

## Enfermedades **Transmitidas por Alimentos**

Una de las enfermedades más conocidas y graves en los niños es la transmitida por una bacteria llamada Escherichia coli. Esta bacteria se transmite por la carne en estado crudo, de allí la importancia de asegurarnos que la carne esté bien cocida antes de que se la demos a los niños. Esta bacteria es muy grave en los más pequeños ya que puede generar una enfermedad llamada Síndrome urémico hemolítico que afecta al intestino mediante sangrado y también se aloja en los riñones afectando su función. Esto trae a consecuencia que no esté recomendado la utilización de carne picada en ningún menú del comedor escolar bajo ningún aspecto.

¿Y qué ocurre con la celiaquía? Vamos a encontrarnos en las escuelas con niños que tienen un síndrome llamado celiaquía. La celiaquía no es una enfermedad sino una condición que genera consecuencia que deban llevar una alimentación diferente a la general. Es fundamental tener conocimiento de los servicios de alimentación y kiosco.

Hablemos entonces de la celiaquía y los alimentos libres de gluten. En las viandas para celíacos y seguridad alimentaria es muy importante prestar mucha atención si preparamos viandas para personas que tengan celiaquía ya que, en caso de contaminación de las mismas, se pueden causar daños muy graves a la salud. La contaminación cruzada también puede darse entre los alimentos con y sin gluten y esto es de gran importancia en las personas celíacas. La celiaquía es la intolerancia permanente y crónica al gluten. Se denomina gluten a las proteínas presentes en los cereales como Trigo, Avena, Cebada y Centeno que afecta y daña las vellosidades intestinales provocando una respuesta autoinmune del cuerpo ante esas proteínas. Las personas pueden ser diagnosticadas celíacas en cualquier momento de su vida, y no necesariamente es hereditaria. En todos los casos, sean adultos o niños deben llevar una dieta libre de gluten.

Esta intolerancia al gluten provoca una lesión característica de la mucosa intestinal y como consecuencia una atrofia de las vellosidades del intestino delgado, lo que altera o disminuye la absorción de los nutrientes de los alimentos (proteínas, grasas, hidratos de carbono, sales minerales y vitaminas). Este proceso de malabsorción es lo que conlleva a la persona celíaca a descender involuntariamente de peso pero también a tener déficit de nutrientes. La característica principal que define a esta atrofia vellositaria es que, la mucosa intestinal se normaliza cuando se inicia la dieta sin TACC. Es una condición autoinmune, es decir que el

sistema de defensa de los celíacos reconocería como "extraño" o no perteneciente al organismo, al gluten, y produciría anticuerpos o "defensas" contra el mismo. Estos anticuerpos provocan la lesión del intestino con destrucción o atrofia de su mucosa del intestino. Tengan en cuenta siempre preguntar o estar atentos a los niños que presenten esta condición y a tener los recursos necesarios para evitar la contaminación cruzada y contaminación de elementos.

