



SOCIEDAD

«La celiaquía no debe ser tratada como una enfermedad»

El déficit en el diagnóstico, el sobrecoste de los productos sin gluten y la falta de subvenciones son las principales quejas de las asociaciones de pacientes y de las empresas alimentarias

Elena GENILLO - Barcelona

¿Es la celiaquía una enfermedad? En términos estrictamente médicos, sí. Es una patología producida por la intolerancia permanente al gluten, que provoca la inflamación del intestino delgado y la destrucción de las vellosidades intestinales. No tiene cura, pero no representa un peligro para la salud si se sigue la dieta adecuada, la «gluten free»: Aquella que elimina completamente el trigo, la avena, la cebada y el centeno, así como sus derivados (espelta, cascanda, kamut...).

Precisamente porque la celiaquía no necesita ser tratada con medicamentos sino con unos hábitos alimenticios concretos, quienes lo sufren no quieren ser vistos como enfermos. Ser celíacos, para la mayoría de ellos, sólo representa una condición.

Con esta idea arrancó ayer la Mesa Redonda de Celiaquía, organizada por LA RAZÓN en el edificio Planeta de Barcelona. Moderada por la periodista del suplemento «A tu Salud», Beatriz Muñoz, este encuentro supuso un altavoz para los colectivos implicados de algún modo u otro tanto en el diagnóstico como en el tratamiento de esta patología. Estuvieron representados por la responsable de comunicación de la Asociación de Celíacos de Cataluña, Laura Herrero; la responsable de nutrición y salud de Nestlé España, Anabel Aragón; y la doctora Roser de Castellar, médico nutricionista y directora científica de Santiveri.

«Nuestra forma de normalizar la vida hará que nos sintamos menos condicionados». En primera persona habló Anabel Aragón, diagnosticada como celíaca hace un año. Para la responsable de salud de Nestlé, uno de los principales hándicaps es la diferencia de sabor y de textura en los productos libres de gluten, porque «no se disfrutan y tampoco se comparten con el entorno, lo

LAS FRASES

«LOS MEDIOS TAMBIÉN DEBEMOS CONTRIBUIR A NORMALIZAR LA VIDA DE LOS CELÍACOS»



Beatriz Muñoz
 Periodista de «A tu Salud»

«EL CELÍACO EN ESPAÑA TARDA DE MEDIA SIETE AÑOS EN OBTENER UN DIAGNÓSTICO»



Roser de Castellar
 Directora científica de Santiveri

«LA MAYORÍA DE LOS CELÍACOS NO SE ATREVE A COMER FUERA DE CASA Y ESO ES UNA GRAN BARRERA SOCIAL.»



Laura Herrero
 Asociación Celíacos de Cataluña

«EL RETO DE LAS EMPRESAS ES CONSEGUIR IGUALAR EL SABOR DEL PRODUCTO SIN GLUTEN Y TAMBIÉN EL PRECIO.»



Anabel Aragón
 Responsable de salud de Nestlé

que supone un gran escollo en una sociedad tan mediterránea como la nuestra, en la que todo se celebra en torno a una mesa».

Conseguir igualar el producto es, precisamente, uno de los principales objetivos de Nestlé. Su primer éxito en este sentido ha sido producir una pizza «gluten free» tan crujiente como el resto. «Aunque no es un producto de consumo diario, es un alimento pensado para compartir. De ahí la importancia de esta pizza, porque todos pueden comerla sin necesidad de especificar su etiquetado», explicó Aragón.

Otra desventaja, quizá la más importante y más en un contexto de crisis, es el precio de los alimentos aptos para celíacos. En España, a diferencia de otros países como Suecia, no existen subvenciones para las familias que sufren esta patología. La directora científica de Santiveri reconoce que «producir alimentos especiales grava el coste», pero del mismo modo defendió «que de una forma u otra hay que ayudar al consumidor», por lo que apostó por aumentar la subvención a la producción de este tipo de alimentos para que las empresas dedicadas a ello, como Santiveri, «puedan permitirse productos más competitivos».

El siguiente paso de la industria alimentaria comprometida con la celiaquía, será, en palabras de Anabel Aragón, lograr que los productos para celíacos tengan el mismo valor nutricional porque «se tiende a añadirles azúcar y otros compuestos para potenciarles el sabor».

