

**2020**

# **Encuesta sobre prácticas y percepciones de la comunidad celíaca acerca de los alimentos libres de gluten (ALG)**

**Informe final**

**RENAPRA / ANMAT Federal**

---



**Ministerio de Salud  
Argentina**

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
OBJETIVO	3
METODOLOGÍA	4
CAPÍTULOS	
1. CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN ENCUESTADA	5
2. ADHERENCIA A LA ALIMENTACIÓN LIBRE DE GLUTEN	10
3. SELECCIÓN DE ALIMENTOS LIBRES DE GLUTEN SEGUROS	16
4. DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS LIBRES DE GLUTEN	22
5. MENÚ LIBRE DE GLUTEN EN DIFERENTES ÁMBITOS	34
6. HÁBITOS Y PRÁCTICAS DE CONSUMO DE ALG EN EL HOGAR	40
CONCLUSIONES FINALES	46
BIBLIOGRAFÍA	48
ANEXO 1. CUESTIONARIO	52

## INTRODUCCIÓN

La Enfermedad Celíaca (EC) es una enfermedad crónica, inmunomediada, sistémica, precipitada por la ingestión de proteínas del trigo, avena, cebada y centeno, comúnmente llamadas gluten, que afectan al intestino delgado en individuos genéticamente predispuestos [1]. El único tratamiento consiste en mantener una alimentación libre de gluten de por vida, la cual excluye principalmente aquellos alimentos que contengan estos cereales.

Desde el año 2009, en nuestro país se vienen dando grandes avances en materia de legislación destinada a mejorar la calidad de vida de las personas celíacas. Esto se ve reflejado en la sanción de la Ley N° 26.588 [2] y su decreto reglamentario N° 528/2011 [3], que declara de interés nacional las distintas acciones sanitarias relacionadas con la Enfermedad Celíaca y establece las obligaciones de las autoridades sanitarias de control de alimentos. Asimismo, en el año 2011 se incorporó al Código Alimentario Argentino (CAA), en su Art. 1383 y 1383 bis [4], la definición de Alimentos Libres de Gluten (ALG) y especificaciones en cuanto al límite máximo de gluten que no podrá ser superado, la técnica analítica oficial para su determinación e indicaciones para su correcta rotulación. Por su parte, en el año 2015, se sancionó la Ley N° 27.196 [5] que modifica la ley anterior e incorpora un nuevo artículo que establece la obligatoriedad de que los establecimientos y servicios gastronómicos ofrezcan al menos una opción de alimentos o un menú libre de gluten.

En consonancia con estos avances, en el año 2012, la ANMAT junto a las 23 autoridades sanitarias provinciales y la Ciudad Autónoma de Buenos Aires establecieron como prioritario el fortalecimiento de las actividades que realizan las autoridades de control de alimentos de todo el país en relación a la prevención y control de la contaminación de los ALG, para lo cual se implementó la Estrategia Federal para el Fortalecimiento de la Fiscalización, Control y Vigilancia e Información de los Alimentos Libres de Gluten como una línea de acción estratégica.

Para el año 2016, habiendo transcurrido 5 años desde el inicio de la estrategia, estábamos convencidos de que habíamos avanzado en muchos aspectos; sin embargo, restaba conocer si los esfuerzos realizados hasta el momento en los distintos niveles, se traducen en una mayor disponibilidad de ALG en cada rincón del país. Para eso realizamos en forma conjunta con las asociaciones que agrupan a las personas celíacas una encuesta cuyos resultados se presentan a continuación.

Esperamos que esta información contribuya no sólo a retroalimentar las acciones que se vienen implementando, sino que sea de utilidad para todos los sectores involucrados (elaboradores, distribuidores, consumidores, asociaciones y grupos locales) en la aplicación de estrategias específicas en cada comunidad del país.

## OBJETIVO

Conocer las prácticas y percepciones de las personas celíacas en relación a la seguridad y disponibilidad de los ALG, como así también, sus prácticas y hábitos de consumo.

## METODOLOGÍA

Se realizó un cuestionario autoadministrado dirigido a personas que manifiestan presentar la condición celíaca y, en el caso de los menores de edad, a personas de su entorno familiar cercano como padres o cuidadores (criterio de elegibilidad).

La encuesta fue distribuida en formato de formulario digital y en papel, durante los meses de julio a diciembre del año 2016. Asimismo, se difundió entre los/las integrantes de distintas asociaciones que nuclean a la comunidad celíaca (Asociación Celíaca Argentina y otras del nivel local), a las áreas de control de alimentos municipales y provinciales por medio de la Red Nacional de Protección de Alimentos (RENAPRA) y a los equipos de salud e instituciones educativas a través de la Red Federal de Educadores en Inocuidad y Calidad Nutricional de los Alimentos.

El cuestionario (Anexo 1) estuvo conformado por 31 preguntas, incluyendo algunas de respuestas múltiples y abiertas, y se dividió en 9 secciones, mediante las cuales se indagaron los siguientes aspectos:

- ▶ Características generales de la población
- ▶ Adherencia a la alimentación libre de gluten
- ▶ Información acerca de los ALG
- ▶ Selección de ALG seguros
- ▶ Disponibilidad de ALG
- ▶ Opiniones sobre aspectos relacionados con la alimentación libre de gluten
- ▶ Patrones de consumo
- ▶ Hábitos y prácticas en el hogar
- ▶ Hábitos en el ámbito público

Para el procesamiento de los datos se utilizó el programa estadístico informático SPSS versión 10.0.

Se recibió un total de 5815 cuestionarios, de los cuales 57 fueron excluidos por no cumplir con el criterio de elegibilidad o por no responder en forma completa al menos una de las secciones del cuestionario. Dado que no todos/as los/las encuestados/as contestaron la totalidad de las preguntas, el número de respuestas por pregunta puede variar.

Las variables categóricas y las de respuestas múltiples se analizaron mediante frecuencias y porcentajes relativos para cada dimensión. Las variables continuas (edad y tiempo de diagnóstico) se expresan como promedio y desvío estándar y se agruparon en rangos cuando se consideró pertinente.

Para el análisis de los resultados por provincia, se contemplaron únicamente aquellas que registraron como mínimo 30 respuestas.

Con la finalidad de facilitar la lectura del presente informe, los ejes temáticos se agrupa-

ron en 6 capítulos y se definieron variables específicas que se describen en cada uno de los capítulos presentados.

## **CAPÍTULO 1**

### **CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN ENCUESTADA**

#### **INTRODUCCIÓN**

La Enfermedad Celíaca (EC) se puede presentar a cualquier edad, tanto en niños/as como en adultos/as. En Argentina, se ha estimado que 1 de cada 167 personas adultas son celíacas [6], mientras que en niños/as la prevalencia asciende a 1 de cada 79 [7].

Por su parte, algunos estudios reflejan que la frecuencia de la EC en mujeres es entre dos y tres veces mayor que en hombres [8].

El objetivo de esta sección es conocer las características sociodemográficas, cobertura de salud y pertenencia a grupo de pares de las personas celíacas que participaron de la encuesta.

#### **ASPECTOS METODOLÓGICOS**

La valoración de las condiciones sociodemográficas de la población encuestada tuvo como propósito su caracterización, el análisis de ciertas variables a nivel provincial y la comparación de adherencia a la alimentación libre de gluten y el grado de dificultad para mantenerla según género, edad y tiempo de diagnóstico.

Se recogieron datos referidos a género, fecha de nacimiento, año de diagnóstico, si tiene algún familiar celíaco/a, convivencia con otra persona celíaca, lugar y provincia de residencia, nivel educativo alcanzado, participación en asociaciones de celíacos/as, cobertura de obra social/prepaga y beneficiario de plan social/subsidio.

La edad se agrupó en los siguientes rangos: 1 a 19 años, 20 a 34 años, 35 a 49 años, 50 a 64 años y 65 años y más. Por su parte, para el máximo nivel educativo alcanzado, se realizó la siguiente categorización: primario, secundario, terciario, universitario y otro.

El tiempo de diagnóstico se consideró como la cantidad de años transcurridos entre el año de diagnóstico de celiaquía declarado por la persona encuestada y el año de realización de la encuesta.

#### **RESULTADOS**

De las 5.758 personas que efectivamente participaron de la encuesta, el 81,6% eran mujeres y el 18,4% hombres (Gráfico 1).



Gráfico 1. Distribución por género de la población encuestada.

El 73% de las respuestas provienen de las personas celíacas, en tanto que el 27% restante fueron respondidas por un/a familiar cercano/a en representación del/la celíaco/a (conviviente, padres o cuidadores/as de niños celíacos menores de edad).

En cuanto a los grupos de edad, se obtuvo una mayor participación de adultos/as entre 20 y 49 años (58,9%) (Gráfico 2). La media de edad de los/las participantes fue de  $35 \pm 17$  años.

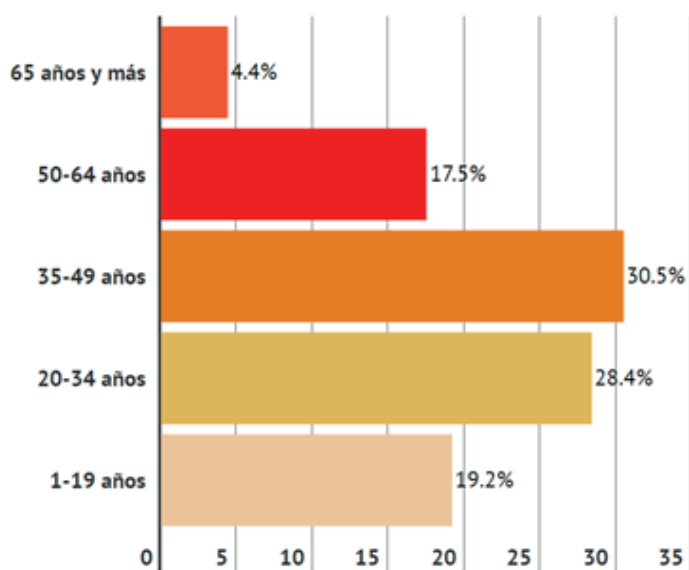


Gráfico 2. Distribución por edades de la población encuestada.

Se obtuvieron respuestas de todas las provincias del país, concentrándose la distribución por jurisdicción en Buenos Aires (49,2%), Ciudad Autónoma de Buenos Aires (19,5%), Córdoba (7%) y Santa Fe (4,9%) (Gráfico 3). Sin embargo, al considerar el número de encuestados/as respecto a la cantidad de habitantes por jurisdicción, se observó una mayor participación relativa de las provincias de la Región Patagónica (Tabla 1).

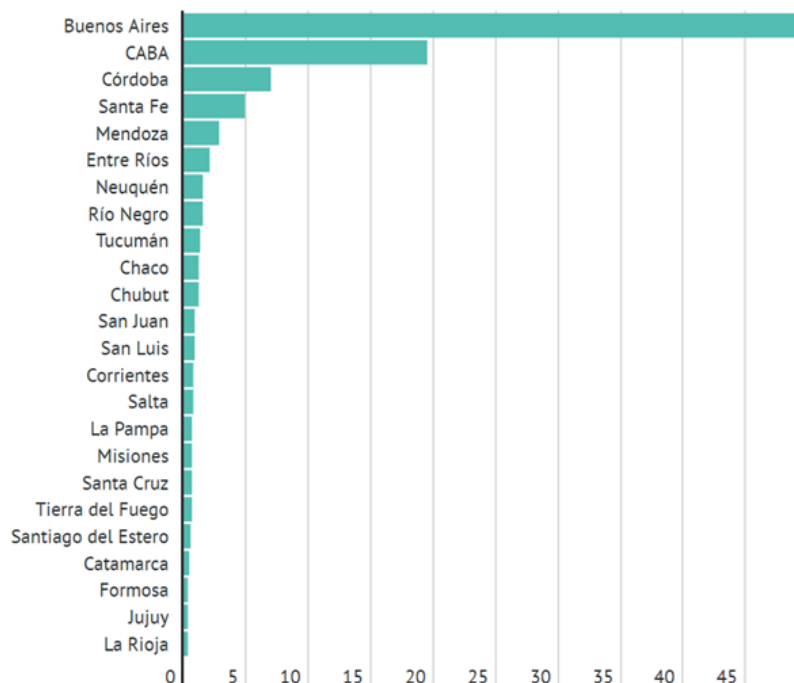


Gráfico 3. Distribución de la población encuestada por jurisdicción.

Distrito	Población según Censo 2010	Cantidad encuestados	Encuestados por cien mil habitantes
Ciudad Autónoma de Buenos Aires	2.890.151	1124	39
Tierra del Fuego, Antártida e Islas del Atlántico Sur	127.205	32	25
Buenos Aires	15.625.084	2832	18
Neuquén	551.266	87	16
Chubut	509.108	70	14
Río Negro	638.645	87	14
Santa Cruz	273.964	36	13
La Pampa	318.951	39	12
Córdoba	3.308.876	404	12
San Luis	432.310	50	12
Entre Ríos	1.235.994	120	10
Mendoza	1.738.929	160	9
Santa Fe	3.194.537	281	9
San Juan	681.055	53	8
Chaco	1.055.259	69	7
Catamarca	367.828	23	6
La Rioja	333.642	18	5
Tucumán	1.448.188	72	5
Corrientes	992.595	46	5
Salta	1.214.441	48	4
Misiones	1.101.593	41	4
Formosa	530.162	19	4
Santiago del Estero	874.006	28	3
Jujuy	673.307	19	3
<b>Total</b>	<b>40.117.096</b>	<b>5758</b>	<b>14</b>

Tabla 1. Distribución de población encuestada según la cantidad de habitantes del Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2010.

En relación a los vínculos con que cuenta la persona celíaca, el 31 % de los casos consiguió que hay otro/a celíaco/a dentro de su núcleo familiar y el 16% convive con otra persona con celiacía.

En cuanto a la pertenencia a grupos de pares, el 25% de las personas encuestadas indicó formar parte de alguna asociación, siendo la Asociación Celíaca Argentina (ACA) y la Asistencia al Celíaco de Argentina (ACELA) las más mencionadas.

Con respecto al máximo nivel educativo alcanzado, se observó que el 28% de los/las encuestados/as completó el secundario. Asimismo, se destacó que el 66% continuó su formación realizando un estudio terciario o universitario (Gráfico 4), valor que se encuentra muy por encima de los promedios nacionales para los centros urbanos. Según datos del INDEC (2010), el 20% de los/las mayores de 20 años de todo el país completó el secundario como máximo nivel educativo alcanzado [9], mientras que sólo el 6% completó el nivel universitario [10].

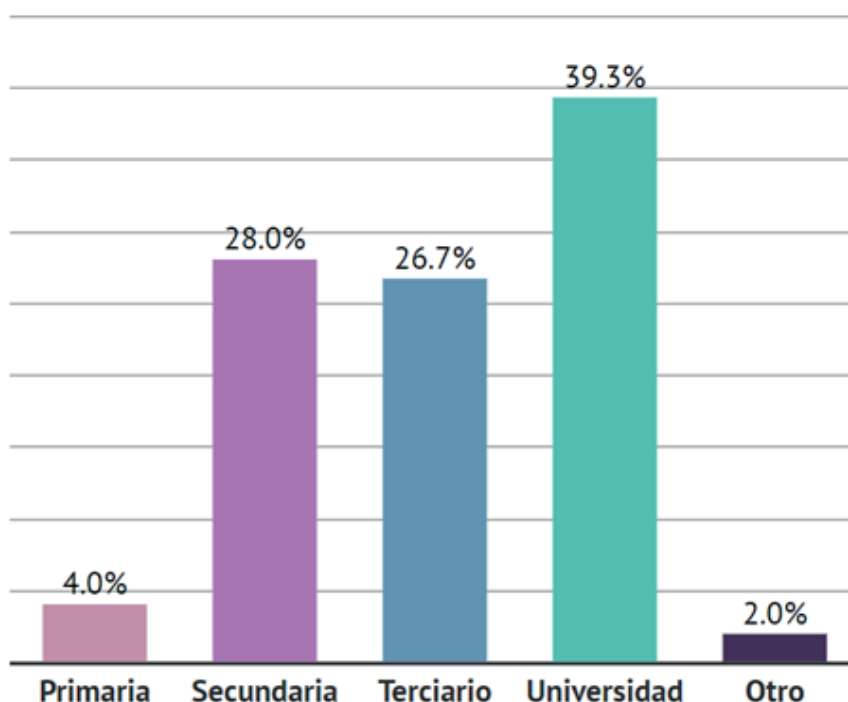


Gráfico 4. Máximo nivel educativo alcanzado por la población encuestada.

En cuanto al tiempo transcurrido desde el diagnóstico, se observó que si bien el rango fue muy amplio (desde menos de un año hasta 40 años), cerca de la mitad de las personas encuestadas fueron diagnosticadas hace menos de 5 años (Gráfico 5).



