

Celiac Disease

What You Need to Know

Did you know as many as 3 million Americans have celiac disease but many of them don't know it?

What is celiac disease?

Having celiac disease means a person can't eat gluten, a protein found in wheat, rye, and barley, and in some medicines.

In people with celiac disease, the body's immune system reacts to gluten by attacking and damaging the lining of the small intestine. When the lining is damaged, the body cannot get the nutrients it needs. Over time, celiac disease can cause anemia, infertility, weak and brittle bones, and other health problems.

People with celiac disease don't always know they have it because they may not feel sick. Or if they feel sick, they don't know celiac disease is the cause. Either way, gluten is damaging the intestines as long as a person with celiac disease continues to eat it.

Who gets celiac disease?

Celiac disease runs in families. You are more likely to develop celiac disease if you have a parent, brother, or sister who has it. Both adults and children can have the disease.

How can I tell if I have celiac disease?

If you have celiac disease, you may have some of these symptoms:

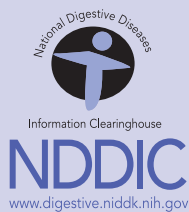
- gas
- diarrhea
- stomach pain
- tiredness
- change in mood
- weight loss
- an itchy skin rash with blisters

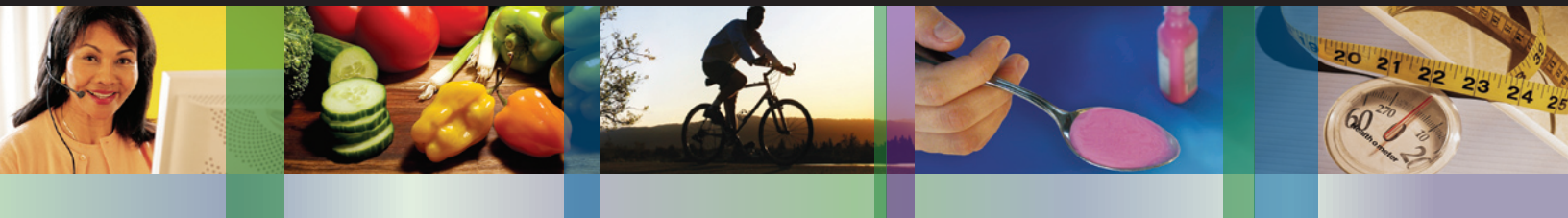
Some people don't have any symptoms at all.

Celiac disease can be hard to diagnose because its symptoms are like those of many other diseases. Your doctor can do tests to find out if you have celiac disease.

What can I do about celiac disease?

The only treatment for celiac disease is a gluten-free diet. Your doctor or a dietitian can help you learn how to choose gluten-free foods. If you avoid gluten in your diet, your small intestine should heal.





Where can I get more information about celiac disease?

National Digestive Diseases Information Clearinghouse

2 Information Way
Bethesda, MD 20892-3570
Phone: 1-800-891-5389
Fax: 703-738-4929
Email: nddic@info.niddk.nih.gov
Internet: www.digestive.niddk.nih.gov

The National Digestive Diseases Information Clearinghouse is a service of the National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). The NIDDK is part of the National Institutes of Health of the U.S. Department of Health and Human Services.

This publication is not copyrighted. The Clearinghouse encourages people to duplicate and distribute as many copies as desired.



The NIDDK Awareness and Prevention Series is designed to make you ask yourself, "Could this be me or someone I care for?" So take a closer look. Additional information on this topic and other titles in the series is available through the National Digestive Diseases Information Clearinghouse or on the Internet at www.digestive.niddk.nih.gov.

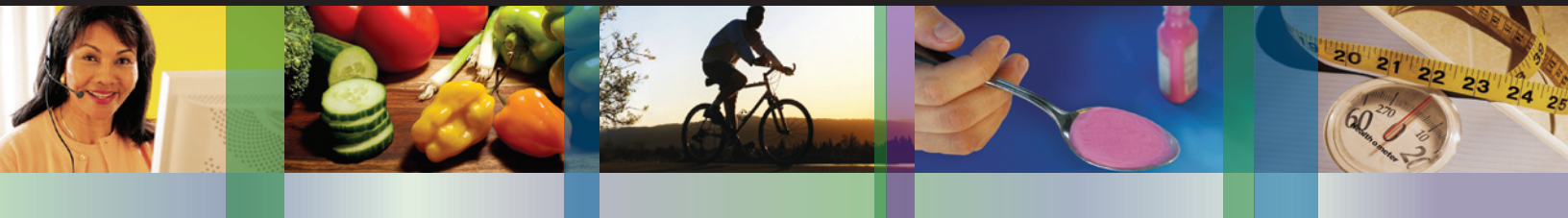
To meet the need for comprehensive and current information about celiac disease, the NDDIC launched the Celiac Disease Awareness Campaign. The Awareness Campaign is the result of the combined ideas and efforts of the professional and voluntary organizations that focus on celiac disease, along with the NIDDK, the National Institutes of Health, and the Centers for Disease Control and Prevention.

Visit www.celiac.nih.gov to learn more about the Awareness Campaign.



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH
AND HUMAN SERVICES
National Institutes of Health

NIH Publication No. 07-6192
June 2007



Enfermedad celíaca

Lo que usted debe saber

¿Sabía usted que aproximadamente 3 millones de estadounidenses tienen enfermedad celíaca pero muchos de ellos no lo saben?

