



## **“Dr. Gluten facilita molta informació adulterada sobre celiàquia i dieta sense gluten, que confon al pacient i pot comprometre la seva salut” alerta l’Associació de Celíacs de Catalunya**

- El 20% dels celíacs del nostre País utilitza Internet com a font principal d’informació per seguir el tractament de la malaltia celíaca
- 1 de cada 3 pacients celíacs no reben la informació necessària per part dels centres sanitaris catalans de com seguir correctament la dieta sense gluten
- El 69% dels enquestats ha hagut de visitar més de dos metges abans d’obtenir el diagnòstic definitiu de celiàquia

**BARCELONA, maig 2017.** L'any passat l'Associació Celíacs de Catalunya informava del risc per la salut de la persona celíaca de la ingesta de traces de gluten i advertia que el 40% dels celíacs al nostre País transgredeix el seu tractament, sent un 75% d'aquestes transgressions involuntàries com a conseqüència de la contaminació encreuada amb gluten dins o fora de casa.

L'evidència científica determina que la ingesta de només de 50 mg de gluten al dia ja causa greus danys a l'intestí l'aparell digestiu del pacient celíac, independentment de què aquest tingui simptomatologia immediata o no, que tindrà conseqüències en la seva salut, que van des d'una anèmia ferropènica, a retards en el creixement, problemes neurològics, limfoma intestinal, entre d'altres.

Des de l'Associació Celíacs de Catalunya s'ha detectat un volum creixent de celíacs adults que arriben a aquesta entitat cercant assessorament, entre 1 any i 2 després que els diagnostiquin com celíacs, coincidint amb el fet que no els baixen els marcadors específics de la malaltia en la revisió de control amb el gastroenteròleg, tot i que ells pensen que fan correctament la Dieta Sense Gluten (DSG) i els resultats corroboren que no és així.



*Davant aquests fets i conscients de la vital importància d'una prompta adhesió a la dieta sense gluten per part de les persones amb malaltia celíaca per assegurar la seva correcta recuperació, l'Associació ha realitzat una enquesta sobre la informació que tenen els pacients per gestionar la seva malaltia, en la que han participat 1210 pacients celíacs i 90 digestòlegs.*

A través dels [resultats](#) es veu com **1 de cada 3 pacients no va rebre informació immediata sobre com seguir un correcte tractament per la seva malaltia**, la dieta sense gluten estricta, en el moment del diagnòstic.

Per tant, després de viure un llarg procés fins a obtenir un diagnòstic definitiu (**el 69% ha de visitar-se amb dos metges o més abans de la diagnosi i el 56% dels pacients triga més d'1 any en ser diagnosticat**), la majoria de pacients considera que als centres sanitaris catalans no es rep suficient informació sobre com seguir correctament la dieta sense gluten i gairebé a un 40% no se'ls va adreçar a les associacions de pacients per rebre la formació bàsica que ofereixen gratuïtament.

Aquest fet s'agreuja en veure que **1 de cada 5 pacients reconeix que la seva principal font d'informació per seguir una dieta estricta sense gluten és Internet**, dada que contrasta amb el 44% dels professionals de la Societat Catalana de Digestologia que creu que Internet és la principal font d'informació pels seus pacients.

Atès que **un 60% dels pacients declara que va trigar més d'un any en normalitzar els marcadors específics de la celiaquia**, és molt preocupant que el **42% dels pacients diagnosticats reconeguin que durant les visites de control el metge no els hi pregunta sobre si estan fent correctament la dieta sense gluten**.

La manca d'informació facilitada per part dels facultatius, així com el fet de no remetre al pacient a pàgines webs on trobar informació fiable o a associacions de pacients, l'aboquen a una recerca a internet que moltes vegades el condueix a un parany per la seva salut, ja que acaben tractant-se en base a webs i blogs que a vegades no tenen cap credibilitat.

