



En família

Carlos González

Tornem-hi amb el gluten

Fa trenta anys, quan jo em formava com a pediatre, la recomanació era començar amb el gluten als nou mesos. Tal com m'ho van explicar, els nens que havien de patir la celiàquia la patirien igual, però més tard i, per tant, de manera més lleu.

Durant anys hi ha hagut diferents propostes sobre la necessitat d'avançar o endarrerir el consum de gluten en nadons. Entre el 1984 i el 1996 hi va haver a Suècia una important epidèmia de malaltia celíaca. Les investigacions dutes a terme, basades en estudis observacionals ("veure què ha passat, sense tocar res"), van mostrar que començar a prendre gluten en petites quantitats mentre el nen encara prenia pit el protegia contra la malaltia. Es va recomanar avançar el gluten i la celiàquia va tornar a disminuir a Suècia.

Els experts europeus de l'ESPGHAN recomanaven, el 2008, començar entre els 4 i els 7 mesos. Però fa uns mesos es van publicar els dos primers estudis experimentals sobre la introducció del gluten. Tots dos coincideixen que avançar el consum de gluten no té cap avantatge. I la lactància materna no hi té cap influència. Més encara. Començar als 12 mesos en lloc dels 6 endarrereix (una mica) el començament de la malaltia, però no disminueix el nombre de malalts. Potser (només potser), en nens amb alt risc de celiàquia val la pena endarrerir el gluten. A tot això, continuem sense saber quina va ser la causa de l'epidèmia sueca. Però els metges hem rebut una important lliçó d'humilitat: ens havíem llançat a donar consells abans de fer estudis experimentals ben fets.



Carlos González és doctor en pediatria