

## **INFORME QUE EMITE LA ASOCIACIÓN DE CELÍACOS Y SENSIBLES AL GLUTEN 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 diferencia de precio existente entre los productos consumidos por una persona celíaca y por una persona no celíaca, en base a una dieta de 2.000 Kcalorías. 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 las personas celíacas de **82,2 euros al mes**, lo cual supone **986,4 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**. Solamente algunos organismos tanto públicos como privados conceden a sus trabajadores una pequeña ayuda económica, y en la Comunidad de Navarra y en la provincia de Vizcaya a todos los celíacos.

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., sí se contempla dicha ayuda.

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 catorce de Mayo del año dos mil diecinueve.

**ESTUDIO COMPARATIVO DE PRECIOS  
DE PRODUCTOS CON GLUTEN Y  
PRODUCTOS ESPECIALES SIN GLUTEN 2019**

<b>PRODUCTO</b>	<b>CON GLUTEN (Euros)</b>	<b>SIN GLUTEN (Euros)</b>
HARINA (1Kg)	0,43 €	4,51 €
PAN (1Kg)	1,72 €	12,33 €
PAN DE MOLDE (1Kg)	1,19 €	8,89 €
PAN TOSTADO (1Kg)	2,85 €	17,33 €
PAN RALLADO (1Kg)	0,83 €	11,66 €
PASTA (1Kg)	0,75 €	10,03 €
FIDEOS (1Kg)	0,84 €	8,57 €
BASE DE PIZZA (1Kg)	2, 89 €	14,06 €
GALLETAS (1Kg)	1,19€	10,62 €
G. CHOCOLATE (1Kg)	1,78 €	15,49 €
BIZCOCHO (1Kg)	3,71 €	13,03 €
MAGDALENAS (1Kg)	1, 71 €	14,86 €
BOLLOS CHOCO. (1Kg)	3,99 €	20,39 €
CEREALES DES. (1Kg)	2,51 €	8,83 €