

El Código Alimentario Argentino define como “**alimento libre de gluten**” a aquel que está preparado únicamente con ingredientes que por su origen natural y por la aplicación de **buenas prácticas de elaboración** —que impidan la contaminación cruzada— no contiene prolaminas procedentes del trigo, de todas las especies de Triticum, como la escaña común (Triticum spelta L.), kamut (Triticum polonicum L.), de trigo duro, centeno, cebada, avena ni de sus variedades cruzadas.

El contenido de gluten no puede superar el **máximo de 10mg/Kg**.

¿Como se identifican estos productos?

La *denominación del producto* debe estar acompañada de la indicación “**libre de gluten**”. Y deben incluir la leyenda “**Sin TACC**” en las proximidades de la denominación del producto con caracteres de buen realce, tamaño y visibilidad.

Además, deben incluir de modo claramente visible, **un símbolo** que consiste en un círculo con una barra cruzada sobre tres espigas y la leyenda “Sin T.A.C.C.” en la barra. Se admiten dos variantes (Color y blanco y negro) y tiene un tamaño mínimo de 11 mm.

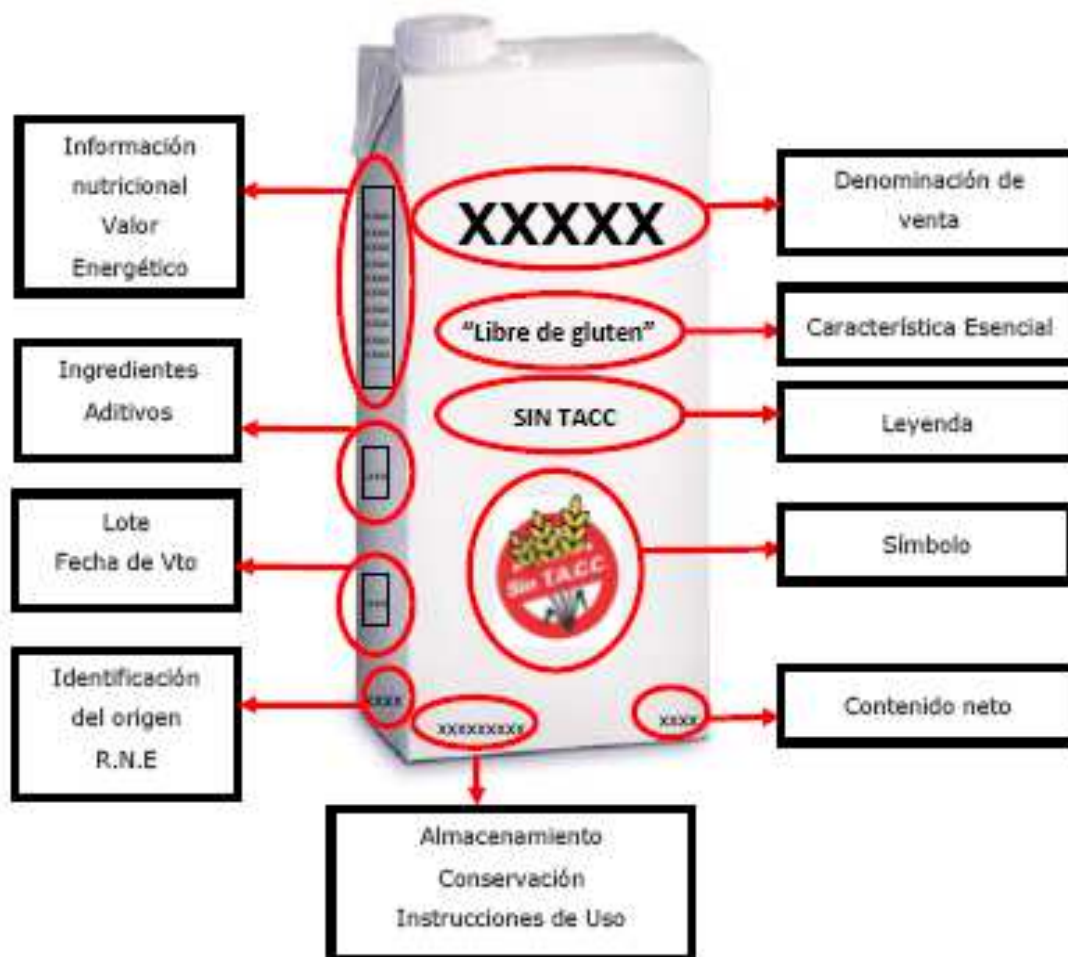


Adicionalmente pueden utilizarse...



“Por tratarse de emblemas o distintivos de naturaleza privada y de titularidad de terceros, su utilización será siempre bajo exclusiva responsabilidad, costo y cuenta de quienes los utilicen”.

