

# SENSIBILIDAD AL GLUTEN (GLUTEN SENSITIVITY)

## Diferencias entre la enfermedad celíaca y la sensibilidad al gluten

Además de la enfermedad celíaca y la alergia al trigo, con sus consabidas molestias y síntomas, existe otra reacción de intolerancia al gluten, cada vez más visible y detectada en todo el mundo, denominada sensibilidad al gluten (gluten sensitivity). La enfermedad celíaca es una enteropatía autoinmune, sometida a condicionantes genéticos y provocada por la ingesta de gluten. Por el contrario, la sensibilidad al gluten es una forma de intolerancia sintomática frente al gluten. Las personas afectadas por esta dolencia no soportan el gluten y desarrollan síntomas que pueden ser muy similares a los de la enfermedad celíaca. Un equipo internacional de médicos especialistas ha elaborado un documento de consenso donde se especifican las molestias funcionales provocadas por el gluten. Este documento ha sido publicado en la prestigiosa revista online BMC Medicine ([www.biomedcentral.com/1741-7015/10/13](http://www.biomedcentral.com/1741-7015/10/13)), especializada en medicina. De acuerdo

con la definición expuesta en el documento de consenso, la sensibilidad al gluten es “una reacción a la ingesta de gluten, en aquellos casos donde se ha descartado la posibilidad de que el paciente sufra de alergia al trigo o enfermedad celíaca”. A diferencia de los celíacos, los pacientes afectados por la sensibilidad al gluten no presentan anticuerpos anti-transglutaminasa ni alteraciones histológicas, o bien se limitan únicamente a un incremento reducido del recuento de linfocitos intraepiteliales. Es decir, las lesiones detectadas en su mucosa intestinal se clasifican como Marsh 0 - 1 como máximo. Los síntomas incluyen molestias gastrointestinales como sensación de pesadez, diarrea y dolores abdominales, pero también molestias extraintestinales, como sensación de desorientación y confusión, migrañas y dolores musculares y en los miembros. Los síntomas suelen manifestarse generalmente algunos días (u horas) después de la ingesta de alimentos con gluten.

	ENFERMEDAD CELÍACA	SENSIBILIDAD AL GLUTEN
Tiempo transcurrido entre la exposición al gluten y la aparición de los síntomas	Entre semanas y años	Entre horas y días
Patogénesis	Autoinmune (inmunidad adaptativa congénita)	Reacción inmunológica no esclarecida hasta la fecha
HLA	HLA DQ2/8 (aprox. 95 % de los casos)	No esclarecido
Autoanticuerpos	Resultado positivo (alta sensibilidad y especificidad)*	Resultado negativo**
Enteropatía	Típica	Ausente; puede detectarse un incremento moderado de los linfocitos intraepiteliales (Marsh 0-1)
Síntomas	Intestinales y extraintestinales	Intestinales y extraintestinales
Complicaciones	Enfermedades acompañantes y complicaciones a largo plazo	No se conocen enfermedades acompañantes ni complicaciones a largo plazo