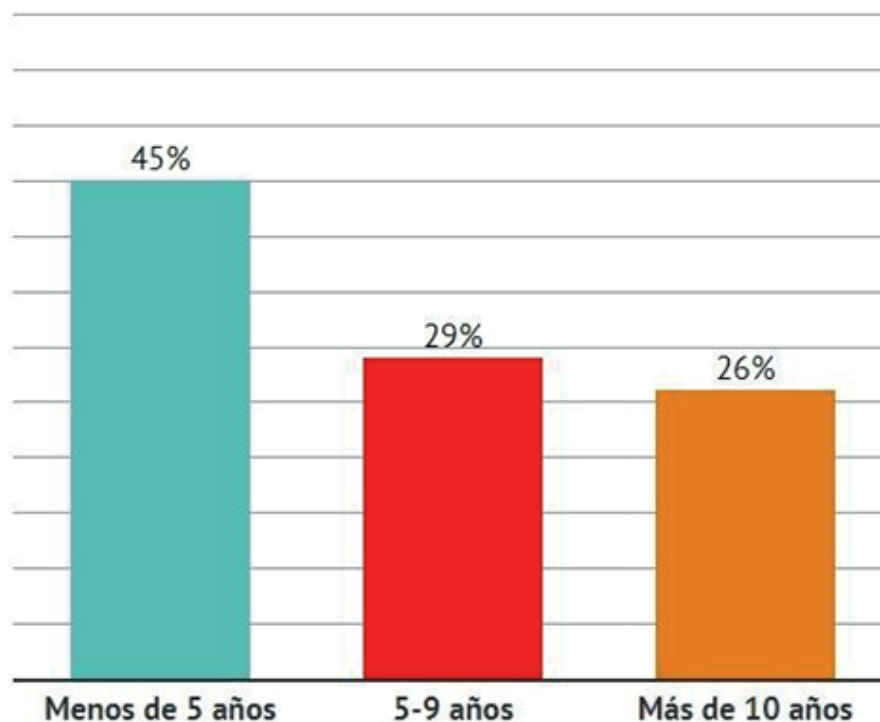


Gráfico 5. Tiempo transcurrido desde el diagnóstico en la población encuestada.

Por su parte, el 88,5% de las personas indicaron tener obra social o prepaga, siendo este valor superior al obtenido en el último Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas realizado en 2010 [11] en el que el porcentaje de cobertura fue del 62%.

Entre las personas que no poseían cobertura, solo el 21,6% era destinataria de un plan social (caja de alimentos 20%, tarjeta 37%, pensiones no contributivas 39%, ticket social 4%). En cuanto al apercibimiento de la cobertura económica contemplada por la Ley celíaca para la compra de harinas y premezclas, poco menos de la mitad (41,5%) de los/las encuestados/as declaró recibirla.

## **CAPÍTULO 2**

# **ADHERENCIA A LA ALIMENTACIÓN LIBRE DE GLUTEN**

### **INTRODUCCIÓN**

El único tratamiento disponible para la EC consiste en una alimentación libre de gluten de por vida, lo que implica evitar la ingestión de cualquier producto que contenga trigo, avena, cebada y centeno, aún en pequeñas cantidades.

Con esto se consigue la desaparición de los síntomas clínicos, la normalización de la mucosa y función intestinal y la mejora de la mayoría de las complicaciones asociadas como la osteoporosis, osteopenia, anemia y riesgo de malignidad, y alcanzar el bienestar psicológico y una mejor calidad de vida [12].

Mantener una alimentación libre de gluten conlleva importantes cambios en el estilo de vida y en los alimentos que se consumen en forma diaria. En este sentido, estudios canadienses señalan que diversos factores como falta de información sobre la alimentación, el rotulado de los ALG, comer fuera del hogar y el entorno social, entre otros pueden impactar negativamente en la adherencia [13].

El objetivo de esta sección es conocer el nivel de adherencia a la alimentación libre de gluten, como así también, evaluar el grado de dificultad que esto representa, cuáles son los motivos que intervienen y cómo varía en relación al tiempo transcurrido desde el diagnóstico.

### **ASPECTOS METODOLÓGICOS**

Se indagó en relación al cumplimiento de la alimentación libre de gluten, el grado de dificultad que le representaba seguir dicha alimentación y el motivo asociado (disponibilidad de ALG, tiempo/organización, voluntad/constancia/cansancio/aburrimiento, motivos económicos, apoyo/contención del entorno: familia, amigos).

Se utilizó como instrumento de recolección el Test de Morisky-Green [14], el cual consiste en una serie de 4 afirmaciones de respuesta dicotómica (Si/No) que permite valorar el grado de cumplimiento del tratamiento durante el último año e indagar acerca de los motivos asociados a la falta de adherencia. Dado que el cuestionario original de Morisky-Green fue utilizado para evaluar el tratamiento con fármacos, Casellas [14] realizó una adaptación para la dieta sin gluten e incorporó una quinta afirmación que permite identificar “buenos cumplidores” de la alimentación libre de gluten.

Las afirmaciones fueron las siguientes:

1. A veces me olvido de seguir la alimentación libre de gluten.
2. A veces no soy cuidadoso en seguir la alimentación libre de gluten.
3. Cuando me siento bien, a veces interrumpo la alimentación libre de gluten.

4. Si no me siento bien, a veces interrumpo la alimentación libre de gluten.
5. Nunca me olvido de seguir la alimentación libre de gluten.

Se consideró “adherencia a la alimentación libre de gluten” cuando los/las encuestados/as respondieron negativamente a las primeras cuatro afirmaciones; mientras que, se consideró “no adherencia”, cuando respondieron afirmativamente a una o más de éstas. A los fines de este estudio, la quinta opción de respuesta fue desechada al momento del análisis de los resultados dado que resultó confusa.

Por su parte, quienes no adhieren al tratamiento, fueron clasificados en tres categorías de incumplimiento:

- ▶ Incumplimiento no intencional (afirmaciones 1 y/o 2).
- ▶ Incumplimiento intencional (afirmaciones 3 y/o 4).
- ▶ Incumplimiento mixto (combinación de afirmación 1, 2 con afirmaciones 3, 4).

## RESULTADOS

Se observó que ocho de cada diez personas encuestadas siguió adecuadamente la alimentación libre de gluten (Gráfico 6). Al analizar el grupo de adolescentes de entre 10 a 19 años, esta cifra se elevó a 9 de cada 10.

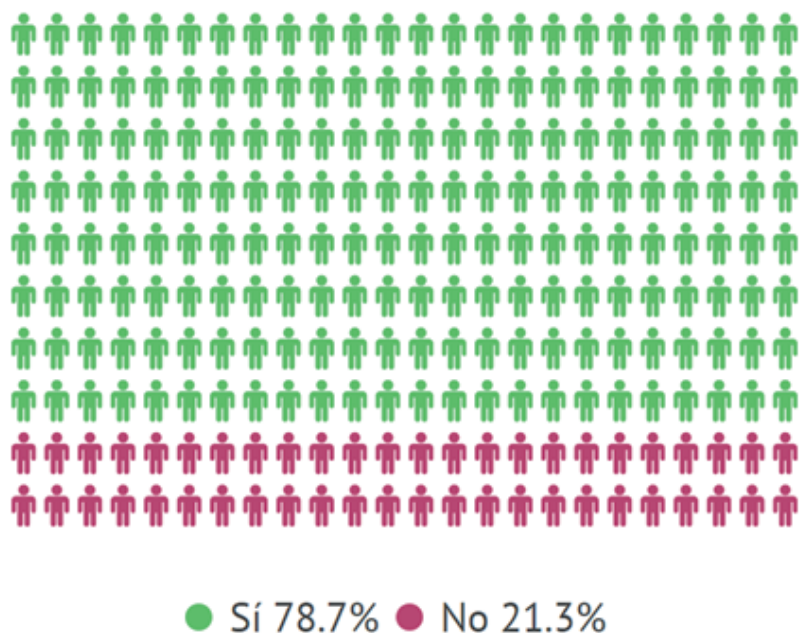


Gráfico 6. Adherencia a la alimentación libre de gluten en la población encuestada.

Entre los/las que presentaron falta de adherencia a la alimentación libre de gluten, el 58% lo hizo en forma no intencional, ya sea por olvido o falta de cuidado. Alrededor del 12% interrumpió la alimentación libre de gluten en forma voluntaria y el 30% restante por ambos motivos (incumplimiento mixto) (Tabla 2).

Adherencia a la alimentación libre de gluten y tipos de incumplimiento entre los/las no adherentes		
	Frecuencia	Porcentaje
<b>Adherencia</b>	<b>4342</b>	<b>78,7%</b>
<b>No adherencia</b>	<b>1172</b>	<b>21,3%</b>
Incumplimiento Intencional	135	11,5%
Incumplimiento no intencional	682	58,2%
Incumplimiento Mixto	355	30,3%
<b>Total</b>	<b>5514</b>	<b>100%</b>

Tabla 2. Adherencia a la alimentación libre de gluten y tipos de incumplimiento entre los/las no adherentes.

Más de la mitad de las personas manifestaron que les resulta difícil o muy difícil seguir la alimentación libre de gluten (55%); mientras que, a una proporción algo menor le resulta fácil o muy fácil (45%). Alrededor de esta percepción no se observaron diferencias entre hombres y mujeres (Tabla 2.1).

Al analizar el grado de dificultad según los años transcurridos desde el diagnóstico, se observó que al 64% los/las celíacos/as diagnosticados/as hace menos de 5 años les resultó difícil o muy difícil mantener la alimentación libre de gluten. En aquellos/as diagnosticados/as entre 5 y 9 años esta percepción se igualó en un 50% y, a partir de los 10 años, esta opinión se revirtió resultando fácil o muy fácil para el 54% (Gráfico 7 y Tabla 2.2).

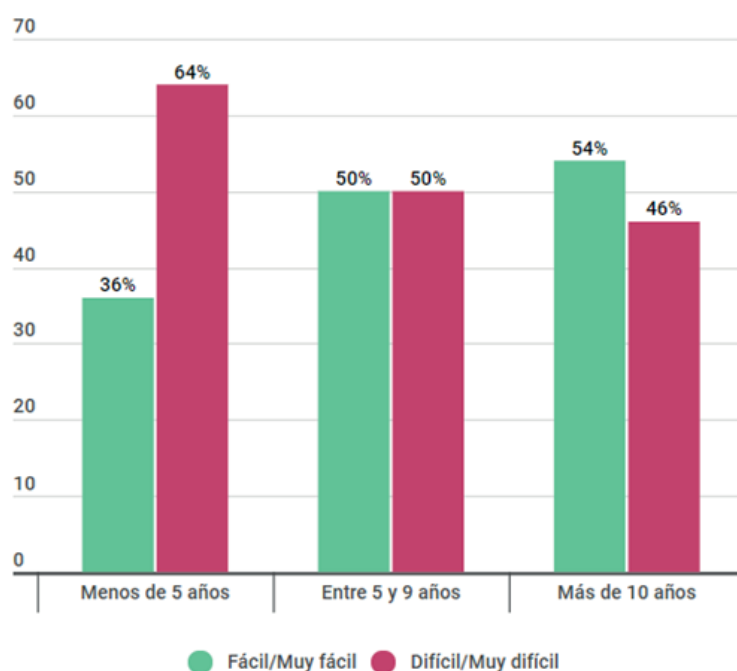


Gráfico 7. Grado de dificultad para seguir la alimentación libre de gluten según tiempo de diagnóstico.

Por otra parte, se observó que entre las personas que adhieren a una alimentación libre de gluten no hay diferencias en el grado de dificultad referido para seguirla; en tanto que, entre las que no adhieren señalaron en mayor proporción que les resulta difícil o muy difícil (70%) (Gráfico 8).

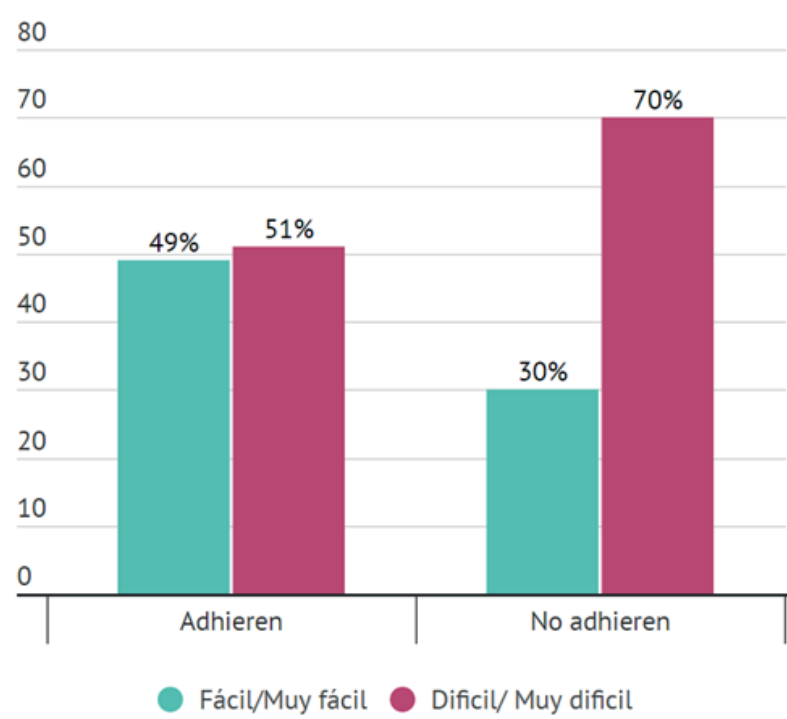


Gráfico 8. Grado de dificultad para seguir la alimentación libre de gluten en relación a la adherencia.

Los/las adultos/as jóvenes (entre 20 y 34 años) refirieron mayores niveles de dificultad que los demás grupos de edad. En contraposición, las personas mayores de 65 años mencionaron más frecuentemente que les resulta fácil o muy fácil seguir la alimentación (57%).

En el grupo niños/as y adolescentes menores de 20 años, se observó que las percepciones respecto a la dificultad para seguir la alimentación libre de gluten se encuentra dividida (52% refirió difícil/muy difícil vs 48% fácil/muy fácil) (Gráfico 9).

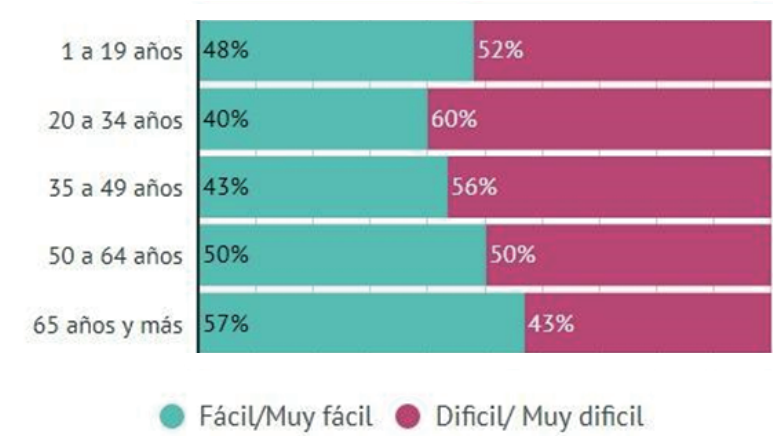


Gráfico 9. Grado de dificultad para seguir la alimentación libre de gluten según grupo etario.

Los motivos asociados a la dificultad para llevar adelante la alimentación libre de gluten fueron el factor económico (61%), seguido por la disponibilidad de ALG (56%) y el tiempo/organización (44%) (Gráfico 10).

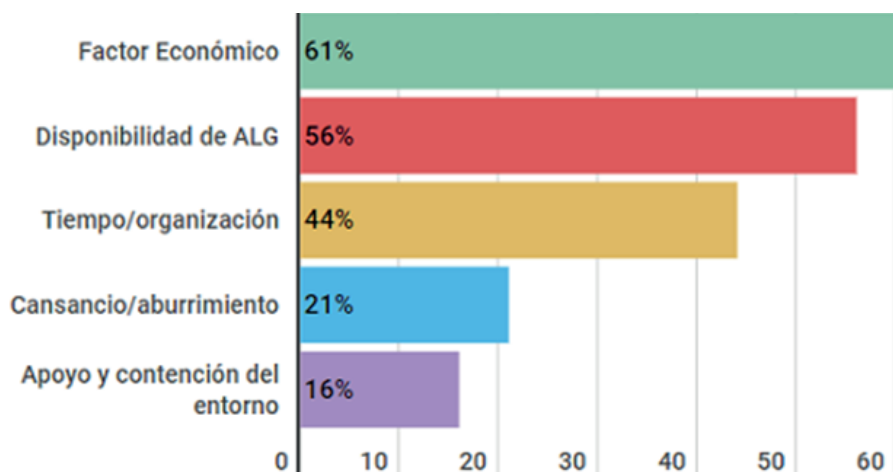


Gráfico 10. Ranking de motivos señalados como obstaculizadores para seguir la alimentación libre de gluten. (Pregunta de respuesta múltiple).

En relación a los motivos señalados como facilitadores del seguimiento de la alimentación libre de gluten se encontró el apoyo y contención del entorno (familia/amigos) con el 51% y la disponibilidad de ALG (45%). El factor económico, se ubicó en último lugar con el (17%) (Gráfico 11).

