

Che cosa è la celiachia?

La celiachia è un'inflammatione cronica dell'intestino tenue causata dall'ingestione di glutine, in soggetti geneticamente predisposti. Per essere più puntuali possiamo dire che la celiachia è una malattia sistemica immunomediata causata da una sensibilità permanente alle proteine del glutine.

Per sviluppare la celiachia è necessaria una predisposizione genetica (HLA DQ2 o DQ8).

La malattia celiaca si può manifestare a qualsiasi età, purché ci sia una genetica predisponente ed un consumo di glutine nella dieta.

È cruciale, in età pediatrica, la diagnosi precoce e tempestiva per prevenire complicanze permanenti e massimizzare la crescita e lo sviluppo.

La celiachia è una malattia rara?

No, la prevalenza della celiachia in età pediatrica è di circa l'1%, secondo studi Americani ed Europei.

Studi su scala globale hanno dimostrato che la prevalenza è comparabile anche in Paesi Extraeuropei.

Attualmente la più alta prevalenza di celiachia nei bambini è stata trovata nella popolazione Saharawi (5.6%).

Come si cura la celiachia?

L'unico trattamento efficace è l'eliminazione permanente del glutine dalla dieta.

Il glutine è una proteina contenuta in alcuni cereali (come frumento, orzo, segala), e conferisce elasticità alla farina.

L'eliminazione del glutine dalla dieta blocca l'inflammatione e la distruzione dell'epitelio della mucosa intestinale e i sintomi sistemici che si osservano nella malattia celiaca.

Come si manifesta la celiachia nel bambino?

La celiachia si può manifestare in vario modo ed essere "silente" (ma non per questo non dannosa!) a lungo.

Ci possono essere sintomi intestinali come diarrea, presenza di feci abbondanti e maleodoranti (per il malassorbimento), stipsi, distensione addominale, dolore addominale, vomito, disappetenza, ecc...

Spesso ci sono dei segni di malfunzionamento al di fuori dell'intestino come arresto o perdita di peso, bassa statura, pubertà ritardata, anemia, stomatite, osteopenia, irritabilità, astenia, ecc...

Inoltre ci possono essere delle patologie autoimmuni associate alla celiachia: diabete tipo I, tiroidite, ecc...

Come si fa la diagnosi di celiachia?

Con la supervisione del pediatra o del gastroenterologo pediatra vanno eseguite delle indagini sierologiche nel sangue. La diagnosi va confermata con lo studio delle biopsie intestinali ottenute con la gastroscopia.

Solo in casi particolari, in età pediatrica, è possibile porre diagnosi di celiachia senza eseguire la gastroscopia, ma con alcuni esami specifici del sangue.

Quando va instaurata la dieta senza glutine?

La dieta senza glutine va instaurata solo dopo la conferma diagnostica, effettuata dallo specialista. Le indicazioni dietetiche devono essere appropriate per l'età pediatrica.

Quali sono le sostanze vietate ai celiaci?

Si tratta di: frumento, orzo, segala, farro, kamut, spelta, malto, sitan, couscous, crusca, bulgur, alcune varietà di avena, amido di "cereali" non specificati, ...

Quali sono i grani e le farine permesse?

Riso, amaranto, mais, miglio, quinoa, sorgo, teff, alcune varietà di avena, grano saraceno, soia, legumi, lupino, patate, castagne, carrube.



Per saperne di più:

[Ministero della Salute – Relazione annuale al Parlamento sulla celiachia – Anno 2016](#)