

# EL CONSEJO FARMACÉUTICO

J. MIR JULIÀ

Farmacéutico.

## Alergia al gluten

Las personas alérgicas al gluten, conocidos como celíacos, tienen problemas para absorber los nutrientes porque el gluten proteínico daña el revestimiento del intestino delgado. Ello provoca una reacción alérgica de tipo IgE o IgG. Entre los síntomas cabe mencionar la hinchazón, la diarrea, la anemia y la pérdida de peso. El gluten se halla en cereales como el trigo, el centeno, la cebada y la avena. Una vez realizado el diagnóstico, los celíacos deben seguir una dieta estricta que no contenga dicha sustancia. Para que la dieta sea equilibrada deben tomar muchas frutas y verduras frescas, cereales que no contengan gluten como la quinoa, huevos, leche y queso, además de carne, pollo y pescado. En pocas semanas, su estado de salud suele mejorar considerablemente.

La alergia al trigo es más corriente que la alergia total al gluten, y muchas personas que toleran perfectamente el gluten que contienen otros cereales sufren una reacción negativa cuando toman el contenido en el trigo. Una vez diagnosticada, las personas que sufren esta alergia deben excluir el trigo de su dieta.

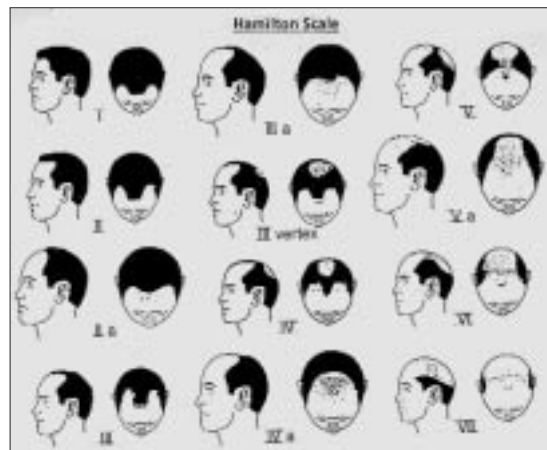
## Síntomas indicativos de anorexia o bulimia

Antes de que un individuo llegue a sufrir un trastorno alimentario serio, las personas que tiene a su alrededor pueden advertir algunos síntomas. Sin embargo, los anoréxicos y los bulímicos suelen ser reservados y muy hábiles en disimular su comportamiento exagerado. Entre los síntomas de estos trastornos cabe señalar los siguientes:

- Un aumento o disminución acusado de peso sin causa aparente.
- La adopción de unos hábitos alimentarios anormales, tales como obsesión por los regímenes; preferencia por alimentos raros, com-

## Falta y pérdida de pelo

La falta de pelo (hipotricosis y atriquia) es congénita, mientras que la pérdida de pelo es adquirida. Si se pierden más de 100 pelos por día, se habla de un efluvio. En caso de desaparición visible del pelo, de una alopecia (pérdida superior al 60% de los pelos originales). Hay que distinguir dos posibilidades de pérdida de pelo:



- Pérdida por el paso abundante de pelos al estadio de reposo. Con ayuda del tricograma, puede predecirse una pérdida de este tipo. Esta alopecia es consecuencia de trastornos leves, por ejemplo, infecciones. También se observa después del embarazo.

- Pérdida de pelo por su crecimiento patológico. Aquí existen varian-

tes muy diferentes, por ejemplo, la disminución temporal de la formación de queratina, que hace que los pelos se vuelvan más finos. Estos trastornos son un indicio de trastornos generales, por ejemplo, déficit de hierro, funcionamiento anormal del tiroides o del hígado, y efectos de determinados fármacos. □

portamiento reservado durante las comidas, o atracones secretos.

- Gran preocupación por el peso y la figura.

- Ejercicio excesivo.

- Provocarse el vómito, ayunar; abuso de laxantes o diuréticos.

- Sentimientos de soledad, depresión o irritabilidad.

## Triquinosis

La triquinosis es una enfermedad causada por las triquinas, gusanos redondos que provocan a menudo síntomas generales inespecíficos en el hombre.

Los estados agudos de la triquinosis, con mialgias, fiebre y exantemas urticantes, pueden confundirse con la dermatomiositis, hasta el punto que se denomina a esta

enfermedad seudotriquinosis. La eosinofilia es común a ambas enfermedades. Dado que las dos afectan los músculos, presentan datos de laboratorio similares, como la elevación de la creatinofosforinasa, de la miocinasa y de la lactatodeshidrogenasa en suero. En ambas enfermedades aumenta la eliminación de la creatina en la orina. En el caso de la triquinosis, su aparición es casi siempre epidémica. La prueba es solamente la comprobación de triquinas en los músculos, para lo que se recomienda buscar los parásitos en una preparación por aplastamiento.

De las larvas se obtiene un antígeno para la prueba intracutánea. También se dispone de pruebas serológicas, que son demostrativas si resultan negativas al principio y positivas en el transcurso de la enfermedad, quedando positivas para el resto de la vida. □