



BOLETÍN DE PRENSA

UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL

Ciudad de México a 11 de junio de 2019.
No. 155/2019.

Alimentación natural, solución para personas con intolerancia al gluten: IMSS

- Esta condición, conocida también como enfermedad celiaca, se origina por alteraciones genéticas
- IMSS brinda orientación sobre productos con gluten que deben evitarse: embutidos, salsas, condimentos, postres, lácteos, chocolates, turrone, botanas e incluso maquillaje

Para las personas que desarrollan intolerancia al gluten, especialistas del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) recomiendan una dieta estricta con alimentos naturales como carnes, legumbres, frutas, verduras y cereales, principalmente maíz y arroz; y no ingerir alimentos empaquetados o procesados.

La gastroenteróloga Claudia Rebeca Nava López, del Hospital General Regional (HGR) número 1 “Dr. Carlos Mac Gregor Sánchez Navarro”, de la Ciudad de México, señaló que los pacientes con intolerancia al gluten deben tener cuidado para evitar descompensaciones por la falta de calcio, carbohidratos, proteínas, pérdida de masa muscular y reponer los micro nutrientes como el hierro, ácido fólico, calcio, cobre, zinc y vitaminas B y D.

Asimismo, destacó que el IMSS brinda orientación sobre algunos productos que pueden contener gluten y que deben evitarse, entre ellos: embutidos, salsas, condimentos, postres, lácteos, chocolates, turrone, botanas e incluso maquillaje.

Agregó que para que no haya deterioro de las vellosidades en el intestino, que es una de las características de la intolerancia al gluten, el consumo de éste debe de ser menor de 10 miligramos al día.

Dijo que la intolerancia solo se controla y quienes la padecen deben atenderse porque tienen el riesgo de desarrollar otras enfermedades como el linfoma no Hodgkin, cáncer de intestino, adenocarcinomas esofágico, pancreático e hígado; cáncer de mama, pulmón y colon; padecimientos cardiovasculares, diabetes tipo I, tiroiditis, enfermedad de Addison, Síndrome de Sjögren, lupus, hepatitis autoinmunes y nefropatías, entre otros.

La especialista explicó que las personas desarrollan intolerancia al gluten por una predisposición genética y puede ocurrir desde muy temprana edad. Este padecimiento, denominado también enfermedad celiaca, es de origen desconocido, aún no se ha demostrado el mecanismo o el motivo de acción que desencadena los síntomas.

Refirió que en México, la frecuencia de la enfermedad es de uno a cuatro por cada 100 personas, cifra igual a la que se reporta en todo el mundo. Por grupos etéreos puede percibirse un incremento hasta del cuatro por ciento en niños y otro pico en mujeres jóvenes y en edad reproductiva, de 14 a 28 años.

La especialista del Seguro Social explicó que por su forma de presentación, la intolerancia al gluten se divide en la forma clásica, sintomática, asintomática o silente; y la subclínica, con alteraciones bioquímicas o de laboratorio.

En cuanto a sus síntomas el cuadro clínico puede ser variar de acuerdo con la edad: en niños de uno a tres años, principalmente se presenta con diarrea, inflamación abdominal, dolor, náuseas, vómito, falta de apetito, retraso en el crecimiento, altera el carácter y produce irritabilidad.

En la adolescencia, añadió, se pueden retrasar los signos de la pubertad, crecimiento y talla; o presentar anemia ferropénica e hipertransaminasemia y diarreas. En la tercera y cuarta década de la vida, el síntoma clásico es la diarrea crónica, aunque hay otros atípicos como abortos recurrentes, infertilidad, osteopenia y osteoporosis en mujeres.

La doctora Nava López precisó que la enfermedad puede ser grave si no se diagnostica a tiempo, es un problema de salud mundial y la mayor parte de la población portadora del gen desconoce esta condición, por lo que puede que la desarrollen o no.

---ooo0ooo---