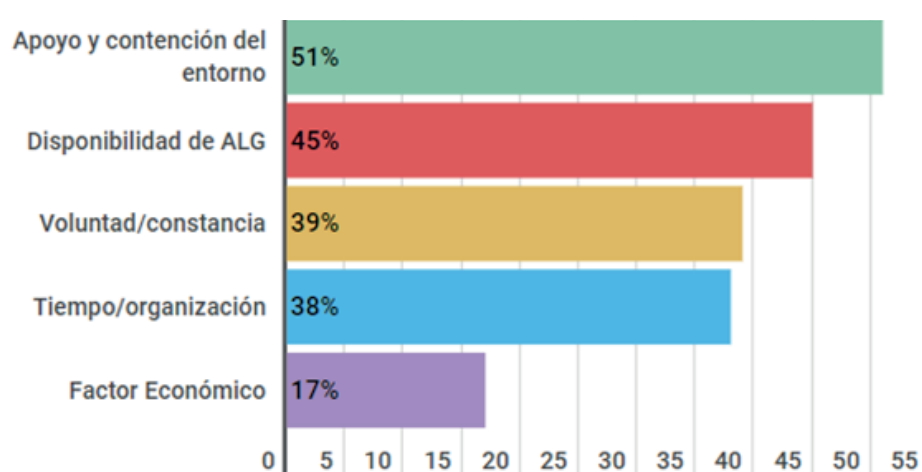


Gráfico 11. Ranking de motivos señalados como facilitadores para seguir la alimentación libre de gluten. (Pregunta de respuesta múltiple).

## DISCUSIÓN

Se destaca la elevada adherencia a la alimentación libre de gluten que reflejó la encuesta (80%), los cuales coinciden con los hallados en un estudio realizado en Misiones (82%) [15] y resultaron algo más elevados que los reportados por Cueto Rúa et al. (70%) [16]. El nivel de adherencia semejante entre hombres y mujeres coincide con el reportado por Leffler et al [12].

El incumplimiento de tipo no intencional predominó entre los/las encuestados/as que no adhieren al tratamiento (58,2%), arrojando valores muy por encima de los hallados por Casellas (15%) [14] y López (18%) [15]. Como limitante del método de medición indirecto, se plantea que los/las participantes tienden a sobrestimar su adherencia [12] y, en consecuencia “permite identificar sólo una parte de los/las no cumplidores” [17, p.120].

Aunque en otras publicaciones [1] se ha sugerido que los/las pacientes celíacos/as adolescentes requieren especial atención en relación a las dificultades que presentan en la adherencia al tratamiento, el porcentaje de adherencia hallado resultó más alto (90%) que el total país (78,7%), mientras que el grado de dificultad fue similar (52% refirió difícil/muy difícil vs 48% fácil/muy fácil). Estos resultados difieren de los encontrados a nivel internacional para este grupo poblacional (56% - 83%) [12].

## TABLAS

**Tabla 2.1.** Grado de dificultad para seguir la alimentación libre de gluten según género.

Grado de dificultad	Mujer	Varón
Fácil / Muy fácil	45,0%	45,3%
Difícil / Muy difícil	55,0%	54,7%

**Tabla 2.2.** Grado de dificultad para seguir la alimentación libre de gluten según tiempo de diagnóstico.

Tiempo Diagnóstico	Grado de dificultad para seguir una alimentación LDG			
	Muy fácil	Fácil	Difícil	Muy difícil
Menos de 5 años	3,5%	32,8%	55,1%	8,6%
Entre 5 y 9 años	6,9%	43,0%	44,7%	5,5%
Más de 10 años	10,5%	43,9%	39,3%	6,4%
Total	6,3%	38,6%	47,9%	7,1%

## CAPÍTULO 3

# SELECCIÓN DE ALIMENTOS LIBRES DE GLUTEN SEGUROS

### INTRODUCCIÓN

Según el CAA, un ALG es 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. Asimismo, establece que estos alimentos deberán incluir la indicación “libre de gluten” a continuación de la denominación y la leyenda “Sin TACC” en las proximidades, como así también, llevar impreso en sus rótulos el logo oficial [4].

Acorde a estos requisitos establecidos, son las Autoridades Sanitarias Jurisdiccionales (ASJ), el Instituto Nacional de Alimentos (INAL), el Servicio Nacional de Sanidad y Calidad Agroalimentaria (SENASA) y el Instituto Nacional de Vitivinicultura (INV) los responsables de autorizar a elaboradores/as que decidan comercializar productos con la condición “libre de gluten” en todo el territorio nacional [18].

La información referida a los ALG autorizados para su comercialización en todo el país se consolida para su consulta en el Listado Integrado de ALG, publicado en la página web de ANMAT. Asimismo, allí se facilita el acceso a los listados provinciales que incluyen los alimentos autorizados para comercializarse únicamente en la órbita provincial.

El objetivo de esta sección es conocer los criterios que sustentan la decisión de compra y/o consumo de un ALG y evaluar la asociación entre diversas herramientas de selección y la percepción de seguridad hacia los ALG.

### ASPECTOS METODOLÓGICOS

Los criterios que guían la decisión de compra y/o consumo de un ALG se relevaron a través de una serie de afirmaciones relacionadas con la frecuencia de utilización de diversas herramientas que la comunidad celíaca ha ido referenciando en las diferentes actividades de capacitación realizadas por la Dirección de Prevención, Vigilancia y Coordinación Jurisdiccional del INAL. También, se indagó sobre los factores que resultan importantes en dicho momento, contemplando aspectos económicos y características intrínsecas de los productos, tales como sabor, calorías, entre otros.

Se evaluó la utilización del Listado Integrado de ANMAT y su practicidad como herramienta para la selección de alimentos envasados y, en particular, su uso para categorías que erróneamente suelen considerarse como “naturalmente libres de gluten” (arroz, legumbres, entre otros) y en premezclas, dado que constituye uno de los alimentos más utilizados en la alimentación libre de gluten.



Para conocer la percepción respecto a la seguridad de los ALG, se consultó acerca de su asociación con diversos símbolos que se utilizan para identificarlos y el grado de acuerdo con afirmaciones relacionadas.

Se define como **“ALG seguro”** a aquel alimento que ha sido evaluado y autorizado o registrado para su comercialización bajo dicha condición por la Autoridad Sanitaria que resulte competente, de acuerdo al lugar en donde se produzcan, elaboren o fraccionen.

## RESULTADOS

El 77,5% de los/las encuestados/as relaciona un ALG seguro con el logo establecido como obligatorio por el CAA, mientras que entre un 42,1% y un 58,7% lo asoció con los



LOGO OFICIAL



LOGOS FACULTATIVOS

Una baja proporción de la población encuestada (entre 5 y 8%) vinculó la seguridad de los ALG con otros símbolos identificatorios, tales como:



Los resultados arrojaron que 9 de cada 10 personas encuestadas estuvieron de acuerdo con que consumir alimentos que figuran en el Listado Integrado de ANMAT y tienen logo oficial les brinda seguridad.

Sin embargo, al momento de elegir un ALG solo el 28% de los/las encuestados/as refirió utilizar siempre el listado oficial y un 15% mencionó utilizar otros listados en forma frecuente (Tabla 3.1).

Respecto a categorías de alimentos específicas, los/las encuestado/as mencionaron que utilizan el Listado Integrado de ANMAT para seleccionar: premezclas (52%), especias deshidratadas (50%), leche y derivados (47%), gaseosas (42%), arroz (41%), azúcar (40%) y legumbres (39%).

El 41% de los/las encuestados/as estuvieron de acuerdo o totalmente de acuerdo en que les resulta cómodo usar el Listado al momento de seleccionar los ALG; sin embargo, un 26% estuvo en desacuerdo o totalmente en desacuerdo con esta afirmación (Tabla 3.2).

El 74% de los/las encuestados/as manifestaron que identificar un ALG le resulta fácil. Dentro de los criterios que orientan la selección (Tabla 3.1), se destaca que 8 de cada 10 personas refieren siempre elegir alimentos que tengan el logo oficial, mientras que 5 de cada 10 utilizan “algún logo” de forma frecuente, es decir, no necesariamente el que establece la normativa (Gráfico 12).

Las leyendas “No Contem Gluten/Sin Gluten/Apto Celíacos” presentes en etiquetados de otros países del Mercosur pero que no son contempladas por las normas nacionales, son usadas muy frecuentemente por los/las encuestados/as (60% siempre/frecuentemente).

Otra estrategia de selección utilizada resultó ser la lectura de la lista de ingredientes, referida por 7 de cada 10 encuestados/as con al menos cierta frecuencia. De forma similar, el 55% manifestó que se basa en la información nutricional para elegir los alimentos que consume.

Sumado a los anteriores, se observó que algunos criterios informales, tales como la recomendación de otro/a celíaco/a y la experiencia propia de consumir alimentos que no le hagan mal a las personas celíacas, son ampliamente utilizados.

En resumen, a continuación se presenta el lugar que ocupan cada uno de los criterios descritos agrupando los resultados obtenidos para las opciones “siempre” y “frecuentemente”:

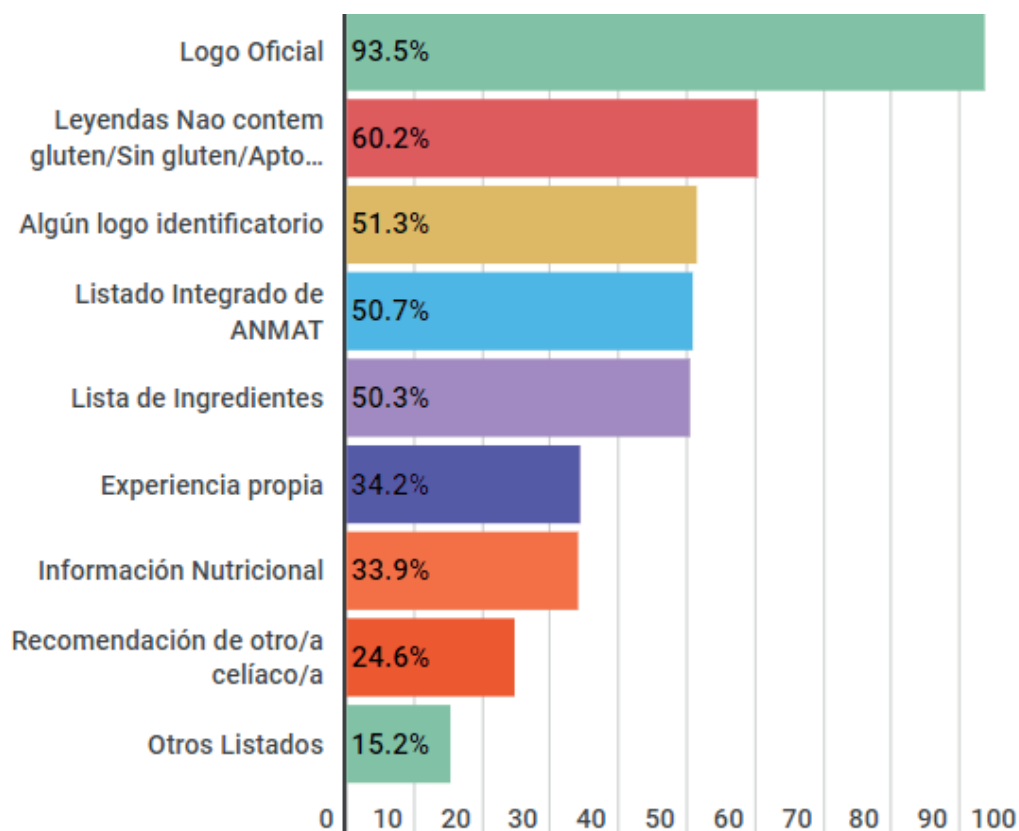


Gráfico 12. Ranking de criterios que guían con mayor frecuencia la selección de ALG.  
(Pregunta de respuesta múltiple)

Por su parte, al indagar acerca de los factores que influyen al momento de la compra, el 90% de los/las encuestados/as señaló que, si bien encuentran muchos alimentos disponibles, el precio les resulta elevado (Tabla 3.2). Otros de los factores identificados como relevantes son el sabor y la seguridad; mientras que, la marca y el contenido calórico del producto fueron indicados como menos importantes.

## DISCUSIÓN

Se evidenció que la comunidad celíaca reconoce el logo oficial y el Listado Integrado como herramientas válidas para identificar ALG seguros, a pesar de que el uso del Listado no represente una práctica frecuente al momento de la compra. Esto podría deberse a la falta de practicidad del Listado como herramienta de selección, ocasionando que su consulta sea dificultosa y poco ágil, tal como lo ha manifestado la comunidad celíaca en diversas reuniones, como por ejemplo, durante el IV Foro de ALG [19].

La elevada frecuencia con que se reportó el uso de ciertas herramientas que no resultan recomendables, tales como las leyendas de otros países, lista de ingredientes e información nutricional resulta un hallazgo de gran relevancia para enfocar las campañas de sensibilización en la difusión de mensajes claves sobre selección de ALG seguros. Asimismo, vista la importancia de la transmisión de información entre pares, surge el desafío de lograr un mayor alcance en estas acciones para potenciar su impacto.

Las acciones de vigilancia que desarrollan las ASJ y el INAL son las que hacen que el Listado Integrado sea la única herramienta que garantiza la selección de ALG seguros. El control sanitario sobre los procesos, productos y establecimientos comprenden programas de auditoría a los establecimientos para dar seguimiento a las condiciones y prácticas que el elaborador se ha comprometido a implementar al momento de su autorización, como parte de su sistema de gestión de inocuidad [20, 21].

Esto se complementa con el Programa de Vigilancia basada en laboratorio de ALG, enmarcado en el Plan Integral de Fiscalización de Establecimientos, Productos Alimenticios y Materiales en Contacto con Alimentos, siendo un monitoreo que permite verificar el cumplimiento respecto al contenido máximo de gluten de los productos que integran el Listado que publica ANMAT.

## TABLAS

**Tabla 3.1.** Criterios utilizados para decidir la compra o consumo de ALG. Frecuencias expresadas en porcentajes.

Criterio de decisión de compra/consumo	Siempre	Frecuentemente	A veces	Raramente	Nunca	Total
Elijo alimentos que figuran en el Listado Integrado de ALG - ANMAT	27,7%	23%	22,1%	15,0%	12,2%	100%
Elijo alimentos que figuran en otros listados	5,4%	9,8%	22,4%	25,2%	37,2%	100%
Elijo alimentos que tengan logo oficial	77,0%	16,5%	3,9%	1,0%	1,6	100%
Elijo alimentos que tengan algún logo	30,2%	21,1%	19,4%	13,8%	15,5%	100%
Leo la lista de ingredientes	31,9%	18,4%	19,6%	13,7%	16,4%	100%
Leo la información nutricional	19,8%	14,1%	21,6%	20,2%	24,3%	100%
Consumo alimentos por recomendación de otros/as celíacos/as	7,7%	16,9%	35,1%	21,1%	19,2%	100%
Consumo alimentos que por experiencia propia no me hacen mal	19,1%	15,1%	14,9%	16,0%	35,0%	100%
Elijo alimentos que presenten la leyenda "Nao Contem Gluten/ Sin Gluten/ Apto Celíacos"	37,7%	22,5%	19,4%	10,5%	9,9%	100%
Otro criterio de decisión	4,2%	3,7%	8,7%	18,3%	65,2%	100%

**Tabla 3.2.** Grado de acuerdo respecto a la practicidad del uso de herramientas para la selección de ALG, y su asociación con la percepción de seguridad.

Opinión acerca de las siguientes afirmaciones:	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
Usar el listado me resulta cómodo	14,8%	26,1%	33,6%	18,0%	7,5%
Identificar un ALG me resulta fácil	27,4%	46,9%	15,4%	8,6%	1,7%
Consumir alimentos que están en el Listado y tiene logo oficial me brinda seguridad	65,8%	24,0%	8,4%	1,2%	0,6%
Encuentro muchos productos disponibles pero el precio es muy alto	61,7%	28,7%	7,3%	1,8%	0,5%

## CAPÍTULO 4

# DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS LIBRES DE GLUTEN

### INTRODUCCIÓN

La dificultad para mantener una alimentación libre de gluten está asociada a múltiples factores entre los que se encuentran la disponibilidad y el precio de alimentos, la oferta de una alternativa en establecimientos gastronómicos, integrar grupos de pares, entre otros.

La disponibilidad de ALG en todo tipo de comercios representa un factor facilitador u obstaculizador para la adopción de la alimentación libre de gluten. En este sentido, un estudio encontró que una de las principales situaciones que genera fastidio en el cumplimiento de la alimentación libre de gluten es no disponer de galletitas aptas en los quioscos que se encuentran abiertos las 24 horas [16, p. 416-417].

El objetivo de esta sección es conocer la disponibilidad y variedad de ALG percibida por la comunidad celíaca y especialmente, la de los productos registrados en el Listado Integrado que publica la ANMAT.

### ASPECTOS METODOLÓGICOS

Para construir el indicador “disponibilidad”, se consideró:

- ▶ Tipos de alimentos que se encuentran en los comercios. Se conformaron 12 categorías de productos que incluyeron tanto a aquellas que representan mayor contribución al Listado Integrado (harinas y premezclas), como así también, otros tipos de productos que están presentes en menor proporción, por ejemplo: condimentos y especias.
- ▶ Grado de variedad percibido en relación a la oferta de las categorías mencionadas.
- ▶ Tipos de comercios en los que se adquieren habitualmente esos ALG.
- ▶ Necesidad de trasladarse fuera de la ciudad de residencia para adquirir ALG.

La percepción sobre la disponibilidad en góndola de ALG respecto a cinco años atrás y a la oferta real de los productos que figuran en el Listado Integrado se evaluó a través de una serie de afirmaciones.

