

## El trigo no sólo provoca celiaquía

- Un 2% de la población desarrolla alergia al trigo y se sospecha que un 40% de personas tienen intolerancia al trigo.
- Cada vez hay más personas diagnosticadas de celiaquía que en realidad no lo son, que simplemente les sienta mal el trigo y al dejarlo de comer mejoran.

**Sevilla, 16 de marzo de 2015** – En los últimos años han crecido los casos de intolerancia y alergia al trigo. Los síntomas de la intolerancia al trigo se pueden confundir con la enfermedad celiaca, pero dan negativo en los test de sangre y en la biopsia, sin embargo al retirarles el trigo de la dieta mejoran las molestias.

Los problemas con el trigo no se limitan a la celiaquía. Por un lado, hay personas que desarrollan una alergia a los cereales, por ejemplo, la alergia al trigo. Estos pacientes, en contacto con el trigo, experimentan rinitis, urticaria o crisis de asma. “Es el típico caso de panaderos que se hacen alérgicos a las harinas de trigo y en el medio laboral desarrollan un asma ocupacional”, explica el Dr. Oscar Cáceres, alergólogo e inmunólogo de la Unidad SHC Medical del Hospital Viamed Santa Ángela de la Cruz, de Sevilla. Este tipo de reacción a los cereales es muy poco frecuente, suele afectar a un 2,4% de la población.

Por otra parte, está la intolerancia al gluten o enfermedad celiaca, donde el sistema inmunológico del paciente desarrolla unos anticuerpos IgA frente a las proteínas del gluten, que está presente en varios tipos de cereales, sobre todo, en el trigo, centeno, avena y cebada. Según la Federación de Asociaciones de Celíacos de España (FACE), se estima que más de 450.000 personas pueden estar padeciéndola actualmente.

Por último, la menos conocida pero la más importante por la cantidad de pacientes afectados –se sospecha que ronda un 40%- es la intolerancia al trigo por mecanismos inmunológicos celulares o la conocida como histaminosis alimentaria. Estos pacientes cuando ingieren dicho alimento, al desarrollar una sensibilización a las proteínas del trigo, se ponen en marcha mecanismos inmunológicos celulares que provocan al final de todo el proceso la liberación de sustancias inmunológicas inflamatorias como, por ejemplo, la histamina. Esto puede provocar dolores de cabeza, síntomas digestivos, dolores musculares o cansancio, entre otros. Éste último grupo son los pacientes con intolerancia al trigo o sensibilidad a las proteínas del trigo pero que no son celíacos.



“Cada vez hay más personas diagnosticadas de celiaquía que en realidad no lo son, que simplemente les sienta mal el trigo y al dejarlo de comer mejoran. Se está confundiendo en estos casos la celiaquía con la intolerancia al trigo”, asegura el Dr. Cáceres. Esta intolerancia se puede curar y se trataría con dieta terapéutica de exclusión, mientras que la alergia y la celiaquía, en principio, no se pueden curar.