A continuación se presenta un ejemplo de cómo debería distribuirse la información en el rotulo:



Fuente: Figura 4. Guía de Buenas Prácticas de Manufactura. Establecimientos Elaboradores de Alimentos Libres de Gluten. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica. Instituto Nacional de Alimentos. Año 2013.

Se debe tener especial cuidado con los **productos industrializados**, ya que es común encontrar alimentos que contienen TACC aún cuando no es esperable, por ejemplo fiambres, embutidos, chacinados, quesos, golosinas, dulces, postres instantáneos, entre otros.



¿Que productos pueden ser libres de gluten?

Todos aquellos que:

- ✓ tengan un programa de *buenas prácticas de fabricación*, que aseguren la no contaminación con derivados de trigo, avena, cebada y centeno en los procesos, desde la recepción de las materias primas hasta la comercialización del producto final.
- ✓ presenten, ante la Autoridad Sanitaria de su jurisdicción, un análisis que avale la *condición de “libre de gluten”* otorgado por un organismo oficial o entidad con reconocimiento oficial.

Para comprobar esta condición se deberá utilizar la metodología analítica de enzimoinmunoensayo ELISA R5 Méndez¹ y toda aquella que la Autoridad Sanitaria Nacional evalúe y acepte.

Asimismo, se trata de productos que requieren controles o requisitos específicos, tales como la exigencia de un Director Técnico (profesional universitario que por la naturaleza de sus estudios a juicio de la autoridad sanitaria nacional, está capacitado para dichas funciones, y quien además asumirá conjuntamente con la empresa la responsabilidad ante las autoridades sanitarias de la calidad de los productos elaborados).

Es muy importante tener en cuenta que al preparar un alimento o menú apto para celiaco, no sólo se deben utilizar alimentos libres de gluten, sino que también se debe asegurar la correcta manipulación de alimentos, utensilios y superficies a fin de evitar la contaminación.

¿Quien controla estos alimentos?

El INAL-ANMAT es el Organismo encargado de realizar el **monitoreo y seguimiento** para conocer el estado de situación de los productos libres de gluten que se encuentran en el mercado y verificar así el cumplimiento de la normativa vigente.

Además, es el ente encargado de confeccionar, actualizar y hacer público el **listado de alimentos libres de gluten**². El listado se encuentra disponible en el siguiente link:

1 Basada en la Norma Codex STAN 118-79 (adoptada en 1979, enmendada en 1983; revisada en 2008).

2 Decreto 528/2011. Apruébase la reglamentación de la Ley N° 26.588 que declara de Interés Nacional la atención médica, la investigación clínica y epidemiológica, la capacitación profesional en la detección temprana, diagnóstico y tratamiento de la enfermedad celíaca.



Nutrición y educación alimentaria

Ficha N° 16

“Alimentos libres de gluten”

¿Que es la celiacía?

Es una patología **gastrointestinal** de origen autoinmune que consiste en una hipersensibilidad permanente al **gluten de algunos cereales: trigo, cebada, avena y/o centeno**.

Algunas cuestiones a tener en cuenta/algunos datos sobre la celiacía:

- Se presenta como una reacción inflamatoria en el intestino delgado que como consecuencia no puede absorber correctamente los nutrientes.
- Es considerada la enfermedad intestinal crónica más frecuente.
- Pueden padecerla tanto niños como adultos, y puede manifestarse en cualquier momento de la vida desde la lactancia hasta la adultez avanzada.
- Actualmente, la incidencia es mayor en mujeres, que en varones y se estima que en Argentina 1 de cada 200 habitantes puede ser celíaco.
- Se presenta en personas que tienen predisposición genética a padecerla. Aparece con más frecuencia entre miembros de la misma familia.
- El único tratamiento disponible es una alimentación **exenta de gluten de por vida**.
- Los síntomas son muy variados: diarrea crónica, distensión abdominal, vómitos, pérdida de peso, retraso de crecimiento, desnutrición, amenorrea, osteoporosis, fracturas, anemia, abortos, infertilidad, entre otros.

Fuentes consultadas:

- Código Alimentario Argentino: Capítulo XVII Art. 1383 y Art. 1383bis
- Ley 26.588 y su Decreto Reglamentario (Decreto 528/2011). “Declárase de interés nacional la atención médica, la investigación clínica y epidemiológica, la capacitación profesional en la detección temprana, diagnóstico y tratamiento de la enfermedad celíaca”.
- Programa Nacional de Detección y Control de Enfermedad Celíaca. Ministerio de Salud Presidencia de la Nación: <http://www.msal.gov.ar/celiacos/>
- ¿Qué es el Gluten?. Mundo Celíaco - Difundir para concientizar. Centro de Difusión de la Celiacía (Ce.Di.Ce). La Plata, Buenos Aires, diciembre 2010. Disponible en: http://www.cedice.com.ar/imagenes/revista/mundo_celiaco_8.pdf