### RESULTADOS

La mayoría de los/las encuestados/as percibió una mejora en la disponibilidad de productos: 9 de cada 10 refirieron que **en la actualidad se pueden conseguir más pro-**

**ductos que hace 5 años** (Gráfico 13 y Tabla 4.1). En las distintas jurisdicciones del país, se observó un patrón similar.

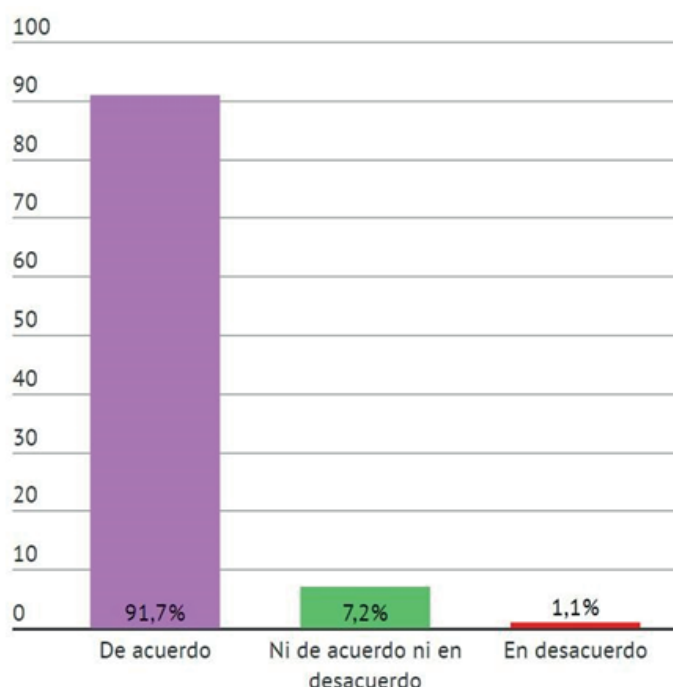


Gráfico 13. Percepción sobre la disponibilidad de ALG respecto al año 2011. Total país.

Las categorías de alimentos que fueron seleccionadas como disponibles en más del 80% de los casos fueron “harinas y premezclas”, “galletitas”, “arroz” y “leches, quesos y yogures”, seguidas por “snacks” y “fiambres y embutidos” (63% y 60% respectivamente).

Con una frecuencia de alrededor del 50%, se señalaron “legumbres”, “panes y productos de panadería” y “condimentos y especias”, mientras que “pastas frescas” y “cereales para el desayuno” presentaron valores próximos al 40%.

Por su parte, la categoría de “helados” se posicionó en último lugar, registrando una diferencia porcentual de más de 60 puntos respecto a la categoría seleccionada con mayor frecuencia (“harinas y premezclas”) (Gráfico 14).

Esta tendencia se mantuvo similar para la mayoría de las provincias, aunque en comparación con el total país, en Corrientes, Misiones, Salta y Tucumán se percibió menor disponibilidad (diferencia de 10 puntos porcentuales) en por lo menos 6 de las 12 categorías relevadas (Tabla 4.2).

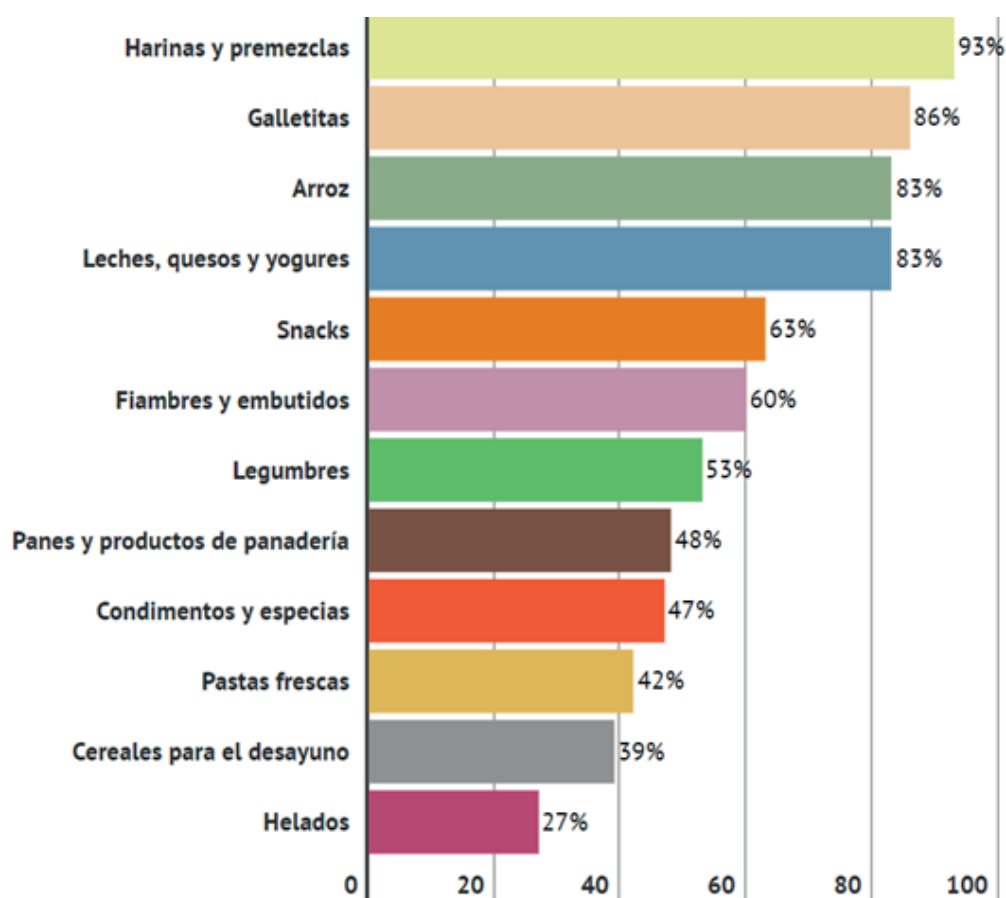


Gráfico 14. Categorías de alimentos que se encuentran habitualmente disponibles en comercios (%).  
Total país. (Pregunta de respuesta múltiple).

Al indagar respecto a la variedad que se observa en las categorías mencionadas como disponibles, 8 de cada 10 personas describieron a las categorías de “leches, quesos y yogures” y “arroz” como “variada o muy variada” y en tercer lugar, se posicionan las “galletitas”.

Por el contrario, las categorías en las cuales el 80% de las personas encuestadas identificó que no hay variedad o es poca fueron: “pastas frescas”, “fiambres y embutidos”, “snacks”, “condimentos/especias”, “helados”, “cereales para el desayuno” y “panes o productos de panadería”.

Por otra parte, se observó que la percepción de variedad para las categorías “harinas y premezclas” y “legumbres”, se encuentra dividida entre los/las encuestados/as (Gráfico 15).



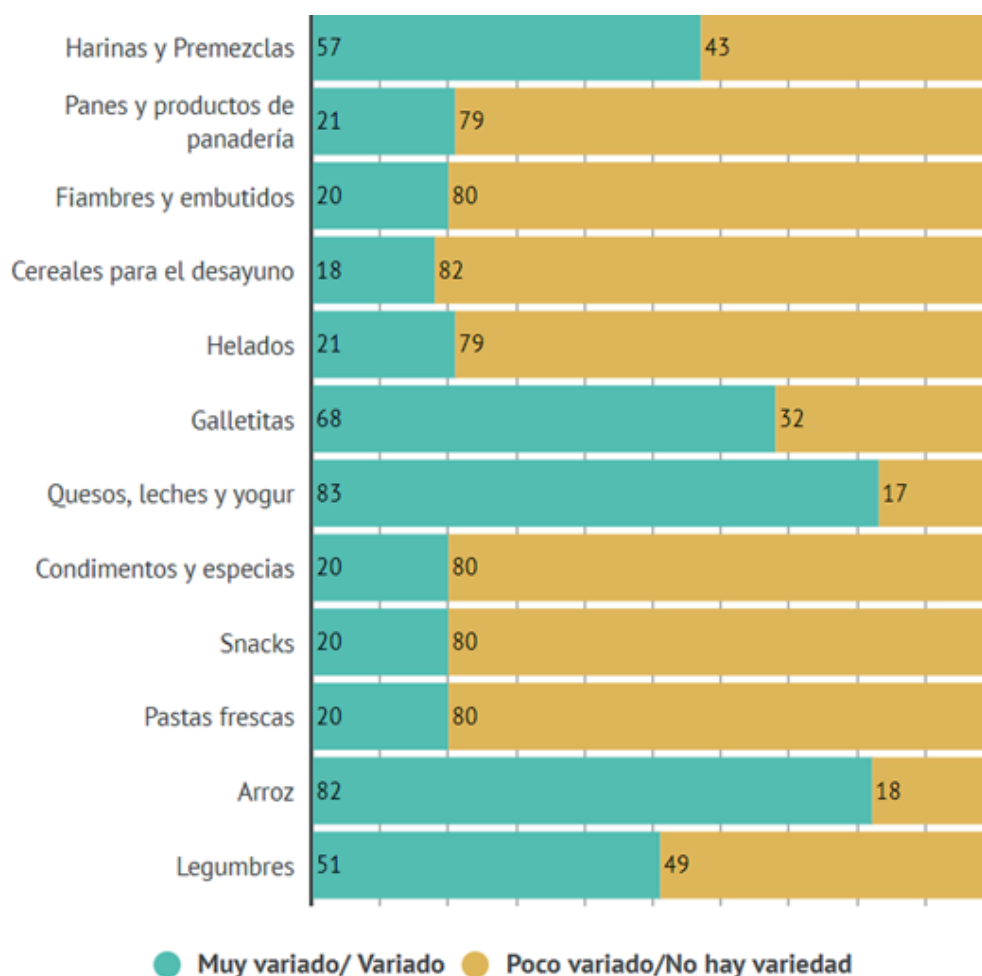


Gráfico 15. Percepción de variedad por categoría de producto.  
Valores expresados en porcentaje de frecuencia. Total país.

Respecto a la disponibilidad de ALG al momento de la compra, el 66% de encuestados/as coincidió en que hay menos alimentos disponibles que los registrados en el Listado. El nivel de coincidencia con esta afirmación fue superior en Misiones, Chubut y Chaco, donde se registraron cifras por encima del 80% (Tabla 4.3).

Asimismo, 7 de cada 10 personas encuestadas consideraron que hay alimentos que tienen logo identificatorio pero no figuran en el Listado, observándose una tendencia similar en todas las provincias (Tabla 4.4).

En cuanto a los lugares donde se adquieren ALG, el 83% manifestó que disponer de productos que se venden en cualquier supermercado o kiosco ayuda en su alimentación (Tabla 4.1).

Las dietéticas y supermercados fueron seleccionados como los principales lugares de compra de ALG (84% y 80% respectivamente); en tanto que, los lugares de venta exclusiva de este tipo de productos alcanzaron el 46%. Otros comercios fueron referidos con menor frecuencia: almacenes (23%), kioscos (19%), farmacias (17%) y distribuidoras (16%). La compra en panadería fue notablemente inferior (4%) (Gráfico 16).

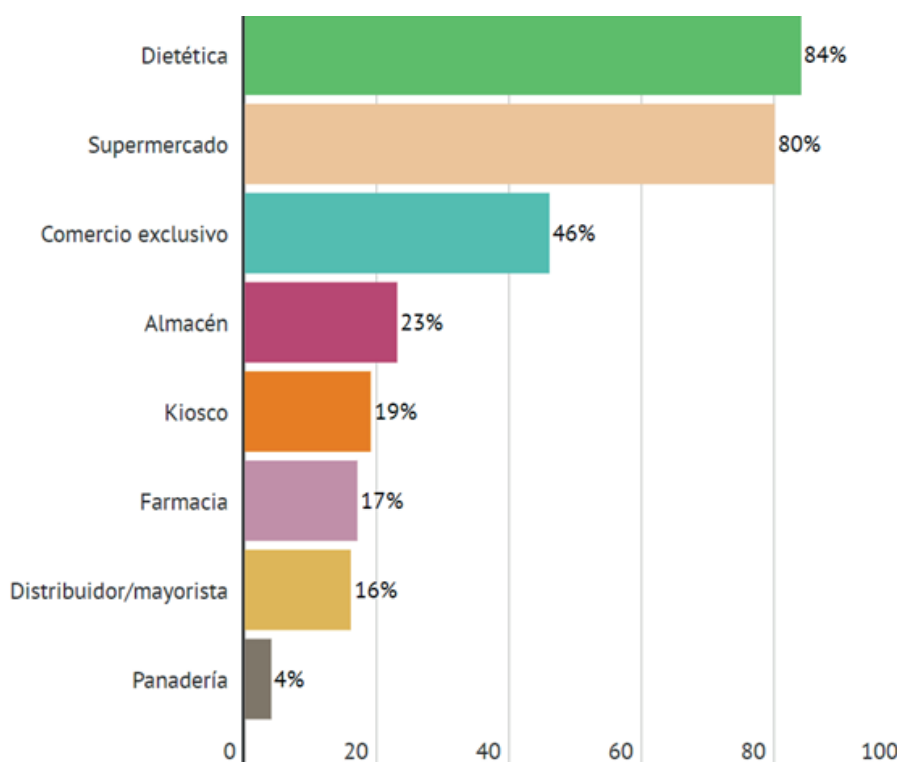


Gráfico 16. Comercios donde habitualmente adquiere los ALG.  
Total país. (Pregunta de respuesta múltiple).

La frecuencia registrada a nivel nacional que muestra a los supermercados y las dietéticas como principales lugares de compra se mantiene para las diferentes regiones. Sin embargo, en algunas provincias, como Mendoza y San Juan, se identificó una mayor frecuencia de compra en comercios exclusivos. También, se observó que en Misiones las farmacias se posicionan como el tercer lugar en el que se obtienen ALG (Tabla 4.5).

En cuanto a la necesidad de movilizarse para realizar la compra habitual de ALG, 8 de cada 10 encuestados/as indicó que no requiere trasladarse fuera de la ciudad. Sin embargo, esta situación cambia en las provincias de Corrientes, San Juan y Mendoza, donde cerca de un 40% manifestó que debe trasladarse fuera de la ciudad para adquirirlos (Gráfico 17).

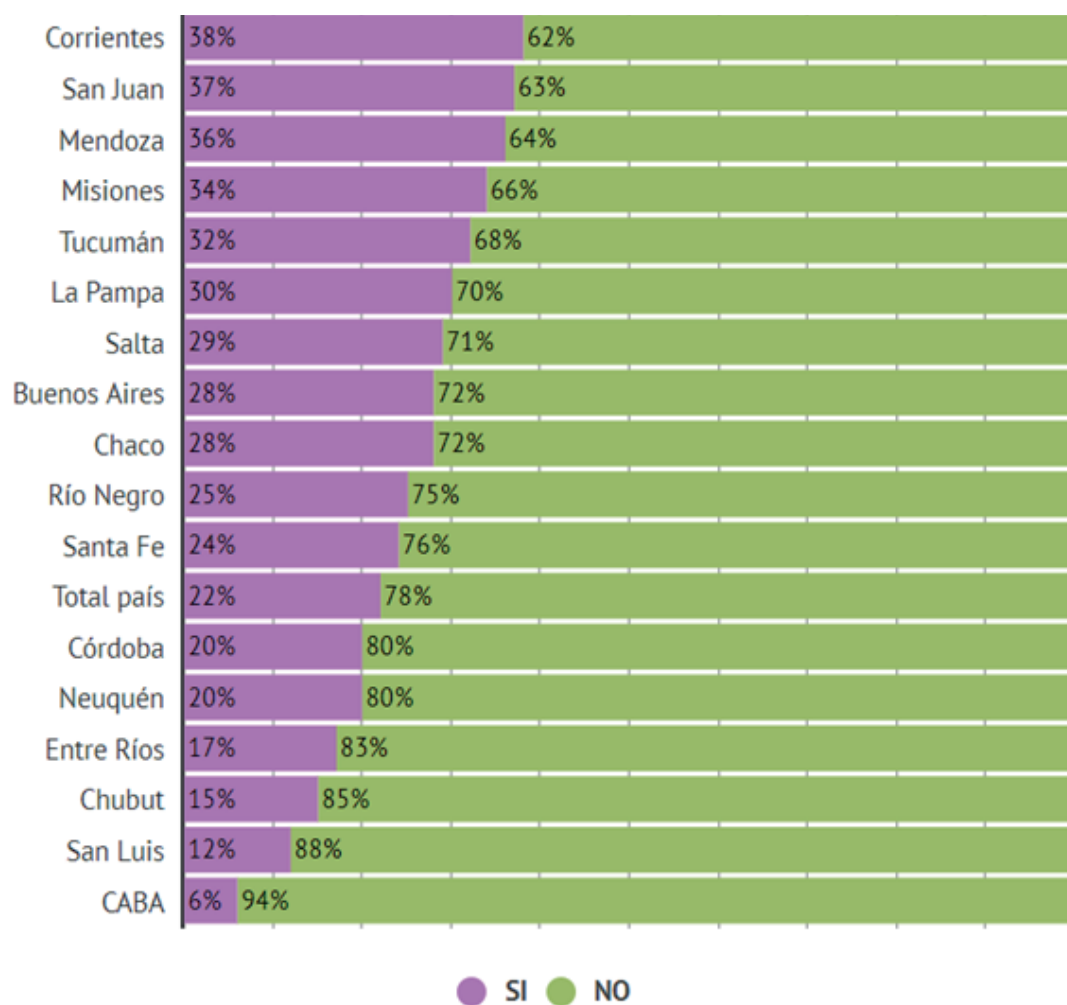


Gráfico 17. Necesidad de trasladarse fuera de la ciudad para la compra de ALG según provincia.  
Valores expresados en porcentaje de frecuencia.

