

RECORDÁ EL LOGO PARA ALIMENTOS SIN T.A.C.C.

Para identificar los alimentos industrializados que pueden consumir las personas celíacas, buscá este logo en su envase.

Podés encontrar un listado de productos aptos para celíacos, en la siguiente web:

www.anmat.gov.ar/Alimentos/Alimentos.asp



OSVARA SALUD
GALLO 443 - C.A.B.A.

Si querés integrarte a la familia de OSVARA SALUD podés afiliarte al código 123909, o hacer la opción de cambio de Obra Social.

Informate al 4866-5478/5482 // 0800-333-3038
o al email: osvarasalud@gmail.com

Horario de atención: Lunes a Viernes
de 10:00 a 17:00 hs



SSSalud
SUPERINTENDENCIA
DE SERVICIOS DE SALUD

Centro atención telefónico, línea gratuita de la
Superintendencia de Servicios de Salud
0800-222-72583 // www.sssalud.gov.ar
Av. Pte. Roque Sáenz Peña 530, CABA

Folleto acorde a Ley 26.588 sobre la enfermedad celíaca.

OSVARA SALUD
RNOS 1-2390-9



CELIAQUÍA

Esta enfermedad puede presentarse en cualquier momento de la vida, desde el momento en que el niño incorpora alimentos que contengan gluten hasta la adultez avanzada.

La Enfermedad Celíaca es una enfermedad caracterizada por una intolerancia permanente al GLUTEN, proteína que se encuentra en el TRIGO, AVENA, CEBADA Y CENTENO, así como también en los productos derivados de ellos.

SÍNTOMAS

Entre algunos síntomas causados por esta enfermedad podemos nombrar:

Diarrea crónica ✕ Aftas orales ✕ Pérdida de peso ✕
Anemia ✕ Desnutrición ✕ Baja estatura ✕ Cansancio ✕
Distensión abdominal ✕ Menopausia precoz ✕
Abortos a repetición ✕ Osteoporosis, osteopenia ✕
Uñas quebradizas ✕ Alteraciones en el esmalte dental

GRUPOS DE RIESGO

Algunas personas tienen más posibilidades que otras de ser celíacas. Dentro de ellas, se encuentran quienes son familiares directos de celíacos y/o padecen:

Diabetes tipo 1
Síndrome de Down
Hipo o hipertiroidismo
Otras enfermedades autoinmunes

**Es fundamental no comenzar una dieta libre de Gluten hasta tanto se tenga el diagnóstico definitivo de enfermedad celíaca.
ANTE CUALQUIER DUDA O SOSPECHA, CONSULTÁ A TU MÉDICO**

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA?

Un simple análisis de sangre permite acercarse al diagnóstico de la enfermedad, que luego debe ser confirmado con una biopsia intestinal mediante una endoscopia.

En caso de adultos, se debe concurrir a un médico clínico; en caso de niños, a un pediatra.

Si el diagnóstico es positivo, nuestro médico nos indicará cómo cuidarnos. Es muy importante hacer caso en todo lo que nos diga.

¿Qué pasa si tengo celiaquía y no cuido lo que ingiero?

Cuando una persona celíaca consume algún alimento con gluten, su intestino se daña y se vuelve incapaz de absorber los nutrientes necesarios para mantener al organismo. En consecuencia, pueden sufrir desnutrición, osteoporosis y anemia, entre otras afecciones.

¿CÓMO TRATARLO?

El único tratamiento que existe es mantener de por vida una dieta totalmente libre de gluten. De esta manera, la mucosa del intestino logra regenerarse, desaparecen los síntomas y se previenen otras complicaciones asociadas a la enfermedad.

¿Qué puedo y qué no puedo comer?



Cualquier tipo de frutas, verduras, carnes, huevos y legumbres, siempre en su estado natural.



Se debe tener especial cuidado con los productos industrializados ya que gran cantidad de los alimentos que comemos habitualmente contienen gluten.