RETI CLINICHE FVG

ARCS
Azienda Regionale di Coordinamento per la Salute

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

CELIACHIA: SINTOMI, DIAGNOSI E TRATTAMENTO

La celiachia è una **malattia autoimmune cronica** in cui **il sistema immunitario reagisce in modo anomalo al glutine**, una proteina presente in cereali come grano, orzo e segale.

Nelle persone con celiachia, l'assunzione di alimenti contenenti glutine provoca una risposta del sistema immunitario che, invece di proteggere l'organismo, attacca la mucosa dell'intestino tenue, determinando un'infiammazione cronica. Per questo motivo **la celiachia non è una semplice intolleranza alimentare**, ma una patologia autoimmune che richiede una diagnosi accurata, una presa in carico specialistica e un trattamento continuativo.



Come il glutine danneggia l'intestino

La superficie interna dell'intestino tenue è ricoperta da milioni di villi intestinali, piccole strutture che aumentano la superficie intestinale e favoriscono l'assorbimento di vitamine, minerali e altri nutrienti essenziali per il corretto funzionamento dell'organismo. **Nelle persone con celiachia, l'assunzione di glutine scatena una risposta del sistema immunitario che provoca un'infiammazione cronica della mucosa intestinale**. Con il tempo, i villi intestinali si danneggiano e possono appiattirsi, riducendo la loro capacità di assorbire i nutrienti.

Questo processo, chiamato malassorbimento intestinale, **rende più difficile l'assimilazione di sostanze fondamentali come ferro, calcio, acido folico, vitamina B12 e vitamina D**.

Le carenze nutrizionali che ne derivano possono causare **sintomi e complicanze che non interessano solo l'apparato digerente, ma anche le ossa, il sangue, il sistema nervoso e altri organi**. Per questo motivo una diagnosi precoce della celiachia e l'inizio tempestivo della dieta senza glutine sono fondamentali per favorire il recupero della mucosa intestinale e prevenire le complicanze a lungo termine.

Sintomi della celiachia

I sintomi della celiachia **possono essere molto diversi da persona a persona** e comparire sia nell'infanzia, sia in età adulta. In alcuni casi la malattia può presentarsi con sintomi gastrointestinali evidenti, mentre in altri con manifestazioni extraintestinali o con sintomi lievi e aspecifici.

Tra i **sintomi più frequenti** si osservano:



La presenza di questi sintomi non è sufficiente per diagnosticare la celiachia, ma rende opportuna una valutazione medica.

Diagnosi della celiachia

La diagnosi della celiachia si basa generalmente sull'**integrazione di valutazione clinica, esami del sangue e, quando indicato, esami strumentali o istologici**.
Tra gli esami iniziali vengono generalmente utilizzati specifici test sierologici per la ricerca degli anticorpi associati alla celiachia. In caso di positività o quando il quadro clinico lo richiede, il medico può indicare ulteriori accertamenti per confermare la diagnosi.

Il **percorso diagnostico** può comprendere:

- ricerca nel sangue degli anticorpi specifici per la celiachia
- eventuale tipizzazione genetica (HLA-DQ2 e HLA-DQ8) in casi selezionati
- gastroscopia con biopsie del duodeno, quando indicata, per confermare il danno della mucosa intestinale

La presenza di HLA-DQ2 o HLA-DQ8 indica una predisposizione genetica, ma non è sufficiente per diagnosticare la celiachia. Al contrario, l'assenza di entrambi rende la diagnosi molto improbabile.
Quando indicato, il percorso diagnostico può comprendere una gastroscopia con biopsie del duodeno, finalizzata alla valutazione del danno della mucosa intestinale.
Nei bambini e negli adolescenti, in determinate condizioni e secondo criteri diagnostici specifici, la diagnosi può essere effettuata anche senza biopsia intestinale. Le linee guida pediatriche prevedono, in particolare, criteri basati su valori molto elevati degli anticorpi anti-transglutaminasi e sulla conferma mediante anticorpi anti-endomisio in un secondo campione di sangue.

Per ottenere risultati affidabili è **importante non eliminare il glutine dalla dieta prima di aver completato gli accertamenti diagnostici**, salvo diversa indicazione dello specialista.

Come si cura la celiachia

Attualmente, il trattamento della celiachia consiste nell'adozione di una **dieta senza glutine rigorosa e permanente.**
L'eliminazione del glutine consente generalmente alla mucosa intestinale di recuperare progressivamente e può portare alla scomparsa o alla riduzione dei sintomi. Il recupero può richiedere tempi diversi a seconda della persona e della gravità del danno intestinale presente al momento della diagnosi.

La dieta per la celiachia deve essere impostata e monitorata con il supporto del gastroenterologo e, quando necessario, del dietista o del nutrizionista. È fondamentale scegliere alimenti naturalmente privi di glutine o dichiarati senza glutine e prestare particolare attenzione al rischio di contaminazione alimentare, che può verificarsi durante tutto il processo produttivo, dalla fornitura, preparazione, conservazione, somministrazione e servizio dei cibi.
Seguire correttamente la dieta senza glutine è essenziale per controllare la malattia, proteggere l'intestino e migliorare la qualità della vita delle persone con celiachia.