I és que Internet pot ser una excel·lent eina per cercar informació de salut, però en el cas de la celiaquia i la dieta sense gluten, en estar aquesta darrera lligada a un fenomen social que poc té a veure amb la celiaquia i més amb una moda dietètica, trobem molta informació amb fal·làcies que van des de teràpies pseudocientífiques que proposen "curar" la celiaquia, a moltes pàgines



que ja parteixen d'una incorrecta definició de la patologia, fins a informació confusa en quins productes són aptes o no pel consum del pacient celíac o de com manipular el producte sense gluten, o professionals sanitaris no vinculats a la diagnosi de la celiàquia que prescriuen la retirada del gluten abans del diagnòstic (cosa totalment contraproductent, ja que en fer les proves donaran un fals negatiu).

En coexistir tanta informació de tot tipus a Internet que pot arribar a generar una contra informació tan important, des de l'Associació de Celíacs recomanem als celíacs:

a) recórrer a Webs Mèdiques Acreditades, a les de les associacions mèdiques, a les institucions oficials com el canal de Salut de la Generalitat, a les Associacions de pacients o blogs recomanats per aquestes, basades en evidències científiques i no només en simples experiències d'altres pacients.

b) tota la informació que trobem ha de ser contrastada amb el digestòleg si parlem de diagnòstic de la celiàquia, i amb un dietista-nutricionista especialitzat o amb l'Associació de celíacs pel que fa al seguiment de la dieta sense gluten.

Recordem que segons dades de la ONTSI, Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y la Sociedad de la Información, **només els 21,5 % dels ciutadans són pacients experts, per tant és responsabilitat de facultatius, institucions i associacions de pacients millorar aquesta taxa i facilitar suficient informació al pacient per empoderar-lo** en vers la seva malaltia sigui directament o facilitant-li fonts d'informació fiables.

“La velocitat amb què es propaguen informacions falses sobre la dieta sense gluten a través del Dr.Google imposa la necessitat de treballar conjuntament, societats científiques, col·lectius de pacients i administracions, per lluitar contra aquesta informació adulterada i imposar el rigor científic per protegir la salut del pacient. Vull recordar una vegada més que només s'ha de retirar el gluten després del diagnòstic per part d'un pediatre o digestòleg i no abans basant-se en informació a les xarxes, l'assessorament el pot rebre per part de l'Associació de Celíacs i el tractament ha d'estar acompanyat d'un dietista nutricionista col·legiat. Aprofito per fer una crida a què es millori la informació que s'ofereix en el moment de la diagnosi de la celiàquia insistint en la importància de rebre assessorament expert en dieta sense gluten, per evitar la ingesta de traces” **apunta Olga Cuesta, presidenta de l'Associació de Celíacs de Catalunya.**



Per la seva part **Berenguer Camps i Fondevila, gerent del Programa Web Mèdic Acreditat del Col·legi de Metges de Barcelona recorda que** “Fa gairebé 20 anys que el programa Web Mèdic Acreditat (WMA) del CoMB ajuda els ciutadans i els professionals a identificar continguts sanitaris de confiança i de qualitat a la xarxa. El nostre és un sistema d’acreditació independent que es basa en uns principis de bona pràctica definits per un comitè d’experts mèdics i jurídics” i recomana als ciutadans basar-se en el **DECALEG PER A L’ÚS DE WEBS de SALUT promogut per Web Mèdic Acreditat (WMA)** per reconèixer fonts d’informació fiable.

La celiàquia és un trastorn sistèmic de base autoimmune de caràcter permanent que es presenta en individus genèticament predisposats, induït per la ingesta de gluten i que provoca una atròfia de les vellositats de l'intestí prim, afectant per tant, la capacitat d'absorbir els nutrients dels aliments.

En l'actualitat, **l'únic tractament per a la malaltia celíaca és el seguiment de per vida d'una dieta estricta sense gluten.** La ingesta de petites quantitats de gluten pot provocar danys greus a l'intestí prim i és per això que rebre un **bon assessorament és clau per no trobar-se en una situació de vulnerabilitat.**

L'Associació de Celíacs de Catalunya va néixer amb la voluntat de protegir i millorar la qualitat de vida de les persones diagnosticades amb celiàquia, és per això que veient la necessitat d'aconseguir fonts fiables a Internet ha elaborat una sèrie de consells i recomanacions per seguir un bon tractament.