Además del sobrecoste, las asociaciones de pacientes se quejan de la falta de sensibilización que existe en sectores como la restauración. «El cliente celíaco es el más fiel porque sólo va a sitios de confianza. El problema es que el 35% de los afectados no se atreve a comer fuera de casa, lo que supone una barrera social», denunció la responsable de comunicación de



EN CIUDADES COMO BARCELONA SÓLO EL 3% DE LOS RESTAURANTES SON APTOS PARA CELÍACOS

LAS ASOCIACIONES DE PACIENTES PIDEN AL GOBIERNO QUE SUBVENCIONE LOS ALIMENTOS SIN GLUTEN

la Asociación de Celíacos de Cataluña. En esta comunidad sólo el 3% de los restaurantes son aptos para ellos, aunque Laura Herrero reconoce ciertos avances. Como el hecho de que el Gremio de Restauración de Barcelona haya accedido a colaborar en la primera guía de restaurantes con una carta adaptada a esta intolerancia alimentaria. «El año pasado, desde la asociación nos propusimos llegar a todos los colectivos y hemos llegado a acuerdos con muchos de ellos», explicó. Entre ellos, los distribuidores de las máquinas de «vending» y empresas como Aena, Renfe o Transmediterránea para que incorporaran en su ser-



M. González / Shooting



El edificio Planeta de Barcelona acogió ayer la mesa redonda de celiacía organizada por este diario

EL CALVARIO DEL DIAGNÓSTICO

Los celíacos pueden tardar entre 1 y 10 años en ser correctamente diagnosticados, ya que los síntomas son muy variados, y son fácilmente confundibles con los de cualquier otra enfermedad. A través de un examen clínico y una analítica de sangre es posible establecer un diagnóstico de sospecha de celiacía, pero no siempre es posible determinar su existencia y es necesario recurrir a una biopsia intestinal. Aunque la celiacía tiene una base genética y, por tanto, se nace con riesgo o no de padecerla, no siempre se expresa clínicamente. Puede aparecer en cualquier edad de la vida, presenta una distribución universal bastante uniforme y afecta casi por igual a todas las razas. Los síntomas que provoca esta enfermedad son muy variados: diarrea, pérdida de peso, anemia, dolor abdominal y óseo, cansancio... Sin embargo, a otros pacientes sólo se les hincha un poco la tripa porque ciertos alimentos no les sientan bien. Los síntomas son muy diferentes en cada enfermo. Algunas personas, incluso, no presentan ninguno, pero la celiacía puede afectar de igual modo a su salud a largo y también a medio plazo.

vicio de bar más productos libres de gluten.

Lo cierto es que en ciudades como Barcelona están creciendo los locales de restauración, así como las pastelerías y obradores, dedicados en exclusiva a la dieta «gluten free». No sólo por el aumento de celíacos sino por la cantidad de gente que se suma a este hábito alimentario simplemente «por moda». Un peligro, afirmó la doctora Roser de Castellar, si se lleva a cabo sin prescripción médica porque «en la mayoría de los casos se piensa que es un método adelgazante».

En gran medida, algunas «celebrities» han contribuido de ma-

CADA VEZ MÁS GENTE SE SUMA A LA DIETA «GLUTEN FREE» PORQUE CREEN QUE ES ADELGAZANTE

LOS CELÍACOS DENUNCIAN QUE CONTRIBUYE A BANALIZAR LA ENFERMEDAD

nera activa a este boom anti gluten. El pionero fue el tenista Novak Djokovic, quien escribió un libro llamado «Servido para Ganar», donde relataba cómo había mejorado su vida y su rendimiento deportivo al comenzar una dieta libre de gluten. Hay que aclarar que el tenista serbio es celíaco diagnosticado. A partir de aquí, algunas actrices como Gwyneth Paltrow o cantantes como Miley Cyrus se han declarado fieles seguidoras de la nueva «religión gluten free» que te asegura un vientre plano, una piel luminosa y algunos kilos menos.

En España, según el Observatorio de Nestlé, también ha calado

esta tendencia. Según el informe, el 15% de los que no consumen alimentos sin gluten lo hace porque tiene menos calorías y un 11% directamente por perder peso.

El problema de estas modas, según las asociaciones de pacientes, es que «contribuyen a banalizar la enfermedad» y que las instituciones no la tomen en cuenta a la hora de repartir las ayudas y las subvenciones. De ahí, que insten tanto a los medios de comunicación como a las empresas de alimentación y a la Administración a transmitir una comunicación honesta y, sobre todo, responsable.

De Castellar, por su parte, avisó

que algunas intolerancias temporales pueden llevar a eliminar de la dieta cereales como el trigo, la cebada, la avena o el centeno. En esta circunstancia, lo importante es no auto tratarse, sino acudir a un nutricionista. «Es esencial sustituir estos cereales por otros como la quinoa o el amaranto para mantener los minerales y las vitaminas necesarias para nuestro organismo», esclareció.

El problema no son las microalergias temporales, dijo la médica, sino que la intolerancia permanente al gluten esté tan infradiagnosticada, con los problemas tan graves de salud que ello comporta.