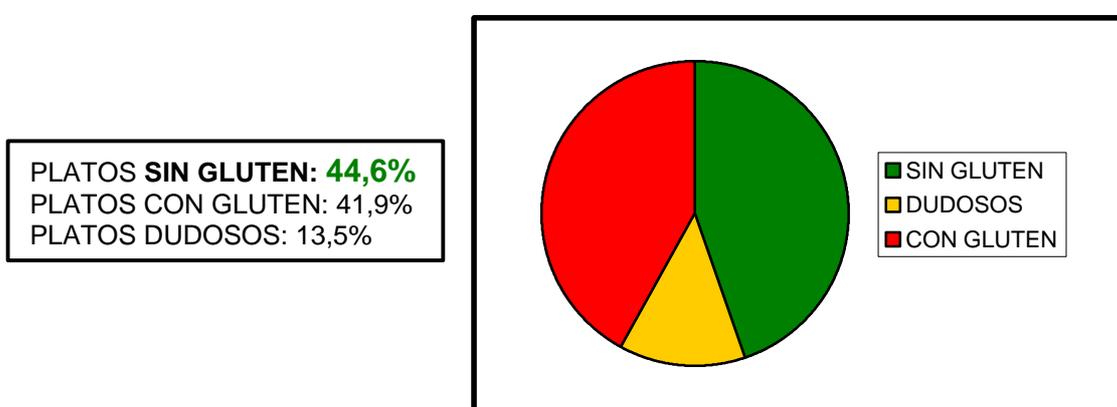


ESTUDIO SOBRE EL CONTENIDO EN GLUTEN DE LOS PLATOS DE 11 RESTAURANTES

En el año 2003 la Asociación de Celíacos de Madrid realizó un estudio de las cartas de 11 restaurantes con el objetivo de conocer las limitaciones que puede tener el celíaco a la hora de comer fuera de casa.

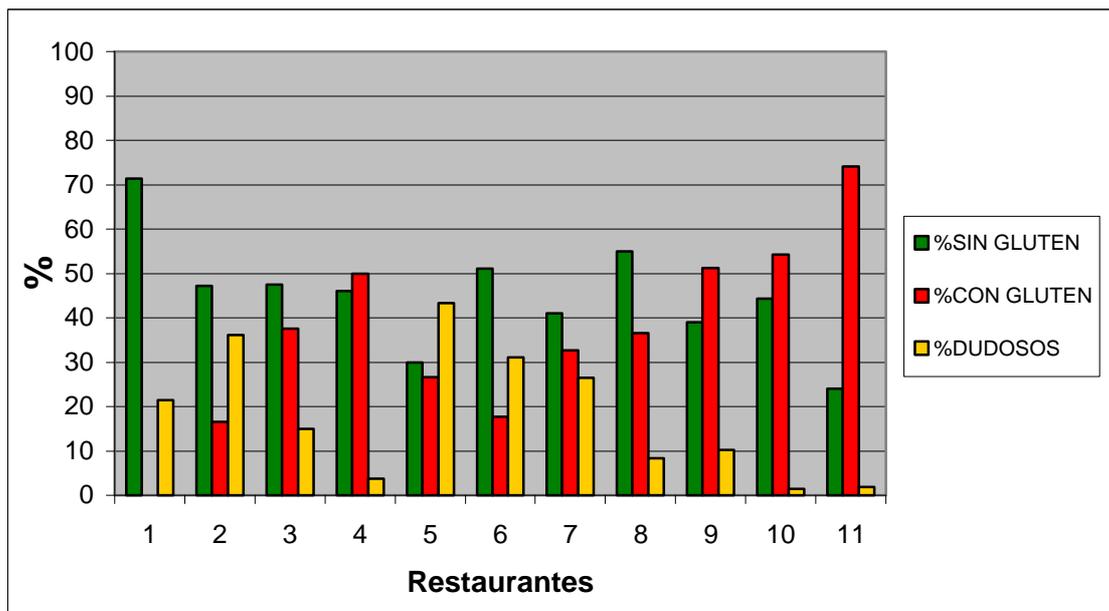
Para ello, se eligieron, al azar, las cartas de once restaurantes, a través de internet. Los restaurantes seleccionados elaboraban todo tipo de comidas: castellana, andaluza, gallega, valenciana, vasca, italiana, americana e internacional.

Se examinaron todos los platos que ofrecían dichos restaurantes, y estos fueron los resultados:



Una gran parte de los platos podían ser consumidos sin ninguna duda por el celíaco, un 41,9% no se podía consumir, y un 13,5 % de los platos, ofrecían dudas por lo que habría que preguntar sobre los ingredientes empleados para su elaboración.

En el gráfico mostrado a continuación, se observa el porcentaje de platos que podía ser consumido por el celíaco en cada restaurante, **incluso en uno de los restaurantes el 71 % de los platos que ofrecían no contenían gluten.**



Ante estos resultados, se puede concluir que el celíaco tiene una gran variedad de platos para elegir cuando decide ir a comer a un restaurante, pero a veces él mismo se limita por miedo y falta de conocimientos, por tanto es muy importante para que la elección sea correcta, que esté bien informado, sepa transmitir esa información a los demás y realizar las preguntas adecuadas.