## DISCUSIÓN

La cantidad y variedad de ALG que figuran en el Listado Integrado que publica ANMAT aumentó sustancialmente en el período 2011-2016, pasando de 1663 productos en mayo del 2011 a 8847 en julio del 2016. La encuesta permite observar que la población celíaca percibe este incremento; sin embargo, señalaron que al momento de la compra se encuentran menos ALG disponibles que los registrados en el Listado.

En todas las provincias del país, aunque con diferencias, se disponen de productos en las distintas categorías de alimentos relevadas. En relación a ciertos productos formulados específicamente para personas celíacas como “harinas y premezclas” y “galletitas”, se observó una alta disponibilidad en todas las regiones. Sin embargo, cabe mencionar que en los rubros de “pastas frescas”, “helados” y “cereales para el desayuno” refieren encontrar poca disponibilidad en góndola. Cabe considerar que las pastas frescas y helados suelen elaborarse y expendirse en los mismos comercios minoristas, por lo que no integran el Listado de ANMAT.

La baja disponibilidad de estas categorías podría atribuirse a los mayores costos de distribución de los productos refrigerados, contemplando además, que la escala de producción de estas industrias suele ser pequeña-mediana. Estos aspectos fueron señalados por elaboradores de ALG durante el panel “Cómo mejorar el precio y el acceso a los alimentos libres de gluten” desarrollado en la Expo Celíaca (julio 2018, CABA).

Al analizar la contribución de cada una de las categorías al total de productos registrados en el Listado Integrado de ANMAT al momento de la encuesta (julio 2016), no se observó una asociación entre la cantidad de productos registrados por categoría y la disponibilidad percibida. Por ejemplo, para “harinas y premezclas” se encontraban 230 productos registrados y se obtuvo una disponibilidad del 93%, mientras que para “helados” se encontraban registrados 189 productos y se obtuvo una disponibilidad del 27%.

Los datos recabados muestran que existe disponibilidad de ALG en una diversa gama de comercios, destacándose supermercados y dietéticas. Estos resultados son alentadores, teniendo en cuenta que estudios anteriores señalan que celíacos/os deseaban poder adquirir sus alimentos en estos comercios [16]. Otros lugares de compra como almace- nes y kioscos, que se encuentran al alcance de todos/as en cada uno de los barrios, muestran una frecuencia de compra menor (alrededor del 20%), lo cual podría deberse a una oferta más restringida de productos libres de gluten.

La Estrategia Federal para el Fortalecimiento de la Fiscalización, Control y Vigilancia e Información de los ALG, desarrollada en el marco del PFCA, ha contribuido al incremento de productos registrados en el Listado Integrado mediante la consolidación, publicación y difusión de los requisitos sanitarios para la autorización y vigilancia de establecimientos y productos [18, 20], como así también, de recomendaciones para la implementación de las medidas de prevención y control para evitar la contaminación durante la elaboración [21]. Asimismo, el desarrollo permanente de actividades de capacitación destinadas a todos los sectores de la cadena, se ha orientado a facilitar y acompañar la implementación de las BPM necesarias para la elaboración de ALG seguros.

Si bien la valoración respecto a la disponibilidad reflejó una mejoría, la encuesta permite visualizar que la variedad de ALG que se encuentra en la góndola aún resulta un desafío por resolver, dado que fue percibida como limitada en 7 de las 12 categorías relevadas.

Los datos señalan que un porcentaje elevado de los/las encuestados/as consideró que se comercializan alimentos que tienen logo identificador pero no figuran en el Listado.

En este sentido, las intervenciones implementadas por las ASJ en el marco del Plan Integral de Fiscalización de Establecimientos, Productos Alimenticios y Materiales en Contacto con Alimentos (PIF), orientadas al control y monitoreo de la información del rótulo de los ALG en bocas de expendio, se proponen como una herramienta clave para la detección de productos ilegítimos/falsificados.

## TABLAS

**Tabla 4.1.** Opiniones sobre disponibilidad de ALG. Total país.

Opinión acerca de las siguientes afirmaciones	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
Muchos productos tienen logo pero no figuran en el Listado Integrado	26,0%	41,9%	25,6%	4,8%	1,5%
Hay menos alimentos disponibles que los que los inscriptos en el Listado	32,8%	33,2%	26,2%	6,3%	1,7%
En la actualidad se pueden conseguir más productos que hace 5 años	68,5%	23,2%	7,1%	0,6%	0,4%
Me ayuda a mi alimentación disponer de productos en cualquier supermercado o kiosco	59,0%	23,6%	8,0%	6,5%	2,8%

**Tabla 4.2.** Disponibilidad de ALG por categoría. Total país y provincias. Pregunta de respuesta múltiple. (Se resalta en color aquellos valores que se encuentran 10 puntos porcentuales por debajo del % total país).

	<i>Encuentra habitualmente disponibilidad de:</i>					
	HARINAS Y PREMEZCLAS	GALLETITAS	ARROZ	LÁCTEOS	SNACKS	FIAMBRES Y EMBUTIDOS
<b>Ranking nacional (Total país)</b>	<b>1° (93%)</b>	<b>2° (86%)</b>	<b>3° (83%)</b>	<b>4° (83%)</b>	<b>5° (63%)</b>	<b>6° (60%)</b>
Buenos Aires	93,5%	85,9%	81,6%	81,8%	65,0%	62,5%
CABA	93,0%	86,2%	81,2%	82,6%	64,5%	65,4%
Córdoba	91,0%	81,3%	84,6%	81,3%	57,2%	51,2%
Entre Ríos	94,4%	79,8%	76,4%	84,3%	65,2%	47,2%
Santa Fe	94,5%	84,9%	83,6%	83,6%	69,9%	55,3%
Corrientes	83,3%	83,3%	86,7%	80,0%	50,0%	33,3%
Chaco	94,0%	84,0%	88,0%	80,0%	64,0%	62,0%
Misiones	83,3%	86,7%	90,0%	93,3%	36,7%	40,0%
Salta	82,9%	87,8%	78,0%	75,6%	41,5%	48,8%
Tucumán	96,6%	89,8%	91,5%	84,7%	44,1%	35,6%
Mendoza	92,6%	85,2%	88,5%	86,9%	46,7%	55,7%
San Juan	86,8%	86,8%	73,7%	78,9%	60,5%	63,2%
San Luis	91,7%	80,6%	94,4%	91,7%	61,1%	55,6%
Chubut	96,7%	91,7%	96,7%	93,3%	65,0%	66,7%
La Pampa	94,1%	94,1%	85,3%	85,3%	67,6%	70,6%
Neuquén	95,5%	85,1%	92,5%	88,1%	59,7%	55,2%
Río Negro	95,5%	90,9%	87,9%	80,3%	59,1%	53,0%

	<i>Encuentra habitualmente disponibilidad de:</i>					
	LEGUMBRES	PANES Y PRODUCTOS DE PANADERÍA	CONDIMENTOS Y ESPECIAS	PASTAS FRESCAS	CEREALES PARA EL DESAYUNO	HELADOS
<b>Ranking nacional (Total país)</b>	<b>7° (53%)</b>	<b>8° (48%)</b>	<b>9° (47%)</b>	<b>10° (42%)</b>	<b>11° (39%)</b>	<b>12° (27%)</b>
Buenos Aires	54,2%	46,7%	50,0%	43,4%	40,2%	28,5%
CABA	50,7%	54,5%	50,1%	43,0%	37,5%	32,8%
Córdoba	48,5%	52,8%	36,1%	49,2%	33,4%	15,1%
Entre Ríos	55,1%	40,4%	52,8%	33,7%	39,3%	22,5%
Santa Fe	58,9%	55,3%	52,1%	50,7%	44,3%	32,9%
Corrientes	46,7%	26,7%	16,7%	33,3%	13,3%	3,3%
Chaco	56,0%	50,0%	42,0%	48,0%	46,0%	32,0%
Misiones	43,3%	16,7%	30,0%	23,3%	36,7%	20,0%
Salta	41,5%	46,3%	29,3%	22,0%	26,8%	7,3%
Tucumán	61,0%	33,9%	30,5%	27,1%	25,4%	11,9%
Mendoza	59,8%	62,3%	47,5%	54,1%	33,6%	22,1%
San Juan	44,7%	73,7%	50,0%	63,2%	47,4%	23,7%
San Luis	52,8%	58,3%	41,7%	52,8%	36,1%	22,2%
Chubut	58,3%	33,3%	38,3%	11,7%	40,0%	21,7%
La Pampa	64,7%	52,9%	52,9%	52,9%	41,2%	35,3%
Neuquén	56,7%	32,8%	26,9%	17,9%	40,3%	22,4%
Río Negro	62,1%	25,8%	40,9%	16,7%	30,3%	16,7%



**Tabla 4.3.** Grado de acuerdo acerca de la cantidad de alimentos disponibles respecto a los inscriptos en el Listado. Total país y provincias.

Provincia de residencia	"Hay menos alimentos disponibles que los inscriptos en el Listado"		
	Totalmente de acuerdo / De acuerdo	Ni de acuerdo ni desacuerdo	En desacuerdo / Totalmente en desacuerdo
Chubut	85,2%	11,1%	3,7%
Misiones	83,3%	10,0%	6,7%
Chaco	80,5%	17,1%	2,4%
Neuquén	75,8%	19,4%	4,8%
Salta	75,0%	19,4%	5,6%
San Luis	74,2%	22,6%	3,2%
Corrientes	73,9%	13,0%	13,0%
Mendoza	72,5%	22,0%	5,5%
La Pampa	72,4%	27,6%	0,0%
Río Negro	70,0%	23,3%	6,7%
Santa Cruz	69,6%	21,7%	8,7%
Santa Fe	68,2%	27,7%	4,1%
Tierra del Fuego	68,2%	27,3%	4,5%
Córdoba	66,8%	24,9%	8,3%
San Juan	66,7%	33,3%	0,0%
<b>TOTAL PAÍS</b>	<b>66,0%</b>	<b>26,2%</b>	<b>7,7%</b>
Buenos Aires	66,0%	25,3%	8,7%
Entre Ríos	65,3%	27,8%	6,9%
Tucumán	64,7%	25,5%	9,8%
CABA	57,6%	33,8%	8,6%

**Tabla 4.4.** Grado de acuerdo respecto a que muchos productos tienen logo pero no se encuentran en el Listado. Total país y provincias.

Provincia de residencia	"Muchos productos tienen logo pero no figuran en el Listado"		
	Totalmente de acuerdo / De acuerdo	Ni de acuerdo ni desacuerdo	En desacuerdo / Totalmente en desacuerdo
La Pampa	83%	13%	3%
Tierra del Fuego	81%	14%	5%
Chaco	72%	21%	8%
Córdoba	71%	24%	4%
Neuquén	70%	23%	7%
Chubut	70%	26%	4%
Corrientes	69%	23%	8%
San Juan	69%	21%	10%
Mendoza	69%	27%	4%
Buenos Aires	68%	25%	7%
<b>TOTAL PAÍS</b>	<b>68%</b>	<b>26%</b>	<b>6%</b>
Santa Fé	67%	28%	5%
Misiones	67%	26%	7%
CABA	67%	28%	6%
Salta	66%	28%	6%
Río Negro	65%	28%	7%
Santa Cruz	63%	25%	13%
Tucumán	62%	33%	6%
Entre Ríos	61%	36%	3%
San Luis	60%	33%	7%



**Tabla 4.5.** Comercios donde habitualmente adquiere los ALG. Total país y provincias. Pregunta de respuesta múltiple.

Se resalta en verde el lugar de compra elegido con mayor frecuencia, en lila aquel que ocupa el segundo lugar y en rosado el comercio que aparece en tercera posición.

	Adquiere habitualmente los ALG en:							
	DIETÉTICA	SUPERMERCADO	COMERCIOS EXCLUSIVOS	ALMACÉN	KIOSCO	FARMACIA	DISTRIBUIDOR/MAYORISTA	PANADERÍA
Ranking nacional (Total país)	1° (84%)	2° (80%)	3° (46%)	4° (23%)	5° (19%)	6° (17%)	7° (16%)	8° (4%)
Buenos Aires	69,6%	59,3%	35,5%	20,0%	15,4%	9,3%	14,3%	3,5%
CABA	75,2%	68,5%	40,8%	15,8%	18,8%	24,5%	11,9%	2,4%
Entre Ríos	60,0%	58,3%	31,7%	15,0%	11,7%	10,8%	15,8%	1,7%
Santa Fé	63,7%	60,1%	44,1%	23,1%	12,8%	5,3%	5,3%	2,1%
Córdoba	62,1%	58,4%	30,2%	17,8%	11,9%	13,6%	12,6%	5,2%
Salta	60,4%	79,2%	25,0%	18,8%	12,5%	20,8%	10,4%	12,5%
Tucumán	62,5%	70,8%	29,2%	23,6%	15,3%	2,8%	12,5%	0,0%
Chubut	57,1%	80,0%	32,9%	24,3%	14,3%	10,0%	8,6%	1,4%
La Pampa	74,4%	79,5%	23,1%	12,8%	12,8%	2,6%	12,8%	2,6%
Neuquén	58,6%	64,4%	25,3%	11,5%	13,8%	10,3%	13,8%	12,6%
Río Negro	51,7%	71,3%	26,4%	13,8%	13,8%	10,3%	12,6%	1,1%
Santa Cruz	41,7%	69,4%	13,9%	5,6%	5,6%	5,6%	8,3%	5,6%
Tierra del Fuego	53,1%	78,1%	15,6%	6,3%	9,4%	0,0%	15,6%	0,0%
Corrientes	32,6%	58,7%	37,0%	8,7%	2,2%	8,7%	6,5%	0,0%
Chaco	37,7%	65,2%	42,0%	8,7%	5,8%	17,4%	4,3%	0,0%
Misiones	46,3%	70,7%	19,5%	9,8%	7,3%	22,0%	4,9%	2,4%
Mendoza	34,4%	68,8%	48,8%	9,4%	8,8%	13,1%	15,0%	3,8%
San Juan	22,6%	49,1%	52,8%	18,9%	9,4%	9,4%	11,3%	1,9%
San Luis	48,0%	64,0%	32,0%	14,0%	12,0%	18,0%	6,0%	0,0%

## **CAPÍTULO 5**

# **MENÚ LIBRE DE GLUTEN EN DIFERENTES ÁMBITOS**

### **INTRODUCCIÓN**

“Comer afuera” se percibe como uno de los aspectos de la calidad de vida que resulta más afectado por la alimentación libre de gluten, incluso varios años después del diagnóstico de celiacía [22].

En relación a las dificultades que se encuentran para mantener una alimentación libre de gluten, un estudio desarrollado en Canadá mostró que dentro de los principales obstáculos aparece la oferta limitada de opciones LG en restaurantes y buffet de escuelas y entornos laborales [13].

Un relevamiento realizado en locales gastronómicos de la ciudad de Santa Fe (Jacobi, Rigoni, Tolosa Muller y D’Alessandro, 2017) reflejó que el 90% (72/80) de los/las encuestados/as no contaba con un plato LG en su carta [23].

El objetivo de esta sección es conocer cuáles son los ámbitos donde habitualmente las personas celíacas consumen opciones de menús libres de gluten y los motivos vinculados al consumo o no consumo en esos espacios.

### **ASPECTOS METODOLÓGICOS**

Se realizó un sondeo sobre los ámbitos en los que habitualmente se consumen ALG, incluyendo aquellos relacionados con la vida social y cotidiana (estudio/trabajo) y los motivos asociados al no consumo de menú en los distintos tipos de establecimientos. Si bien, inicialmente la pregunta de cuáles eran los motivos, estaba orientada únicamente a quienes no consumen fuera del hogar, se recibieron también algunas respuestas de quienes sí lo hacen, por lo que se incluyeron en el análisis.

Mediante afirmaciones se evaluó el grado de acuerdo respecto a la preocupación que representa comer fuera del hogar.

### **RESULTADOS**

7 de cada 10 personas consideró una preocupación comer fuera de su casa, mientras que solo el 14% manifestó que ya no representa una preocupación (Tabla 5.1).

La mitad de los/las encuestados/as (2189/4115) señaló que no consume habitualmente ALG en bares, restaurantes y/o locales de comida rápida, situación que se mantuvo similar en las diversas provincias. Cabe mencionar que en San Luis, Chubut y Río Negro esta proporción superó el 70% (Tabla 5.2). Los principales motivos asociados fueron la

escasez de una opción libre de gluten (47%), seguido por la desconfianza que genera la seguridad del producto ofrecido (36%) y en tercer lugar, aunque distante, el precio (12%) (Gráfico 18).



Gráfico 18. Motivos asociados a la falta de consumo de ALG en restaurantes, bares y locales de comida rápida. Total país (n total de respuestas = 1275).

