

Diagnosticare la celiachia

di [Nando Merisi](#)

per [Dieta-Dimagrante.com](#)

© Tutti i diritti Riservati

Cause

La **celiachia** è una **malattia** causata soprattutto da **fattori genetici**, ma anche alcune vicende della vita ne possono favorire l'insorgenza, come ad esempio:

- Una gravidanza;
- Un intervento chirurgico;
- Un parto;
- Un'infezione virale;
- Altre occasioni di [stress](#) acuto.

Uno dei **fattori principali** che può avere un ruolo decisivo nello sviluppo della celiachia secondo alcuni studi è proprio l' **allattamento al seno**, considerato come elemento ritardante e protettivo nella manifestazione della celiachia. Oltre a queste cause legate alla sfera psicologica dell'individuo, altre cause che portano alla celiachia. Sono presumibilmente due:

1. Le **abitudini alimentari**, soprattutto il tipo di alimentazione;
2. La **quantità di glutine introdotto** nella [dieta](#).

Diagnosi

Fare una diagnosi circa la celiachia è molto arduo, in quanto questa intolleranza si manifesta in maniera molto simile ad altre **malattie intestinali**, o alla [depressione](#) o a casi di [stanchezza cronica](#). Inoltre in una percentuale non piccola di casi, la **celiachia** non sviluppa alcun sintomo evidente ma comporta comunque un danneggiamento dei tessuti intestinali. Essendo così difficile effettuare una diagnosi specifica della celiachia, per avere informazioni attendibili bisogna ricorrere a due tipi di analisi elencati subito dopo:

1. L'esame al sangue, che permette di rivelare la presenza di alcuni anticorpi come **l'antigliadina**, **antireticolina** e **antiendimisio**. Un esame più recente permette di identificare anche la presenza di un altro anticorpo, **l'antitransglutaminasi**;
2. L'esame degli autoanticorpi se risulta essere positivo sarà coadiuvato nella diagnosi dalla **biopsia intestinale**.

Quali sintomi comporta la celiachia

La **celiachia** si manifesta con **sintomi differenti** che possono presentarsi in **diverse fasi della vita** ; i sintomi più diffusi della celiachia possono essere i seguenti:

- dolori addominali ricorrenti;
- diarrea cronica;
- perdita di peso;
- feci chiare;
- anemia;
- produzione di gas;
- dolori alle ossa;
- cambiamenti comportamentali;
- crampi muscolari;
- stanchezza;
- crescita ritardata;
- dolori articolari;
- insensibilità agli arti;
- ulcere dolorose nella bocca;
- irritazioni della pelle;
- danneggiamento dello smalto e del colore dei denti;
- irregolarità dei cicli mestruali.

A causa della molteplicità di sintomi che si possono presentare agli individui colpiti, la celiachia può essere classificata in diversi modi. Vi sono:

- la **celiachia tipica** , che ha come sintomatologia la diarrea e l'arresto della crescita;
- la **celiachia atipica** , che si presenta tardivamente con sintomi soprattutto extraintestinali (come l'anemia);
- la **celiachia silente** , nella quale mancano sintomi evidenti;
- la **celiachia potenziale** , evidenziata da esami sierologici positivi (presenza di antigliadina) ma con biopsia intestinale normale.

La celiachia nei bambini

Nella maggior parte dei casi, la celiachia si evidenzia a distanza di circa qualche mese dall'introduzione del glutine nella [dieta](#), con un quadro clinico caratterizzato dai seguenti elementi:

- *diarrea,*
- *vomito,*
- *anoressia,*
- *irritabilità,*
- *arresto della crescita,*
- *calo ponderale.*

Nelle forme che esordiscono tardivamente, dopo il **secondo o terzo anno di vita del bambino** , la sintomatologia gastroenterica è per lo più sfumata e in genere prevalgono altri sintomi, quali:

- *deficit dell'accrescimento della statura e/o del peso,*
- *ritardo dello sviluppo puberale,*
- *dolori addominali ricorrenti,*
- *anemia sideropenica* , che non risponde alla somministrazione di ferro per via orale.

Come trattare la celiachia

L'unico trattamento possibile per la **celiachia** è una **dieta appropriata** , priva di **glutine**, che permette di ridurre ed eventualmente eliminare i sintomi e di ricostituire i tessuti intestinali. La capacità di ripresa e di recupero dei tessuti danneggiati, però, dipende anche da molti altri fattori come:

- **l'età** in cui la malattia viene diagnosticata;
- **il grado di danneggiamento** ;
- **l'assunzione** da parte dell'individuo **di altri farmaci** che possono interferire.

In generale, se la [dieta](#) viene rispettata, e la malattia è solo all'inizio, è possibile restituire un funzionamento normale all'intestino, con **ricostituzione dei villi** , nel giro di 3-6 mesi. In adulti malati da tempo, la dieta riesce a eliminare i sintomi in periodi più lunghi, fino a raggiungere anche i due anni. Oggi un altro modo per scoprire la presenza della celiachia nell'organismo di un individuo, è rappresentato dal cosiddetto **test "fai-da-te"**, che rappresenta uno strumento ideale per lo **screening di primo livello** di questa [intolleranza alimentare](#) , lo **Xeliac Test**, consente appunto, di sapere in pochi minuti comodamente da casa propria se si è intolleranti al [glutine](#). Questo test, si *acquista in farmacia al costo di 30 euro* e **può essere effettuato a casa** , basta, infatti, estrarre con l'apposito pungidito, compreso nel kit, una goccia di sangue, inserirla in una provetta con uno speciale diluente, agitare e inserire una piccola striscia reagente. Se il test è stato effettuato correttamente ed è **negativo** comparirà sulla striscia **un'unica banda trasversale** , nel caso invece di **positività** le **bande saranno due** e sarà necessario consultare il proprio medico per ulteriori accertamenti.

Nando Merisi