



**Asociación de
Celíacos de
Madrid**

Lanuza, 19 - 28028 Madrid
Teléfono: 91 713 01 47 - Fax: 91 725 80 59
www.celiacosmadrid.org

INFORME QUE EMITE LA ASOCIACIÓN DE CELÍACOS DE MADRID A FIN DE DETERMINAR CUAL ES EL COSTE APROXIMADO DE LOS ALIMENTOS PRECISOS PARA UNA DIETA SIN GLUTEN

Las personas afectadas por la enfermedad celíaca están obligadas a seguir un régimen estricto, totalmente exento de gluten durante toda la vida. La alimentación del celíaco debe basarse en productos que en su origen no contienen gluten: leche y la mayoría de sus derivados, carnes, pescados, huevos, frutas, verduras, hortalizas, legumbres y cereales sin gluten: arroz, maíz, mijo y sorgo.

La ingestión de **pequeñas cantidades de gluten**, de una manera continuada aunque el celíaco no presente síntomas, puede causar trastornos importantes y no deseables.

El 80% de los productos manufacturados contienen gluten: embutidos, turrone, chocolates, salsas, tomates fritos, postres lácteos, condimentos, etc.

Los productos considerados como básicos en la dieta de cualquier persona (pan, harina, galletas, pastas italianas, etc.), tienen que ser sustituidos por productos especiales sin gluten, de venta en herbolarios, farmacias, tiendas especializadas o secciones de dietética de grandes superficies, cuyo precio es mucho más elevado que los elaborados con cereales que contienen gluten, como así se acredita en la documentación adjunta.

Esta asociación ha realizado un estudio en el que se ha calculado la cantidad de cereales consumidos por una persona celíaca y por una persona no celíaca, en base a las recomendaciones de ingesta de alimentos dictadas por la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria para la población española, para calcular la diferencia de gasto. Según los resultados obtenidos en el mismo, se deduce que el seguimiento de una dieta sin gluten conlleva un **gasto adicional y extraordinario** en la alimentación de **122,8 euros al mes**, lo cual supone **1.473,6 euros al año**.

Las personas que han de soportar estos gastos extraordinarios **no reciben ningún tipo de bonificación ni subvención estatal, ni de otra institución pública o privada que pudiera ayudarles a hacer frente a los gastos referidos**, solución que sí se contempla en la mayor parte de los países de la Unión Europea, entre ellos Austria, Italia, Irlanda, Finlandia, Francia, Noruega, Portugal, Reino Unido, Suecia, Suiza, etc. Solamente algunos organismos tanto públicos como privados conceden a sus trabajadores una pequeña ayuda económica.

En España sólo la Comunidad de Castilla la Mancha y Navarra conceden a todos los celíacos una ayuda económica, independientemente de sus ingresos o situación económica.

Este informe concluye que el no seguimiento estricto de la dieta sin gluten supone un grave perjuicio para la salud del celíaco con el riesgo de desarrollo de enfermedades autoinmunes y/o linfoma.

Y para que así conste a los efectos oportunos, se expide el presente, en Madrid a tres de marzo del año dos mil diez.



ESTUDIO COMPARATIVO DE PRECIOS DE PRODUCTOS ESPECIALES SIN GLUTEN Y PRODUCTOS CON GLUTEN 2010

PRODUCTO	CON GLUTEN (Euros)	SIN GLUTEN (Euros)
HARINA (1Kg)	0,4	9,6
PAN DE MOLDE (1Kg)	1,1	15,0
PAN TOSTADO (1Kg)	2,5	33,7
PAN RALLADO (1Kg)	0,8	21,7
PASTA (1Kg)	0,8	20,9
FIDEOS (1Kg)	0,8	13,3
BASE DE PIZZA (1Kg)	1,5	22,5
GALLETAS (1Kg)	1,1	25,4
G. CHOCOLATE (1Kg)	1,7	31,3
BIZCOCHO (1Kg)	2,8	29,7
MAGDALENAS (1Kg)	1,6	26,9
BOLLOS CHOCOLATE (1Kg)	3,4	29,7
BAGUETTE (1Kg)	1,8	18,7
CEREALES DES (1Kg)	2,1	16,4