Por otro lado, quienes sí consumen en este tipo de establecimiento y además expresaron una opinión sobre el menú (n= 289), señalaron lo siguiente:

- ▶ resulta costoso (39%)
- ▶ falta de oferta (26%)
- ▶ desconfianza respecto a la inocuidad del plato ofrecido (25%)
- ▶ no le gustan las opciones (10%)

Respecto a rotiserías, locales de comida para llevar y/o delivery, se observó una proporción mayor de encuestados/as que no consumen ALG (77%, 3167/4115) en comparación con restaurantes/bares/locales de comida rápida. Los motivos argumentados fueron semejantes a los expresados para dichos establecimientos. Cabe mencionar que las provincias de Río Negro, Neuquén y Entre Ríos presentaron valores de 10 puntos porcentuales por encima del total país (Tabla 5.3).

Por otra parte, el 88% (1592/1800) de los/las encuestados/as que asisten a establecimientos escolares/universitarios manifestaron que no consumen menú LG en los comedores, observándose un porcentaje similar (77%) para el buffet/kiosco de dichos establecimientos.

En las provincias analizadas se percibió una situación semejante (Tabla 5.4 y 5.5). La principal barrera mencionada fue la falta de oferta (62%), seguida, aunque con notable diferencia, por la desconfianza respecto a la seguridad de los ALG (21%). La ausencia de opciones que resulten de su agrado (13%) aparece como tercer motivo; mientras que, en último lugar, se ubica el precio del menú (4%) (Gráfico 19)

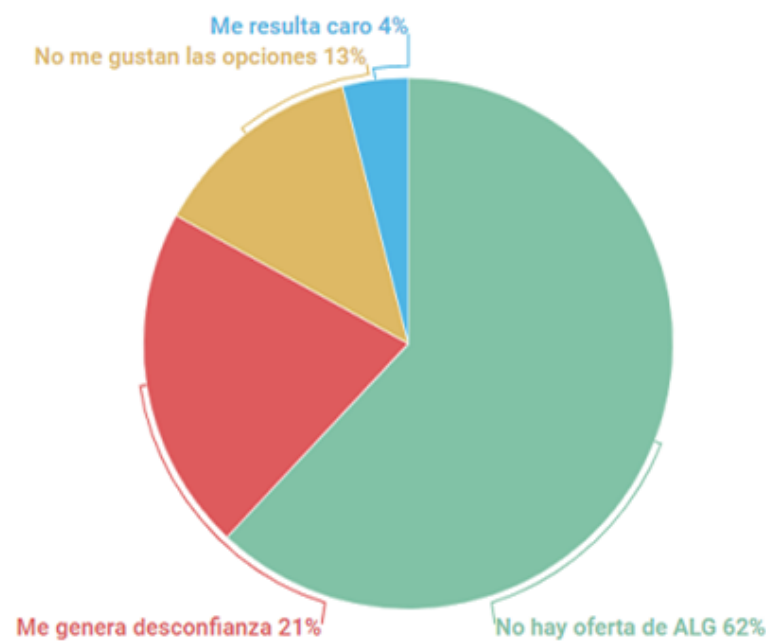


Gráfico 19. Motivos asociados a la falta de consumo de ALG en comedores escolares y universitarios. Total país. (n total de respuestas = 1537).

En lo que respecta a entornos laborales, el 82% (1490/1828) de los/las encuestados/as que asisten no consumen menú LG en sus comedores, observándose una situación similar en las provincias analizadas (Tabla 5.6). Las causas manifestadas presentaron un patrón similar al observado para comedores escolares/universitarios (Tabla 3).

Motivos asociados a la falta de consumo de ALG en comedores laborales				
	No hay oferta de ALG	Me genera desconfianza	No me gustan las opciones	Me resulta caro
Ranking	1	2	3	4
%	60,0 %	24,3 %	12,6%	3,1%

Tabla 3. Motivos asociados a la falta de consumo de ALG en comedores laborales. Total país. (n total de respuestas: 1391).

En este caso, quienes sí consumen en comedores laborales y además manifestaron una opinión sobre el menú (n= 51), expresaron:

- ▶ desconfianza respecto a la inocuidad del plato ofrecido (35%)
- ▶ falta de oferta (25%)
- ▶ no le gustan las opciones (22%)
- ▶ resulta costoso (18%)

## DISCUSIÓN

La disponibilidad de una alternativa de menú libre de gluten en los diferentes entornos requiere especial atención dado que el 70% de las personas que participaron de la encuesta manifestaron que aún hoy en día continúa siendo una preocupación comer fuera de casa.

Las causas manifestadas con mayor frecuencia, tanto en establecimientos gastronómicos como en servicios institucionales, fueron la falta de oferta de un menú LG y la desconfianza respecto a la seguridad de los ALG ofrecidos, agrupando en conjunto el 80% de las menciones para todos los ámbitos relevados.

La implementación de programas de control que contribuyan a garantizar la oferta segura de menú LG en los diversos espacios, y especialmente en aquellos en los que las personas celíacas no cuentan con la posibilidad de elegir los alimentos que allí consumen, representa hoy un desafío para el Sistema Nacional de Control de Alimentos.

## TABLAS

**Tabla 5.1.** Grado de acuerdo respecto a la preocupación que significa consumir ALG fuera del hogar.

Opinión acerca de la siguiente afirmación	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
Comer fuera de casa ya no es una preocupación para mi	5,3%	8,6%	15,6%	37,1%	33,5%

**Tabla 5.2.** Porcentaje de encuestados/as por provincia que habitualmente consume ALG en restaurantes, bares y locales de comida rápida.

Provincia	Menú LG en restaurantes, bares y locales de comida rápida	
	% encuestados que habitualmente consume ALG	% encuestados que habitualmente no consume ALG
San Luis	24%	76%
Chubut	28%	72%
Río Negro	30%	70%
Entre Ríos	31%	69%
Chaco	36%	64%
Neuquén	38%	62%
Córdoba	39%	61%
Mendoza	39%	61%
Tucumán	45%	55%
<b>TOTAL PAÍS</b>	<b>47%</b>	<b>53%</b>
Salta	47%	53%
Buenos Aires	49%	51%
San Juan	50%	50%
Santa Fé	51%	49%
CABA	54%	46%

**Tabla 5.3.** Porcentaje de encuestados/as por provincia que habitualmente consume ALG en rotiserías, locales de comida para llevar y delivery.

Provincia	Menú LG en rotiserías/local de comida para llevar /delivery	
	% encuestados que habitualmente consume ALG	% encuestados que habitualmente <u>no</u> consume ALG
Río Negro	12%	88%
Entre Ríos	13%	87%
Neuquén	13%	87%
Chubut	17%	83%
San Juan	21%	79%
Buenos Aires	21%	79%
Córdoba	22%	78%
Salta	22%	78%
Santa Fé	22%	78%
Tucumán	23%	77%
<b>TOTAL PAÍS</b>	<b>23%</b>	<b>77%</b>
San Luis	24%	76%
Chaco	26%	74%
CABA	30%	70%
Mendoza	35%	65%



**Tabla 5.4.** Porcentaje de encuestados/as por provincia que habitualmente consume ALG en comedores escolares/universitarios.

Provincia	Menú LG en comedor escolar/ universitario	
	% encuestados que habitualmente consume ALG	% encuestados que habitualmente no consume ALG
Mendoza	4%	96%
Entre Ríos	11%	89%
<b>TOTAL PAÍS</b>	<b>12%</b>	<b>88%</b>
CABA	12%	88%
Buenos Aires	12%	88%
Santa Fé	14%	86%
Córdoba	15%	85%

**Tabla 5.5.** Porcentaje de encuestados/as por provincia que habitualmente consume ALG en buffet o kioscos escolares/universitarios.

Provincia	Menú LG en buffet/kiosco escolar/universitario	
	% encuestados que habitualmente consume ALG	% encuestados que habitualmente no consume ALG
Entre Ríos	12%	88%
Mendoza	14%	86%
Córdoba	16%	84%
Neuquén	17%	83%
Tucumán	21%	79%
<b>TOTAL PAÍS</b>	<b>23%</b>	<b>77%</b>
Santa Fé	24%	76%
CABA	24%	76%
Buenos Aires	25%	75%

**Tabla 5.6.** Porcentaje de encuestados/as por provincia que habitualmente consume ALG en comedores laborales.

Provincia	Menú LG en comedor laboral	
	% encuestados que habitualmente consume ALG	% encuestados que habitualmente no consume ALG
Entre Ríos	9%	91%
Tucumán	12%	88%
Córdoba	15%	85%
Santa Fé	15%	85%
Mendoza	15%	85%
<b>TOTAL PAÍS</b>	<b>18%</b>	<b>82%</b>
Buenos Aires	19%	81%
CABA	25%	75%

## **CAPÍTULO 6**

# **HÁBITOS Y PRÁCTICAS DE CONSUMO DE ALG EN EL HOGAR**

### **INTRODUCCIÓN**

Las personas celíacas no están ajenas a los cambios alimentarios actuales, donde predomina el consumo de alimentos ultraprocesados con mayor contenido de azúcares y grasas saturadas, en detrimento de aquellos con mayor aporte de nutrientes [24].

A pesar de que en muchas ocasiones se asocia la alimentación sin TACC con una opción más saludable, algunos autores [25, 26] sostienen que los alimentos libres de gluten aportan mayor contenido de grasas e hidratos de carbono. En este sentido, mantener una alimentación sin TACC y al mismo tiempo saludable resulta fundamental para prevenir el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles y el consecuente deterioro de la calidad de vida que esto conlleva [27].

En cuanto a las fuentes de información consultadas, según la investigación realizada por Casellas [14], la referencia más importante es el médico especialista que realiza el seguimiento, seguido de forma cercana por las agrupaciones de celíacos/as, mientras que internet resultó el menos consultado.

El objetivo de esta sección consiste en conocer las principales fuentes de consulta de donde la población obtiene información acerca de los ALG, cuáles son las prácticas de manipulación y los hábitos y patrones de consumo de ALG dentro del hogar.

### **ASPECTOS METODOLÓGICOS**

Se evaluó la frecuencia de consumo de determinadas categorías de alimentos, teniendo en cuenta las recomendaciones establecidas en las Guías Alimentarias para la Población Argentina [29].

Se relevó la frecuencia de consulta de diversas fuentes de información sobre ALG, incluyendo: asociaciones de celíacos/as, referentes de salud, medios de comunicación, sitios oficiales e internet.

Se indagó sobre la frecuencia de implementación de determinadas prácticas de preparación y manipulación de ALG que contribuyen a prevenir la contaminación cruzada en el hogar.



RESULTADOS

1) PATRONES DE CONSUMO DE ALIMENTOS

A partir del diagnóstico de celiarquía, los/las encuestados/as manifestaron que la adopción de una alimentación libre de gluten fue acompañada por la incorporación de más frutas y verduras en el 44% de los casos, seguida por un mayor consumo de agua (25%) y más variedad de carnes (21%) y productos integrales y semillas (21%) (Gráfico 20).

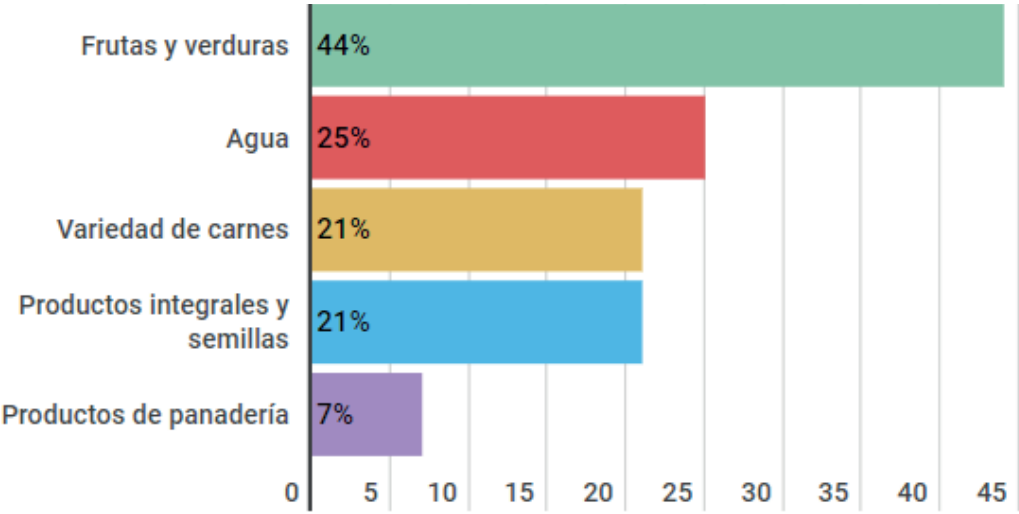


Gráfico 20. Ranking de principales cambios realizados en la alimentación luego del diagnóstico. Total país. (Pregunta de respuesta múltiple).

Al indagar acerca de los patrones de consumo, se observó que las categorías de alimentos consumidas en forma diaria en 1 o 2 ocasiones fueron leche, yogur y queso (70%), frutas (55%) y verduras (48%). Por su parte, el 61% de los/las celíacos/as encuestados/as manifestaron consumir cereales (pastas, arroz, polenta, papa, batata, choclo y mandioca) de 2 a 6 veces por semana.

En cuanto al consumo de carnes, la carne vacuna y pollo fueron las opciones más elegidas (43% y 45% respectivamente) con una frecuencia de 2 a 3 veces por semana. Sin embargo, el consumo también resultó elevado para la frecuencia de 4 a 6 veces por semana y 1 o 2 veces todos los días, tanto para carne vacuna como para pollo (36% y 21% respectivamente).

Por su parte, el 86% de los casos manifestó consumir carne de cerdo con una frecuencia menor a 1 vez por semana, y este porcentaje se eleva al 93% para el consumo de pescado.

El 38% de los casos consumió bebidas azucaradas (gaseosas, aguas saborizadas, jugos para diluir o polvos para preparar jugos) en forma diaria, mientras que el 39% de los casos eligió los productos de panadería (facturas, tortas, budines, bizcochos, alfajores, helados) con una frecuencia mayor a 1 vez por semana (Tabla 6.1).

## 2) FUENTES DE INFORMACIÓN

Los sitios oficiales en internet (ANMAT/Ministerio de Salud) y agrupaciones de celíacos/as son las principales fuentes de información consultadas de forma habitual (59% y 58% respectivamente), seguidas por diversos sitios de internet (Google, Wikipedia, entre otros) y redes sociales (50%).

Con menor frecuencia, los/las encuestados/as manifestaron consultar al médico de cabecera/gastroenterólogo (28%), medios de comunicación (24%) y nutricionistas (14%) (Gráfico 21).

Al analizar las fuentes de información consultadas en relación al tiempo transcurrido desde el diagnóstico, no se observaron diferencias (Tabla 6.2).

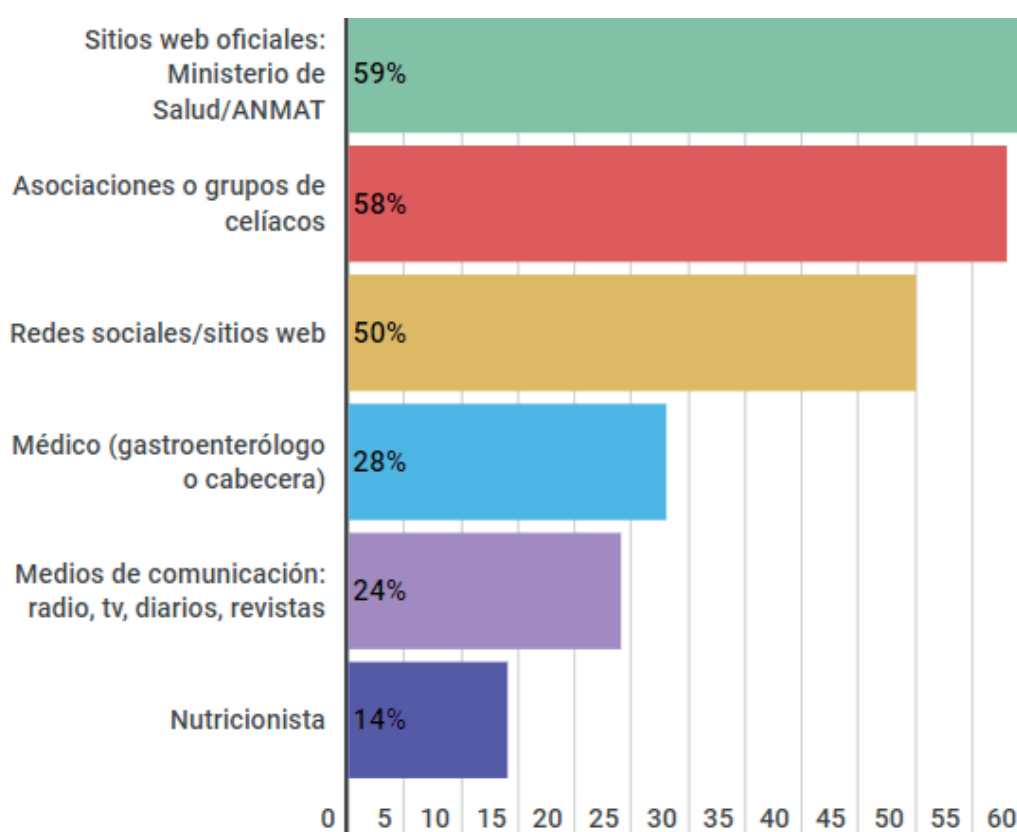


Gráfico 21. Ranking de fuentes de información sobre ALG consultadas habitualmente. Total país. (Pregunta de respuesta múltiple).

