el Periódico

PAÍS: España
PÁGINAS: 35
TARIFA: 3445 €
ÁREA: 148 CM² - 14%

FRECUENCIA: Diario
O.J.D.: 89305
E.G.M.: 545000
SECCIÓN: SOCIEDAD

8 Mayo, 2015



Creencias falsas ponen de moda los alimentos sin gluten

À. G.
BARCELONA

La tendencia a escoger los alimentos que no contienen gluten sin sufrir celiaquía, como complemento de una dieta adelgazante, o para mejorar el rendimiento deportivo, está encareciendo los productos elaborados para personas celiacas, asegura Olga Cuesta, presidenta de la Associació Celíacs de Catalunya (ACC). Cuesta niega que los alimentos para celiacos tengan una función adelgazante. «Ocurre todo lo contrario: engordan más que los normales –asegura–. Para conseguir que unas madalenas sin gluten adquieran la esponjosidad y textura de las habituales, hay que elaborarlas con hasta 12 ingredientes distintos, y contienen más calorías». También se ha difundido la idea de que evitando el gluten en

La comida para celiacos no adelgaza ni proporcione lucidez

la dieta se adquiere una mayor capacidad intelectual y más lucidez. «No existe ninguna evidencia científica que demuestre que esto es así», prosigue Cuesta, que también niega que las galletas sin gluten favorezcan la fertilidad y los embarazos. «Lo que ocurre es que la celiaquía tiene entre sus consecuencias una posible infertilidad, y hay quien se ha confundido con este detalle», afirma la presidenta de la ACC.

«Que los alimentos sin gluten se pongan de moda nos perjudica, porque crea confusión en los restaurantes, que ofrecen platos supuestamente para celíacos elaborados sin vigilar la contaminación con otros que sí contiene harinas», advierte Cuesta.