¿Qué es la enfermedad celíaca?

Tener enfermedad celíaca significa que una persona no puede consumir gluten, una proteína que se encuentra en el trigo, el centeno y la cebada y en algunas medicinas.

En las personas con enfermedad celíaca, el sistema inmunitario reacciona al gluten, atacando y dañando el revestimiento del intestino delgado. Cuando el revestimiento está dañado, el cuerpo no puede obtener los nutrientes que necesita. Con el tiempo, la enfermedad celiaca puede causar anemia, esterilidad, huesos débiles y frágiles así como otros problemas de salud.

Las personas con enfermedad celiaca no siempre saben que padecen la enfermedad porque pueden no sentirse enfermos. O, si se sienten enfermos, no saben que la causa es la enfermedad celíaca. De cualquier modo, el gluten daña los intestinos en la medida en que la persona con enfermedad celíaca lo sigue consumiendo.

¿Quién puede padecer enfermedad celíaca?

La enfermedad celiaca es hereditaria. Uno tiene más probabilidades de padecer enfermedad celiaca si el padre, la madre,

el hermano o la hermana tienen la enfermedad. Tanto los adultos como los niños pueden tener la enfermedad.

¿Cómo puedo saber si tengo enfermedad celíaca?

Si tiene enfermedad celíaca, posiblemente tenga algunos de estos síntomas:

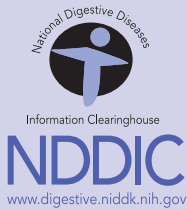
- gases
- diarrea
- dolor de estómago
- cansancio
- cambios de humor
- pérdida de peso
- comezón en la piel con ampollas

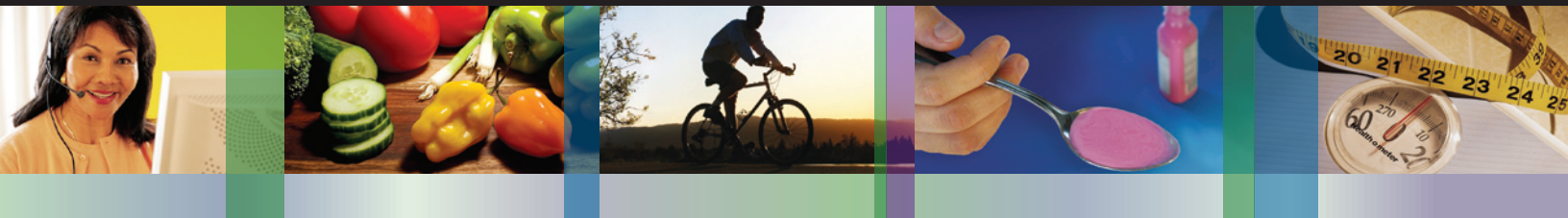
Algunas personas ni siquiera tienen síntomas.

La enfermedad celíaca puede ser difícil de diagnosticar porque sus síntomas son como los de muchas otras enfermedades. Su médico puede hacerle pruebas para determinar si tiene enfermedad celíaca.

¿Qué puedo hacer en cuanto a la enfermedad celíaca?

El único tratamiento para la enfermedad celíaca es una dieta sin gluten. Su médico o dietista puede ayudarle a aprender cómo elegir alimentos sin gluten. Si evita el gluten en su dieta, el intestino delgado debería sanar.





¿Dónde puedo obtener más información sobre la enfermedad celíaca?

National Digestive Diseases Information Clearinghouse
 2 Information Way
 Bethesda, MD 20892-3570
 Teléfono: 1-800-891-5389
 Fax: 703-738-4929
 Correo electrónico: nddic@info.niddk.nih.gov
 Internet: www.digestive.niddk.nih.gov

El National Digestive Diseases Information Clearinghouse (NDDIC) es el Centro Coordinador Nacional de Información sobre las Enfermedades Digestivas, un servicio del National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). El NIDDK forma parte de los National Institutes of Health, que a su vez dependen del Department of Health and Human Services de los Estados Unidos.

Esta publicación no tiene derechos de autor. El NDDIC otorga su permiso a los usuarios de esta publicación para que pueda ser reproducida y distribuida en cantidades ilimitadas.



La Serie del NIDDK para el Conocimiento y la Prevención está concebida para que usted se pregunte: “¿Podría tratarse de mí o de alguien que me importa?” Por favor léalo con cuidado. Puede obtener más información sobre este tema y otros títulos de la serie a través del National Digestive Diseases Information Clearinghouse (NDDIC), o por Internet en www.digestive.niddk.nih.gov. También puede encontrar y leer las publicaciones del NDDIC disponibles en español en www.digestive.niddk.nih.gov/spanish/indexsp.asp.

Para satisfacer la necesidad de ofrecer información integral y actualizada sobre la enfermedad celíaca, el NDDIC lanzó la Celiac Disease Awareness Campaign, que en español se llama Campaña de Conocimiento sobre la enfermedad celíaca. La campaña es el resultado de ideas y esfuerzos combinados de organizaciones profesionales y voluntarias que se centran en la enfermedad celíaca, junto con el NIDDK, los National Institutes of Health y los Centers for Disease Control and Prevention.

Visite www.celiac.nih.gov para saber más sobre esta campaña. (Este sitio web sólo está disponible en inglés.)



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH
 AND HUMAN SERVICES
 National Institutes of Health

NIH Publication No. 07-6192S
 Junio 2007