### 3) PRÁCTICAS DE MANIPULACIÓN DE ALG EN EL HOGAR

Respecto a las prácticas que siempre se implementan durante la manipulación de ALG en el hogar, se observó que alrededor del 80% de los/las encuestados/as reportó lavarse las manos y limpiar la mesada previo a la elaboración.

En segundo lugar, se posicionaron el hábito de preparar/cocinar los ALG antes que los alimentos convencionales y almacenarlos identificados y en recipientes cerrados (67 % y 61% respectivamente).

Con menor frecuencia, se mencionaron la utilización de utensilios exclusivos (60%) y calentarlos/cocinarlos cubiertos o tapados (44%) (Gráfico 22).

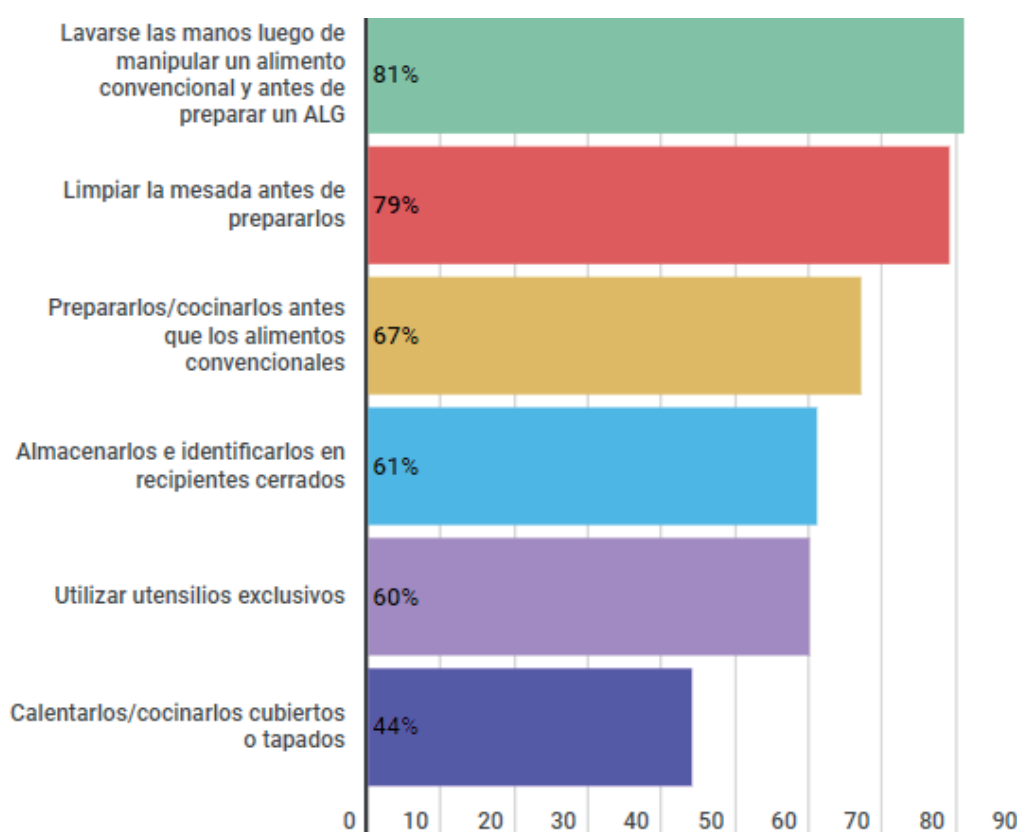


Gráfico 22. Prácticas que siempre se realizan durante la manipulación de ALG en el hogar. Total país. (Pregunta de respuesta múltiple).

## DISCUSIÓN

En cuanto al **patrón de consumo**, si bien no se indagó acerca de las cantidades consumidas en cada ocasión para cada grupo de alimentos, los resultados obtenidos nos permiten observar que apenas el 50% de los/las celíacos/as que respondieron a esta pregunta consumen frutas y verduras en forma diaria. Este porcentaje se encuentra muy por debajo de la recomendada por la OMS [28] (5 porciones diarias de frutas y/o verduras) y presenta un comportamiento similar al hallado en la Tercer Encuesta Nacional de Factores de Riesgo [27].

Por su parte, las carnes rojas y el pollo son las más elegidas por las personas encuestadas, incluso con una frecuencia mayor a la recomendada (2 o 3 veces por semana); en tanto que la carne de cerdo y pescado son muy poco consumidas. Esta situación refleja la monotonía y poca diversificación de carnes en la alimentación, en contraposición a las recomendaciones para una alimentación saludable que establecen las Guías Alimentarias para la Población Argentina [29].

El consumo de bebidas azucaradas en forma diaria muestra que su elección no es de manera ocasional sino que son elegidas como una fuente habitual de hidratación. Una situación similar se observa en diversos estudios realizados a niños/as, adolescentes y adultos/as a nivel nacional [30, 31].

Respecto a las **fuentes de información**, si bien los sitios oficiales se encuentran entre los más consultados, resulta importante señalar el lugar que ocupan los diversos sitios de internet.

La difusión de mensajes claros y recomendaciones confiables sobre la correcta selección y manipulación de ALG representa una responsabilidad compartida entre todos los actores vinculados a la temática (asociaciones, medios de comunicación, etc.).

En cuanto a la **manipulación de ALG en el hogar**, a nivel general se observó que todas las prácticas relevadas presentaron una elevada frecuencia de implementación, destacándose aquellas que resultan hábitos generales de higiene, tales como lavado de manos y limpieza de mesadas.

En este sentido, desde la coordinación de RENAPRA se vienen implementando desde hace varios años diversas actividades de sensibilización en las que se abordan mensajes claves para la manipulación segura, incluyendo las prácticas en el hogar.

## TABLAS

**Tabla 6.1.** Frecuencia de consumo (%) por categorías de alimentos.

Categoría	Frecuencia (%)							
	Todos los días		4 a 6 veces/semana	2 a 3 veces/semana	1 vez/semana	Quincenal	Mensual	Rara vez/nunca
	1 vez	2 veces						
Pastas, arroz, polenta, papa, batata, choclo y mandioca	5,7	15,4	23,8	37,1	14,3	1,9	0,7	1,1
Carne vacuna	3,7	11,5	20,9	42,6	14,3	1,9	0,7	4,4
Pollo	1,5	4,6	14,7	44,7	25	3,7	1	4,8
Cerdo	0,3	1	2	10,4	27	18,3	8,7	32,3
Pescado	0,4	0,4	1,1	5,6	24,1	18,2	15,6	34,6
Frutas	29,2	25,5	13,7	15,4	6,7	2,1	1,3	6
Verduras (no contempla papa, batata, choclo y mandioca)	23,5	24,3	18,9	19,7	7,1	1,4	0,9	4,1
Leche, yogur y queso	38,3	31,3	10,1	10,5	4,7	0,4	0,5	4,2
Bebidas: gaseosas, aguas saborizadas, jugos para diluir o polvo para preparar jugos	24,6	13,1	6,8	12,4	13,3	3,2	1,8	24,8
Productos de panadería: facturas, tortas, budines, bizcochos, alfajores, helados	5,2	7,8	8,7	17,2	22,4	9,2	7,8	21,8

**Tabla 6.2.** Fuentes de información consultadas según años transcurridos desde el diagnóstico. Pregunta de respuesta múltiple.

Fuentes de información que consulta siempre/habitualmente	% de encuestados con menos de 5 años de diagnóstico	% de encuestados entre 5 y 9 años de diagnóstico	% de encuestados con más de 10 años de diagnóstico
Sitios Oficiales de Internet (ANMAT/Ministerio de Salud)	62%	57%	54%
Asociaciones o grupos de celíacos	59%	57%	56%
Sitios de Internet (wikipedia, google) Redes sociales	62%	47%	41%
Médico (gastroenterólogo, de cabecera u otro)	31%	23%	23%
Medios de comunicación (diarios, revistas, radio, televisión)	23%	23%	26%
Nutricionista	17%	12%	9%

## CONCLUSIONES FINALES

Los resultados hallados en esta encuesta nos permiten conocer con mayor profundidad los aspectos que facilitan y/o obstaculizan la adopción y mantenimiento de una alimentación libre de gluten por parte de la comunidad celíaca argentina.

La encuesta fue respondida por 5.758 personas celíacas de todo el país, observándose una amplia participación de mujeres (82%) y un rango de edad entre los 20 y 49 años (59%). Al momento de realizar la encuesta, el 45% de encuestadas/os refirieron haber recibido el diagnóstico de celiaquía hacía menos de 5 años.

El 80% de encuestadas/os adhiere adecuadamente a la alimentación libre de gluten. Este porcentaje se eleva al 90% en los/as adolescentes de 10 a 19 años. Entre quienes no adhieren, el 58% manifiesta no hacerlo por olvido o falta de cuidado (incumplimiento no intencional) y un 70% refiere que le resulta difícil o muy difícil seguir esta alimentación libre de gluten debido a factores económicos, disponibilidad de ALG y cuestiones relacionadas al tiempo/organización.

Un elevado porcentaje de la comunidad celíaca (90%) percibe un aumento en la disponibilidad de ALG respecto al año 2011. No obstante, la variedad de opciones encontradas en la góndola se percibe como limitada en 7 de las 12 categorías relevadas.

El logo oficial en el rótulo del alimento y su presencia en el Listado Integrado de ANMAT son mencionadas por el 90% los/as encuestados/as como las herramientas que brindan seguridad respecto a los ALG. Sin embargo, al momento de realizar las compras, el 80% se guía por la presencia del logo oficial y tan solo un 28% chequea el Listado para corroborar que se encuentre inscripto como Libre de Gluten.

En este punto, cabe destacar que el 26% menciona que no le resulta cómodo el uso del Listado y, además, un 66% refiere que hay menos alimentos disponibles que los allí registrados.

Otro dato importante es que 7 de cada 10 celíacos/as considera que hay alimentos que tienen el logo oficial pero no figuran en el Listado que publica la ANMAT.

Un dato a destacar es la elevada proporción de encuestadas/os que refieren utilizar otras herramientas que no resultan recomendables para la selección de ALG seguros, tales como: leyendas no permitidas (Nao contem gluten, Sin gluten, Apto celíaco), otros logos identificatorios, lista de ingredientes, información nutricional, recomendaciones de otros/as celíacos/as, experiencia propia, etc.

En relación a la oferta de opciones de menú libre de gluten en diferentes entornos de la vida social, el 70% de los/as celíacos/as encuestados/as manifiesta que actualmente continúa siendo una preocupación comer fuera de casa.

La proporción de personas que no consumen menú libre de gluten es mayor en los establecimientos institucionales (comedores de escuelas, universidades, labores y sus buffets/kioscos) que en servicios gastronómicos (bares, restaurantes, locales de comida rápida, rotiserías, etc). En todos ellos, el principal motivo se debe a la falta de opciones libres de gluten y la desconfianza que genera la seguridad del menú ofrecido.

Por su parte, se observa que la comunidad celíaca encuestada presenta un patrón de consumo de alimentos similar al de la población general argentina, caracterizada por el bajo consumo de frutas y verduras, escasa diversificación en el consumo de carnes y elevado consumo de bebidas azucaradas.

También, se observa una elevada implementación de prácticas de manipulación en el hogar que impiden la contaminación de los ALG.

Los resultados aquí presentados ponen de manifiesto los importantes avances logrados en los últimos años en cuanto a la cantidad de ALG disponibles.

Al mismo tiempo, señalan la necesidad de continuar fortaleciendo las acciones de vigilancia de los ALG que se comercializan en nuestro país, generar canales de consulta que resulten más ágiles para la selección de alimentos seguros por parte de los/as consumidores/as y propiciar líneas de trabajo orientadas a promover la oferta de menú libre de gluten, de manera de contribuir a la integración de la población celíaca en los distintos ámbitos de la vida social y facilitar su adhesión a una alimentación segura.

## BIBLIOGRAFÍA

1. **Ministerio de Salud de la Nación.** *Documento de consenso de Enfermedad Celíaca* [Internet]. Buenos Aires, 2017 [Consultado febrero 2019]. [www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000001142cnt-documento\\_de\\_consenso\\_2017.pdf](http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000001142cnt-documento_de_consenso_2017.pdf)
2. **Ley 26.588: Enfermedad celíaca** [Internet]. Argentina: Honorable Congreso de la Nación Argentina; 2009. [Consultado abril 2020]. <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/160000-164999/162428/norma.htm>
3. **Decreto 528/2011:** Apruébase la reglamentación de la Ley 26.588 [Internet]. Argentina: Honorable Congreso de la Nación Argentina; 2011. [Consultado abril 2020]. <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/180000-184999/181801/norma.htm>
4. **Código Alimentario Argentino.** Cap. XVII, Arts. 1383 y 1383 bis. [Consultado febrero 2019]. [www.argentina.gob.ar/sites/default/files/anmat-capitulo\\_xvii\\_dieteticosactualiz\\_2018-12.pdf](http://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/anmat-capitulo_xvii_dieteticosactualiz_2018-12.pdf)
5. **Ley 27.196: Enfermedad celíaca. Ley 26.588: modificación** [Internet]. Argentina: Honorable Congreso de la Nación Argentina; 2015. [Consultado abril 2020]. <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/255000-259999/255225/norma.htm>
6. **Gómez JC, Selvaggio GS, Viola M, Pizarro B, la Motta G, de Barrio S, Castelletto R, Echeverría R, Sugai E, Vázquez H, Mauriño E, Bai JC.** *Prevalence of Celiac Disease in Argentina: Screening of an Adult Population in the La Plata Area.* Am J Gastroenterol [Internet]. 2001 [Consultado febrero 2019]; 96 (9): 2700-4. [https://journals.lww.com/ajg/Abstract/2001/09000/Prevalence\\_of\\_Celiac\\_Disease\\_in\\_Argentina\\_.34.aspx](https://journals.lww.com/ajg/Abstract/2001/09000/Prevalence_of_Celiac_Disease_in_Argentina_.34.aspx)
7. **Mora M, Litwin N, Toca MC, Azcona MI, Solís Neffa R, Ortiz G, Wagener M, Olivera J, Rezónico G, Marchisone S, Oropeza G, Bastianelli C, Solaegui M, González A, Battiston F.** *Prevalencia de enfermedad celíaca: Estudio multicéntrico en Población Pediátrica en cinco distritos urbanos de Argentina.* Rev. Argent. Salud Pública [Internet]. 2010 [Consultado febrero 2019]; 1(4): 26-31. <http://www.rasp.msal.gov.ar/rasp/articulos/volumen4/RASP4-AO4.pdf>
8. **Bai J, Vázquez H, Smecuol E, Bonorino Udaondo C, Planzer M.** *Enfermedad celíaca.* Rev Med Clin [Internet]. 2008 [Consultado febrero 2019]; 19(4): 371-80. [http://www.clc.cl/clcprod/media/contenidos/pdf/MED\\_19\\_4/09ENFCELIACA.pdf](http://www.clc.cl/clcprod/media/contenidos/pdf/MED_19_4/09ENFCELIACA.pdf)
9. **Instituto Nacional de Estadísticas y Censos.** *Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2010.* Cuadro P29. Total del país. Población de 5 años y más que asistió a un establecimiento educativo por nivel de educación alcanzado y completud del nivel, según sexo y grupo de edad [Internet]. Buenos Aires: INDEC [Consultado febrero 2019]. [https://www.indec.gov.ar/censos\\_total\\_pais.asp?id\\_tema\\_1=2&id\\_tema\\_2=41&id\\_tema\\_3=135&t=3&s=1&c=2010](https://www.indec.gov.ar/censos_total_pais.asp?id_tema_1=2&id_tema_2=41&id_tema_3=135&t=3&s=1&c=2010)
10. **Instituto Nacional de Estadísticas y Censos.** *Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2010.* Cuadro P30. Total del país. Población de 20 años y más con universitario



completo como máximo nivel de educación alcanzado, por sexo y grupo edad [Internet]. Buenos Aires: INDEC [Consultado febrero 2019]. [https://www.indec.gov.ar/censos\\_total\\_pais.asp?id\\_tema\\_1=2&id\\_tema\\_2=41&id\\_tema\\_3=135&t=3&s=1&c=2010](https://www.indec.gov.ar/censos_total_pais.asp?id_tema_1=2&id_tema_2=41&id_tema_3=135&t=3&s=1&c=2010)

**11. Instituto Nacional de Estadísticas y Censos.** *Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2010.* Cuadro P12. Total del país. Población en viviendas particulares por tipo de cobertura de salud, según sexo y grupo de edad [Internet]. Buenos Aires: INDEC [Consultado febrero 2019]. [https://www.indec.gov.ar/censos\\_total\\_pais.asp?id\\_tema\\_1=2&id\\_tema\\_2=41&id\\_tema\\_3=135&t=3&s=3&c=2010](https://www.indec.gov.ar/censos_total_pais.asp?id_tema_1=2&id_tema_2=41&id_tema_3=135&t=3&s=3&c=2010)

**12. Leffler, D.A., Edwards-George, J., Dennis, M., Schuppan, D., Cook, F., Franko, D.L., Blom-Hoffman, J. & Kelly, C.P.** *Factors that influence adherence to a gluten-free diet in adults with celiac disease.* Dig Dis Sci [Internet]. 2008 [Consultado febrero 2019]; 53: 1573–1581. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3756800/>

