

# AFDIAG

Association régie par la loi de 1901, épaulée par un Comité médical de 35 membres, l'AFDIAG est active depuis 1989 et rassemble environ 6000 familles. Son financement provient essentiellement des cotisations de ses adhérents et de dons.

L'Association est membre du GERMIC (*Groupe d'Études et de Recherche sur la Maladie Cœliaque*), de la fondation DigestScience ainsi que de nombreuses associations françaises et internationales.

**Ses objectifs :** informer, aider, défendre les cœliaques en collaborant avec les professions de santé, les instances gouvernementales et les industriels de l'agroalimentaire. Ses actions font de l'AFDIAG un soutien précieux pour les intolérants au gluten.

## Accompagnement

- Accueil téléphonique 5 jours sur 7
- Site internet [www.afdiag.fr](http://www.afdiag.fr) avec un forum privé pour les adhérents et deux parties réservées, l'une aux médecins et l'autre aux diététiciens
- Organisation de stages pour s'informer et rompre l'isolement, avec au programme : diététique, explications scientifiques, sport...
- Groupe de 18 à 28 ans avec activités spécifiques
- En régions, réunions d'information assurées par les délégués
- Colloques médicaux
- Modules de formation

[www.afdiag.fr](http://www.afdiag.fr)



## Maladie cœliaque

*Association Française  
Des Intolérants Au Gluten*

AFDIAG  
Association Française  
Des Intolérants Au Gluten  
15 rue d'Hauteville  
75010 PARIS

Tél. 01 56 08 08 22  
Fax. 01 56 08 08 42

[afdiag@gmail.com](mailto:afdiag@gmail.com)

[www.afdiag.fr](http://www.afdiag.fr)



AFDIAG  
[www.afdiag.fr](http://www.afdiag.fr)



AFDIAG  
[www.afdiag.fr](http://www.afdiag.fr)

# L'intolérance au gluten ou "maladie cœliaque"

La maladie cœliaque est une intolérance permanente à certaines fractions protéiques du gluten. Cette maladie auto-immune provoque une atrophie villositaire (destruction des villosités de l'intestin grêle). Il s'ensuit une malabsorption de nutriments, plus particulièrement de fer, de calcium et d'acide folique.

*Il ne faut pas confondre l'intolérance au gluten avec les allergies au blé ou au gluten, plus rares, qui mettent en jeu des mécanismes immunitaires différents, en particulier des réactions à IgE (avec parfois œdème de Quincke).*

## La prévalence

Des études épidémiologiques ont permis de déterminer que la prévalence de cette pathologie serait d'environ 1%, en France comme partout dans le monde.

La maladie cœliaque touche tous les âges : nourrisson (dès l'introduction des farines), adolescent et adulte.

À la puberté et durant l'adolescence, il n'est pas rare que les symptômes s'atténuent ou disparaissent, mais la maladie est toujours active. Il est donc nécessaire de continuer, à vie, un régime strict sans gluten.

## Les symptômes

Diarrhées, perte de poids, arrêt de croissance chez les enfants, ballonnement abdominal, aphtes, douleurs osseuses, fatigue et anémie, sont parmi les symptômes les plus courants. Leur nombre et leur intensité varient d'une personne à l'autre.

### La dermatite herpétiforme

Forme particulière de la maladie cœliaque, la dermatite herpétiforme est une maladie inflammatoire de la peau (sous forme de petites lésions ou cloques) avec altération de la muqueuse intestinale.

## Le diagnostic

Deux examens, remboursés par la Sécurité sociale, sont nécessaires pour dépister la maladie cœliaque.


Le médecin prescrit une simple prise de sang dans laquelle doivent être recherchés les anticorps spécifiques de la maladie (anticorps antitransglutaminase). Si cette analyse sanguine est positive, le gastro-entérologue pratique une endoscopie (par voie buccale) avec biopsies, sur la partie haute de l'intestin grêle (le duodénum). Cet

**Aucun diagnostic n'est possible quand le régime sans gluten est commencé avant le dépistage.**

**Si tel est le cas, il est impératif de reprendre une alimentation normale pour réaliser des examens fiables.**

examen est indispensable pour poser le diagnostic final. Si l'endoscopie montre une atrophie villositaire avec augmentation des lymphocytes intra-épithéliaux, la maladie cœliaque est confirmée. Sous régime sans gluten strict, la régression des symptômes apporte une confirmation supplémentaire au diagnostic d'intolérance au gluten.

Dans certains cas, malgré des anticorps négatifs, une forte suspicion peut conduire le médecin à prescrire quand même une endoscopie. Si l'atrophie villositaire est vérifiée, la maladie cœliaque ne fera plus aucun doute.



■ **LE GLUTEN** : Masse protéique de réserve contenue dans certaines céréales, le gluten se trouve dans le blé (froment, épeautre, petit épeautre, Kamut®), le seigle (triticale), l'orge et dans certains cas l'avoine.

## Le traitement

Le régime sans gluten strict et à vie est le seul traitement de la maladie cœliaque. Il n'existe à ce jour aucun médicament. Les conseils de l'AFDIAG sont alors très précieux.

L'Association offre à ses adhérents de nombreuses informations sous forme de publications comme le magazine trimestriel (AFDIAG Infos), les guides et livrets pratiques (répertoire, recettes, remboursement Sécurité sociale, cantines etc.), les comptes rendus des colloques médicaux...



**Afin d'apporter une plus grande sécurité aux intolérants et une meilleure visibilité dans les magasins, l'AFDIAG propose aux industriels le logo "épi de blé barré dans un cercle".**

## Le régime

Le régime sans gluten n'est efficace que s'il est suivi strictement. L'exclusion du gluten de l'alimentation est donc le souci constant des cœliaques. Le suivi de ce régime est contraignant, notamment hors domicile et en

particulier dans les collectivités. Les intolérants au gluten doivent être vigilants dans le choix des aliments du commerce. Une connaissance systématique des ingrédients de chaque produit est indispensable. L'excipient de certains médicaments peut contenir de l'amidon de blé.