

Qu'est-ce que la maladie cœliaque ?

C'est une maladie auto-immune¹ chronique induite par l'ingestion de gluten chez les personnes génétiquement prédisposées.

1-Consommation de gluten

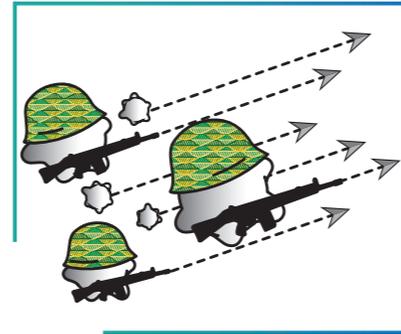
Le gluten se retrouve dans : Seigle, Avoine régulière, Blé, Orge, Triticale.

Rappelez-vous de SABOT.



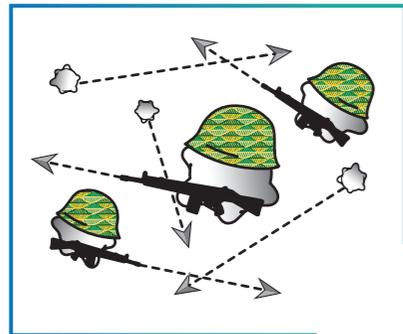
2-Système immunitaire

Les soldats (globules blancs), à la défense du corps humain, considèrent le gluten comme un ennemi et engagent le combat.



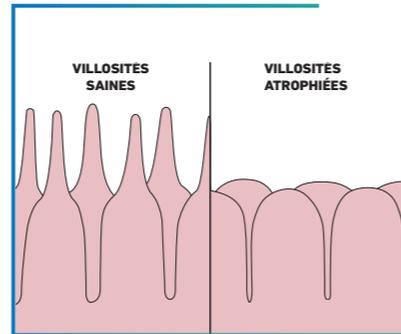
3-Auto-immune¹

Confus, les soldats attaquent non seulement le gluten, mais aussi l'intestin grêle.



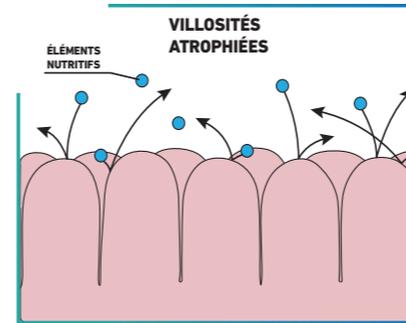
4-Chronique, inflammation, lésions

Les attaques de soldats continueront encore et encore... Après plusieurs batailles, les villosités qui tapissent la muqueuse intestinale se détruisent graduellement.



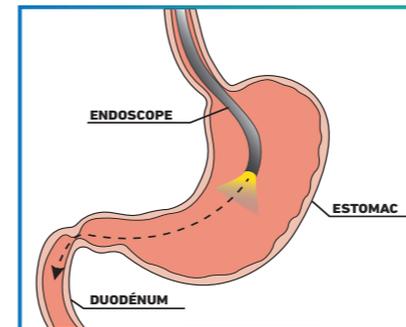
5-Malabsorption des éléments nutritifs

Les villosités de l'intestin ne sont plus en mesure d'absorber adéquatement les éléments nutritifs permettant d'assurer le bon fonctionnement du corps humain.



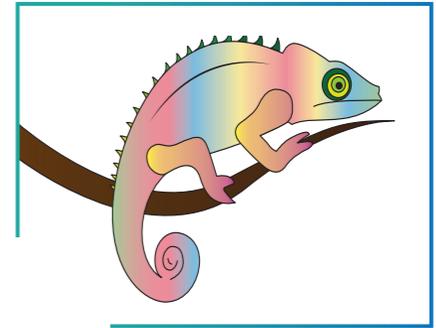
7-Diagnostic

1. Régime AVEC gluten
2. Tests sanguins: anti- tTG-IgA (ou anti tTG-IgG selon le cas) et concentration totale IgA
3. Endoscopie par voie orale et biopsies de l'intestin grêle
4. Confirmation du diagnostic par un gastroentérologue.



