



# Celiac Disease

## Fast Facts

- About 1 in 141 Americans has celiac disease.
- Celiac disease is a digestive disorder that often runs in families.
- People with celiac disease cannot eat gluten, a protein found in wheat, barley, and rye.
- Gluten causes damage to the small intestine if you have celiac disease.

## What You Need to Know

### Celiac disease is a serious health condition

Celiac disease is a serious condition in which your immune system attacks your organs when you eat gluten. You are more likely to develop celiac disease if someone in your family has it.



Avoiding foods with gluten is critical if you have celiac disease.

### Not everyone has symptoms or feels sick

Digestive symptoms in celiac disease may include stomach pain and bloating, but often there are other symptoms. Speak with your doctor if you think you may have celiac disease. The longer it takes to diagnose, the more damage celiac disease can cause to your body.

### Follow a gluten-free eating plan

You can't prevent or cure celiac disease. But you can prevent symptoms and damage to your small intestine by following a strict, gluten-free eating plan. Avoid bread, pasta, baked goods, and other sources of gluten.

**To learn more visit NIDDK's website at [www.niddk.nih.gov](http://www.niddk.nih.gov) or search online for "NIDDK" and "Celiac Disease."**

## Contact Us

### NIDDK Health Information Center

- Phone: 1-800-860-8747; TTY: 1-866-569-1162
- Email: [healthinfo@niddk.nih.gov](mailto:healthinfo@niddk.nih.gov)
- Hours: 8:30 a.m. to 5 p.m. eastern time, M-F

This content is provided as a service of the National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK), part of the National Institutes of Health. The NIDDK explains and shares research findings to increase understanding about health and disease to patients, health professionals, and the public. Content produced by the NIDDK is carefully reviewed by NIDDK scientists and other experts.

This information is not copyrighted. The NIDDK encourages people to share this content freely.





# Enfermedad Celíaca

## Datos rápidos

- Aproximadamente 1 de cada 141 personas en los Estados Unidos tiene enfermedad celíaca.
- La enfermedad celíaca es un trastorno digestivo que con frecuencia puede ser hereditario.
- Las personas con enfermedad celíaca no pueden comer gluten, una proteína que se encuentra en el trigo, la cebada y el centeno.
- El gluten causa daños en el intestino delgado de las personas que tienen enfermedad celíaca.

## Lo que debe saber

### La enfermedad celíaca es un problema grave de salud

La enfermedad celíaca es una condición grave en la que su sistema inmunológico ataca sus órganos cuando se comes gluten. Es más probable llegar a tener enfermedad celíaca si alguien en la familia la tiene.



Si usted tiene enfermedad celíaca, es esencial que evite comer alimentos que tengan gluten.

### No todo el mundo tiene síntomas o se siente enfermo

Los síntomas digestivos de la enfermedad celíaca pueden incluir dolor de estómago y distensión abdominal, pero a

menudo hay otros síntomas. Hable con su médico si cree que puede tener esta enfermedad. Cuanto más tiempo se tarde en diagnosticar, mayor es el daño que la enfermedad celíaca le puede causar.

### Siga un plan de alimentación libre de gluten

No se puede prevenir o curar la enfermedad celíaca. Sin embargo, puede prevenir los síntomas y el daño a su intestino delgado siguiendo un plan de alimentación estricto sin gluten. Evite comer pan, la pasta, los productos horneados y otras fuentes de gluten.

**Para aprender más, visite nuestro sitio web en [www.niddk.nih.gov](http://www.niddk.nih.gov) o haga una búsqueda usando las palabras “NIDDK” y “enfermedad celíaca.”**

## Comuníquese con nosotros

### Centro de Información de Salud del NIDDK

- Teléfono: 1-800-860-8747; TTY: 1-866-569-1162
- Correo electrónico: [healthinfo@niddk.nih.gov](mailto:healthinfo@niddk.nih.gov)
- Horario: De lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5 p.m. (hora del este de los EE.UU.)

El contenido de esta publicación es proporcionado como un servicio del Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales (NIDDK por sus siglas en inglés), parte de los Institutos Nacionales de la Salud (NIH por sus siglas en inglés). El NIDDK traduce y comparte los resultados de sus investigaciones para incrementar el conocimiento de salud y las enfermedades entre pacientes, profesionales de la salud y el público en general. El contenido producido por el NIDDK ha sido revisado cuidadosamente por los científicos del NIDDK y otros expertos.

Esta información no tiene derechos de autor. El NIDDK sugiere al público compartir libremente esta información.