## Diagnóstico

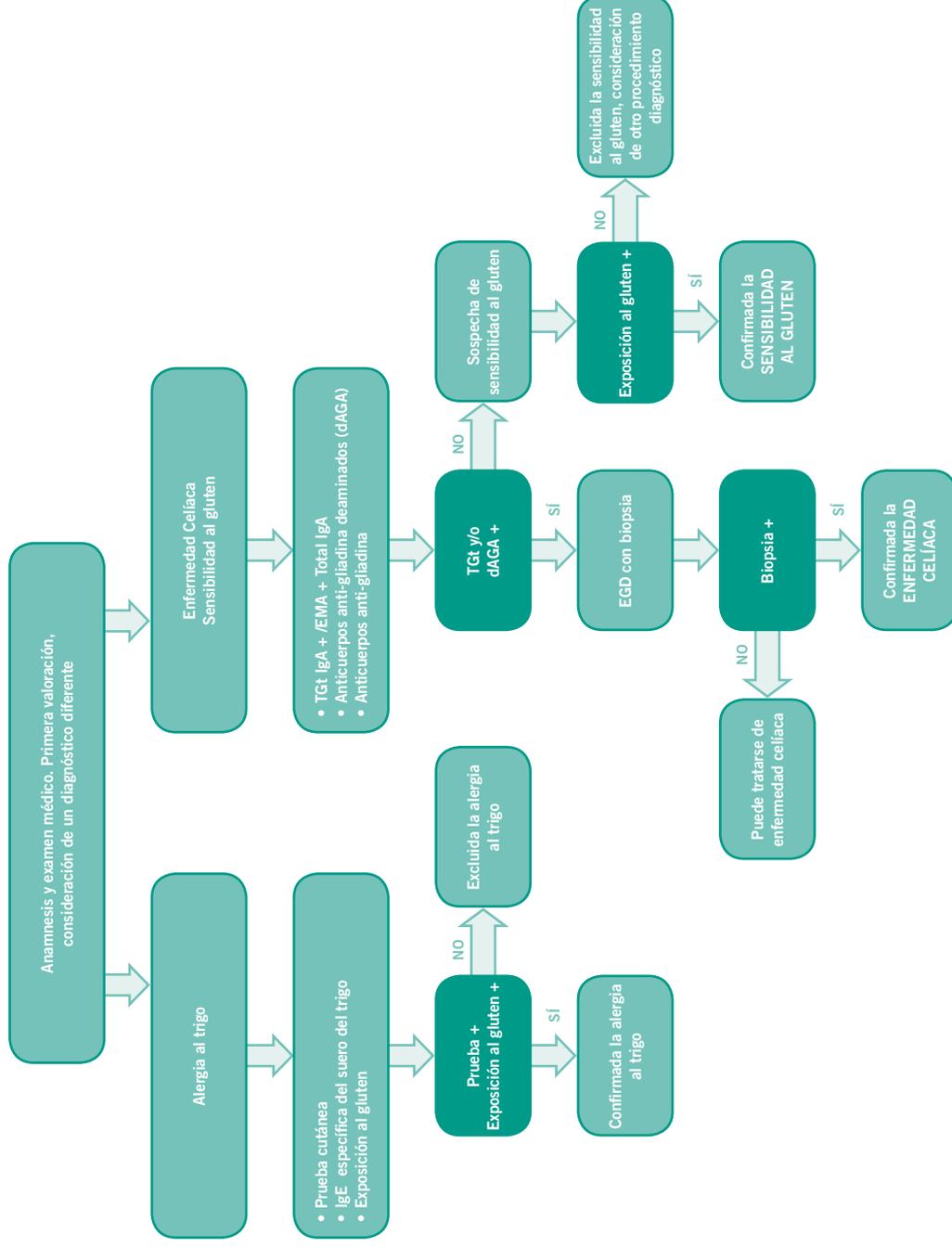
Hasta el momento no se conoce ningún marcador de diagnóstico para la sensibilidad al gluten, de forma que actualmente se recurre al diagnóstico por exclusión. Lo más importante para emitir un diagnóstico correcto de la sensibilidad al gluten es descartar en primer lugar la enfermedad celíaca y la alergia al trigo, por medio de los métodos de diagnóstico conocidos.

### Los casos de los pacientes aquejados por la sensibilidad al gluten se caracterizan por estos rasgos:

- Resultado negativo en la prueba de alergia al trigo y pruebas serológicas negativas para la enfermedad celíaca (anti-EMA y anti-Tgt).
- Queda excluida la posibilidad de que sufran una carencia de IgA.
- La biopsia de intestino delgado no arroja datos nuevos y presenta un recuento ligeramente elevado de linfocitos intraepiteliales (Marsh de entre 0 y 1).
- Pueden detectarse biomarcadores que apunten a una reacción inmunitaria congénita al gluten.
- Manifiestan síntomas clínicos que pueden solaparse con los de la enfermedad celíaca y la alergia al trigo.
- Sus síntomas mejoran si adoptan una dieta sin gluten. Lo ideal, aunque es difícil de poner en práctica de forma cotidiana, es recurrir a los dobles ciegos, para descartar un posible efecto placebo.

\* Antitransglutaminasa tisular (Tgt), anticuerpos antiendomisio (EMA), anticuerpos anti gliadina deaminada (dAGA). Al menos un 10% de pacientes con EC pueden tener anticuerpos negativos.  
\*\* Presencia de IgA y/o IgG (AGA)

## ALGORITMO DE DIFERENCIACIÓN DE LOS TRASTORNOS FUNCIONALES RELACIONADOS CON EL GLUTEN



### Señales y síntomas típicos de la sensibilidad al gluten

Dolor abdominal (68%)
Eccemas/erupciones cutáneas (40%)
Migraña (35%)
Sensación de desorientación y confusión (34%)
Diarrea (33%)
Fatiga (33%)
Flato abdominal (25%)
Depresión (22%)
Anemia (20%)
Estreñimiento (20%)
Trastornos del equilibrio (20%)
Entumecimiento, dolor en las extremidades (20%)
Acidez de estómago, náuseas y vómitos (15%)
Glositis (10%)
Ruidos intestinales (10%)