6-Conséquences

LA LISTE EST LONGUE, plus de 200 symptômes possibles. Une vraie maladie Caméléon! (anémie, diarrhée/constipation, vomissement, fatigue, infertilité, maux de tête, ostéoporose, retard de croissance chez l'enfant, etc.)



8-Traitement

Le seul traitement connu de cette condition est l'alimentation sans gluten stricte à vie.

Pour bien la comprendre et savoir comment l'appliquer, informez-vous sur la formation *Alimentation sans gluten* de Cœliaque Québec.



Cœliaque c'est sérieux !

La maladie cœliaque est maintenant considérée comme le désordre génétique le plus fréquent en Amérique du Nord et en Europe. Elle peut se développer à tout âge, de la petite enfance à un âge avancé, et touche autant les hommes que les femmes. Si un membre de votre famille souffre de la maladie cœliaque, la probabilité que vous en soyez atteint est augmentée. Vous devriez rencontrer votre médecin et demander les tests sanguins avant de couper le gluten de votre alimentation qui est essentiel pour faire les tests de dépistage.

¹Maladie caractérisée par une agression de l'organisme par son propre système immunitaire, Larousse Médical, 2006 (<https://www.larousse.fr/archives/medical/page/599>)

L'organisme forme également les nutritionnistes, les pharmaciens, les médecins et de plus en plus d'étudiants de niveau collégial ou universitaire sur la maladie cœliaque et ses enjeux.

De plus, des collaborations avec les secteurs de l'industrie alimentaire et de l'éducation ainsi qu'avec le gouvernement permettent à **Cœliaque Québec** d'être reconnu comme **La** référence québécoise en maladie cœliaque.

Sensibilisation

Cœliaque Québec sensibilise la population chaque année et particulièrement en mai, lors du mois de la sensibilisation à la maladie en plus d'offrir des articles sur les avancées scientifiques, sur la nutrition, sur les voyages et sur l'art de vivre sans gluten.

Événements offerts

Cœliaque Québec organise aussi pour les personnes atteintes et leur entourage des rencontres au restaurant, des conférences en région ainsi qu'un camp familial.



Impliquez-vous!

- ◆ Devenez membre
- ◆ Faites un don unique ou mensuel
- ◆ Offrez un don en l'honneur ou à la mémoire d'un être cher
- ◆ Organisez une activité bénéfice

Cœliaque Québec

514.529.8806

1235, rue Gay-Lussac
Boucherville (Québec) J4B 7K1

info@coeliaque.quebec

www.coeliaque.quebec



metro
mon épicier



À l'intérieur de ce dépliant, quelques illustrations permettront de mieux comprendre ce qu'est la maladie cœliaque.

Pour devenir partenaire,
contactez Cœliaque Québec.



Faciliter la vie des personnes cœliaques et de leur entourage

est la mission de Cœliaque Québec.

Depuis 1983, l'organisme soutient les personnes cœliaques ainsi que les professionnels de la santé qui les accompagnent dans leur parcours médical.

Plus de **2 500 personnes** communiquent avec l'organisme chaque année, ce peut être avant le dépistage, à la suite d'un récent diagnostic et même plusieurs années après celui-ci.

Formations et collaborations

L'équipe s'est entourée d'experts et collabore avec le milieu de la santé afin d'offrir de l'information de qualité, basée sur les dernières avancées en recherche.

« À ce jour, le seul traitement connu de cette maladie est l'alimentation sans gluten stricte à vie. »

Pour aider à suivre ce traitement, les nutritionnistes de l'organisme ont créé la formation **Alimentation sans gluten** qu'elles animent plusieurs fois par année.

Cette formation permet d'apprendre à adapter son alimentation, de mieux comprendre la lecture des étiquettes des produits alimentaires et d'échanger avec d'autres personnes vivant le même défi au quotidien.

