 pacientes sí presentaban síntomas (42,9%), 9 pacientes no presentaban síntomas (25,7%), 4 pacientes referían nunca incumplir la dieta (11,4%) y 7 pacientes no respondieron o no presentaban síntomas al diagnóstico (20%).

El grado de cumplimentación de la dieta, al igual que en el estudio de Casellas, es satisfactorio con un 25,6% de pacientes con algún grado de incumplimiento, pero siendo todos ellos excepto uno un incumplimiento no intencional.

Llama la atención que el único paciente que incumple de forma consciente la dieta refiere presentar algún tipo de síntoma (distensión abdominal y ocasionalmente deposiciones diarreicas). Destacar que el porcentaje de pacientes que no presentan síntomas al ingerir gluten es mayor en el grupo de incumplidores (55,6%) que en el grupo de dieta estricta (15,4%) (aunque esta diferencia no llega a ser estadísticamente significativa ( $p = 0,091$ ) debido al bajo número de pacientes), lo cual hace que estos pacientes que toleran la ingesta accidental de gluten tiendan a ser más incumplidores.

Estamos de acuerdo con Casellas en la importancia del seguimiento y la información a todos los pacientes, pero además hay que incidir una vez más en la importancia que para estos enfermos tienen las asociaciones de celíacos. Todos los pacientes del grupo con cumplimiento estricto de la dieta mantenían un contacto permanente con la asociación de celíacos. Es de extrema importancia la facilitación y puesta en contacto con estas asociaciones que muy eficazmente realizan un trabajo de actualización de listas de alimentos de fabricantes especializados así como de productos de consumo normal; además se les realizan charlas y reuniones acerca de la enfermedad, cursos de cocina, se indican los puntos de venta de alimentos más cercanos al domicilio del paciente,

así como también sirven en ocasiones para compartir experiencias y puntos de vista de la enfermedad (2,3).

J. M. Huguet Malavés y E. Medina Chuliá

*Servicio de Patología Digestiva.  
Hospital General Universitario de Valencia.*

### **Bibliografía**

1. Casellas F, Lopez Vivancos J, Malagelada JR. Epidemiología actual y accesibilidad al seguimiento de la dieta en la enfermedad celiaca del adulto. Rev Esp Enferm Dig 2006; 98 (6): 420-8.
2. Bai J, Zeballos E, Fried M, Corazza GR, Schuppan D, Farthing MJG, et al. WGO-OMGE Practice Guideline. Celiac disease. World GE News 2005; 10: 1-8.
3. Case S. The gluten-free diet: How to provide effective education and resources. Gastroenterology 2005; 128 (Supl. 1): S128-34.