**13. Zarkadas M., Dubois S., MacIsaac K., Cantin I., Rashid M., Roberts K.C., La Vieille S., Godefroy S. & Pulido O.M.** *Living with coeliac disease and a gluten-free diet: a Canadian perspective.* J Hum Nutr Diet [Internet]. 2013 [Consultado febrero 2019]; 26: 10-23. Disponible en: [doi:10.1111/j.1365-277X.2012.01288.x](https://doi.org/10.1111/j.1365-277X.2012.01288.x)

**14. Casellas, F., López Vivancos, J., & Malagelada, J. R.** *Epidemiología actual y accesibilidad al seguimiento de la dieta de la enfermedad celíaca del adulto.* Revista Española de Enfermedades Digestivas [Internet]. 2006 [Consultado febrero 2019]; 98(6): 408-419. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S113001082006000600002&lng=es&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S113001082006000600002&lng=es&lng=es)

**15. López M, Sprang M, Doubnia M, Manarín I.** *Enfermedad celíaca en la provincia de Misiones: prevalencia y seguimientos de casos detectados en tres centros de referencia.* Rev Argent Salud Pública [Internet]. 2015 [Consultado febrero 2019]; 6(24): 43-46. <http://www.rasp.msal.gov.ar/rasp/articulos/volumen24/43-46.pdf>

**16. Cueto-Rúa E, Guzmán L, Zubiri C, Nanfita GI, Urrutia MI, Mancinelli L.** *Análisis de aceptabilidad, aspectos culturales e impacto personal del diagnóstico.* En Rodrigo L y Peña AS, editores. *Enfermedad celíaca y sensibilidad al gluten no celíaca* [Internet]. Barcelona, España. OmniaScience; 2013. p. 407-431 [Consultado febrero 2019]. <https://www.omniascience.com/books/index.php/monographs/catalog/view/69/262/344-1>

**17. López Romero LA, Romero Guevara SL, Parra DI, Rojas Sánchez LZ.** *Adherencia al tratamiento: Concepto y medición.* Hacia promoc. salud [Internet]. 2016 [Consultado febrero 2019]; 21(1): 117-137. Disponible en: [doi:10.17151/hpsal.2016.21.1.10](https://doi.org/10.17151/hpsal.2016.21.1.10)

**18. Programa Federal de Control de Alimentos.** *Directrices para la Autorización de un Alimento Libre de Gluten* [Internet]. Buenos Aires; 2015 [Consultado febrero 2019]. [http://www.anmat.gov.ar/Enfermedad\\_Celiaca/Directrices\\_Autorizacion\\_ALG.pdf](http://www.anmat.gov.ar/Enfermedad_Celiaca/Directrices_Autorizacion_ALG.pdf)

**19. Informe de la Reunión del IV Foro de ALG** [Internet]. Buenos Aires; 2015. Disponible en: <https://goo.gl/JbsegL>

- 20. Programa Federal de Control de Alimentos.** *Directrices para la Realización de Auditorías a Establecimientos Elaboradores de ALG* [Internet]. Buenos Aires; 2015 [Consultado febrero 2019]. [http://www.anmat.gov.ar/Enfermedad\\_Celiaca/Directrices\\_Auditoria\\_ALG.pdf](http://www.anmat.gov.ar/Enfermedad_Celiaca/Directrices_Auditoria_ALG.pdf)
- 21. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica.** *Guía de Buenas Prácticas de Manufactura para establecimientos elaboradores de ALG* [Internet]. Buenos Aires; 2013 [Consultado febrero 2019]. [http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/-Guia\\_BPM\\_ALG\\_formato\\_Web.pdf](http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/-Guia_BPM_ALG_formato_Web.pdf)
- 22. Lee A.R, Ng D.L, Diamond B., Ciaccio E.j.& Green P.H.R.** *Living with coeliac disease: survey results from the USA.* J Hum Nutr Diet [Internet]. 2012 [Consultado febrero 2019]; 25: 233-238. Disponible en: [doi:10.1111/j.1365-277X.2012.01236.x](https://doi.org/10.1111/j.1365-277X.2012.01236.x)
- 23. Jacobi, María Florencia; Rigoni, Alejandra S.; Tolosa Müller, Agustina R.; D'alessandro, Maria Eugenia Guadalupe.** *Menús aptos para celíacos y conocimiento de los manipuladores de alimentos en los servicios gastronómicos comerciales de la ciudad de Santa Fe.* Actualización en Nutrición [Internet]. 2017 [Consultado febrero 2019]; 18 (4): 108-114. [http://www.revistasan.org.ar/pdf\\_files/trabajos/vol\\_18/num\\_4/RSAN\\_18\\_4\\_108.pdf](http://www.revistasan.org.ar/pdf_files/trabajos/vol_18/num_4/RSAN_18_4_108.pdf)
- 24. Garrido, V., Hernández, J., Othar, A.** *Obesidad y celiaquía: una alimentación saludable sin gluten.* Centro de Difusión de la Celiaquía [Internet]. 2017 [Consultado marzo 2019]; (21) 5-6. [http://www.cedice.com.ar/jweb/images/revistas/REVISTA\\_21\\_digital.pdf](http://www.cedice.com.ar/jweb/images/revistas/REVISTA_21_digital.pdf)
- 25. Estévez, V., Araya, M.** *La dieta sin gluten y los alimentos libres de gluten.* Rev Chil Nutr [Internet]. 2016 [Consultado marzo 2019]; 43(4) 428-433. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/r-chnut/v43n4/art14.pdf>
- 26. Salazar Quero, J.C., Espín Jaime, B., Rodríguez Martínez, A., Argüelles Martín, F., García Jiménez, R., Rubio Murillo, M., et al.** *Valoración nutricional de la dieta sin gluten. ¿Es la dieta sin gluten deficitaria en algún nutriente?* An Pediatr (Barc) [Internet]. 2015 [Consultado marzo 2019]; 83(1) 33-39. <https://www.analesdepediatría.org/es-valoracion-nutricional-dieta-sin-gluten-articulo-S1695403314004226>
- 27. Ministerio de Salud de la Nación, Instituto Nacional de Estadísticas y Censos.** *Tercer Encuesta Nacional de Factores de Riesgo para Enfermedades No Transmisibles* [Internet]. Buenos Aires, 2015 [Consultado marzo 2019] p. 48. [http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000544cnt-2015\\_09\\_04\\_encuesta\\_nacional\\_factores\\_riesgo.pdf](http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000544cnt-2015_09_04_encuesta_nacional_factores_riesgo.pdf)
- 28. Consulta mixta OMS/FAO de expertos en Régimen Alimentario, Nutrición y Prevención de Enfermedades Crónicas.** *Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas* [Internet]. Ginebra, 2003 [Consultado marzo 2019]. [https://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO\\_TRS\\_916\\_spa.pdf](https://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_TRS_916_spa.pdf)
- 29. Ministerio de Salud de la Nación.** *Guías Alimentarias para la Población Argentina* [Internet]. Buenos Aires, 2016 [Consultado marzo 2019] p. 26-27. [http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001007cnt-2017-06\\_guia-alimentaria-poblacion-argentina.pdf](http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001007cnt-2017-06_guia-alimentaria-poblacion-argentina.pdf)

**30. Ministerio de Salud de la Nación.** *2ª Encuesta Mundial de Salud Escolar* [Internet]. Buenos Aires, 2013 [Consultado marzo 2019] p. 19. [http://www.msal.gob.ar/ent/imagenes/stories/vigilancia/pdf/2014-09\\_informe-EMSE-2012.pdf](http://www.msal.gob.ar/ent/imagenes/stories/vigilancia/pdf/2014-09_informe-EMSE-2012.pdf)

**31. Carmuega, E.** *Patrón de consumo de agua y bebidas en nuestra población.* Estudio HidratAR. Actualización en Nutrición [Internet]. 2012 [Consultado marzo de 2019]; 13 (1) 16-17. <https://www.h4hinitiative.com/sites/default/files/basicpage/file/documento-exclusivo.pdf>

# ANEXO 1

## CUESTIONARIO

### ENCUESTA SOBRE PRÁCTICAS Y PERCEPCIONES DE LA COMUNIDAD CELÍACA ACERCA DE LOS ALIMENTOS LIBRES DE GLUTEN (ALG) 2016

#### PÁGINA 1 - BIENVENIDA

Desde el Instituto nacional de Alimentos (INAL/ANMAT) y las asociaciones en que ustedes se nuclean venimos trabajando codo a codo hace muchos años. Creemos que hemos avanzado en muchos aspectos y sabemos que seguiremos fortaleciendo este camino.

En esta oportunidad queremos detenernos un momento y que nos cuenten su experiencia, percepciones y opiniones acerca de algunos aspectos de los alimentos libres de gluten (ALG). Sabemos que la cantidad y variedad de productos inscriptos ha aumentado sustancialmente desde la sanción de la Ley celíaca, esto se refleja en el Listado Integrado que publicamos desde ANMAT, pero es muy importante saber cómo ustedes viven y perciben esto en su vida cotidiana.

La presente encuesta está dirigida a las personas celíacas, o en el caso de los niños a sus familiares directos o cuidadores. Los datos que obtendremos se encontrarán disponibles y serán compartidos con la comunidad celíaca. Pero fundamentalmente serán utilizados para fortalecer las distintas estrategias de trabajo desarrolladas por el Programa Federal de Control de Alimentos para la seguridad y disponibilidad de los alimentos libres de gluten en todos el país.

¡Gracias por tu participación!

#### PÁGINA 2 - INFORMACIÓN GENERAL

Comenzaremos por algunas preguntas personales. Si la persona que responde lo hace por estar a cargo de un menor, por favor consigná las respuestas en relación al mismo. En el caso de que haya más de una persona celiaca en el grupo familiar es necesario responder una encuesta por persona. Recordá que la presente encuesta es anónima.

#### PREGUNTA N° 1

**Completás este cuestionario en calidad de:**

(\* Esta pregunta es obligatoria) (\* Marque una sola opción)

- ☐ Celíaco
- ☐ Madre de celíaco
- ☐ Padre de celíaco
- ☐ Otro vínculo

**PREGUNTA N° 2****¿Cuál es tu Fecha de Nacimiento?** Recordá responder en relación a la persona celíaca.

Fecha: ..... / Hora: .....

**PREGUNTA N° 3****¿En qué año se realizó el diagnóstico de celiaquía?** (\* Marque una sola opción)

<input type="checkbox"/> antes de 1970	<input type="checkbox"/> 1979	<input type="checkbox"/> 1989	<input type="checkbox"/> 1999	<input type="checkbox"/> 2009
<input type="checkbox"/> 1970	<input type="checkbox"/> 1980	<input type="checkbox"/> 1990	<input type="checkbox"/> 2000	<input type="checkbox"/> 2010
<input type="checkbox"/> 1971	<input type="checkbox"/> 1981	<input type="checkbox"/> 1991	<input type="checkbox"/> 2001	<input type="checkbox"/> 2011
<input type="checkbox"/> 1972	<input type="checkbox"/> 1982	<input type="checkbox"/> 1992	<input type="checkbox"/> 2002	<input type="checkbox"/> 2012
<input type="checkbox"/> 1973	<input type="checkbox"/> 1983	<input type="checkbox"/> 1993	<input type="checkbox"/> 2003	<input type="checkbox"/> 2013
<input type="checkbox"/> 1974	<input type="checkbox"/> 1984	<input type="checkbox"/> 1994	<input type="checkbox"/> 2004	<input type="checkbox"/> 2014
<input type="checkbox"/> 1975	<input type="checkbox"/> 1985	<input type="checkbox"/> 1995	<input type="checkbox"/> 2005	<input type="checkbox"/> 2015
<input type="checkbox"/> 1976	<input type="checkbox"/> 1986	<input type="checkbox"/> 1996	<input type="checkbox"/> 2006	<input type="checkbox"/> 2016
<input type="checkbox"/> 1977	<input type="checkbox"/> 1987	<input type="checkbox"/> 1997	<input type="checkbox"/> 2007	<input type="checkbox"/> 2017
<input type="checkbox"/> 1978	<input type="checkbox"/> 1988	<input type="checkbox"/> 1998	<input type="checkbox"/> 2008	<input type="checkbox"/> 2018

**PREGUNTA N° 4****Género.** (\* Marque una sola opción)
☐ Mujer    ☐ Varón    ☐ Otro
**PREGUNTA N° 5****¿Hay otra persona celíaca en tu núcleo familiar?** (\* Marque una sola opción)
☐ Si    ☐ No
**PREGUNTA N° 6****¿Convivís con otra persona celíaca?** (\* Marque una sola opción)
☐ Si    ☐ No
**PREGUNTA N° 7****¿Dónde vivís? Consigná tu lugar de residencia (localidad o ciudad).** (\* Esta pregunta es obligatoria).

.....

.....

**PREGUNTA N° 8****Consigná tu provincia de residencia.**

(\* Esta pregunta es obligatoria) (\* Marque una sola opción)

<input type="checkbox"/> Buenos Aires	<input type="checkbox"/> Formosa	<input type="checkbox"/> Salta
<input type="checkbox"/> CABA	<input type="checkbox"/> Jujuy	<input type="checkbox"/> San Juan
<input type="checkbox"/> Catamarca	<input type="checkbox"/> La Pampa	<input type="checkbox"/> San Luis
<input type="checkbox"/> Chaco	<input type="checkbox"/> La Rioja	<input type="checkbox"/> Santa Cruz
<input type="checkbox"/> Chubut	<input type="checkbox"/> Mendoza	<input type="checkbox"/> Santa Fé
<input type="checkbox"/> Córdoba	<input type="checkbox"/> Misiones	<input type="checkbox"/> Santiago del Estero
<input type="checkbox"/> Corrientes	<input type="checkbox"/> Neuquén	<input type="checkbox"/> Tierra del Fuego
<input type="checkbox"/> Entre Ríos	<input type="checkbox"/> Río Negro	<input type="checkbox"/> Tucumán

**PREGUNTA N° 9****¿Sos miembro de alguna asociación/agrupación de celíacos ?**
☐ Si      ☐ No

**¿De cuál?** (\* Marque una sola opción). (\* Contestar solo si han contestado a: "¿Sos miembro de alguna asociación/agrupación de celíacos ?": "si" de la página "Información general").

- ☐ Asociación Celiaca Argentina (ACA)  
☐ Asistencia al Celíaco de Argentina (ACELA)  
☐ Asociación Celiacos de Entre Rios (ACER)  
☐ Centro de Difusión de la Celiaquía (CeDiCe)  
☐ Grupo Promotor de la Ley Celíaca  
☐ Otro (por favor especifique): .....  
 .....

**PREGUNTA N° 10****¿Cuál es el máximo nivel educativo que has completado?**

Si la persona que responde lo hace por estar a cargo de un menor, recuerde consignar las respuestas en relación a la persona celíaca. (\* Marque una sola opción).

- ☐ Primario  
☐ Secundario  
☐ Terciario  
☐ Universitario  
☐ Otro (por favor especifique): .....

**PREGUNTA N° 11**

**¿Tenés obra social o prepaga?** (\* Marque una sola opción)

☐ Si ☐ No

**¿Recibís la cobertura económica para la compra de harinas y premezclas?**

(\* Marque una sola opción) (\* Contestar solo si : han contestado a " ¿Tenés obra social o prepaga ?" : "si" de la página "Información general" .)

☐ Si ☐ No ☐ NS/NC

**PREGUNTA N° 12**

**¿Sos beneficiario de algún plan social o subsidio por tu condición de celíaco?**

(\* Marque una sola opción)

☐ Si ☐ No ☐ NS/NC

**¿Cuál?** (\* Marque una sola opción) (\* Contestar solo si : han contestado a " ¿Sos beneficiario de algún plan social o subsidio por tu condición de celíaco?" : "si" de la página "Información general").

- ☐ Caja de alimentos
- ☐ Tarjeta
- ☐ Pensiones no contributivas
- ☐ Vale / Ticket Social

**PÁGINA 3, SECCIÓN 2.**

**ADHERENCIA A LA ALIMENTACIÓN LIBRE DE GLUTEN**

**PREGUNTA N° 13**

**En cuanto a alimentación libre de gluten durante el último año. Marca SI o NO para cada una de las siguientes afirmaciones.** (\* Marque una sola opción por fila)

	Si	No
- A veces me olvido de seguir la alimentación libre de gluten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- A veces no soy cuidadoso en seguir la alimentación libre de gluten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Cuando me siento bien a veces interrumpo la alimentación libre de gluten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Si no me siento bien a veces interrumpo la alimentación libre de gluten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Nunca me olvido de seguir la alimentación libre de gluten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### PREGUNTA N° 14

**¿Qué grado de dificultad encontrás para llevar adelante la alimentación libre de gluten?**

(\* Esta pregunta es obligatoria) (\* Marque una sola opción)

- ☐ Muy fácil
- ☐ Fácil
- ☐ Difícil
- ☐ Muy difícil

#### PREGUNTA N° 15

**¿Por qué motivo?** (Podés marcar más de un motivo)

- ☐ Disponibilidad de ALG
- ☐ Tiempo/organización
- ☐ Voluntad/Constancia/Cansancio/Aburrimiento
- ☐ Motivos económicos
- ☐ Apoyo y contención de mi entorno: familia, amigos
- ☐ Otro (por favor especifique): .....

.....

### PÁGINA 4, SECCIÓN 3.

#### INFORMACIÓN ACERCA DE LOS ALG

#### PREGUNTA N° 16

**¿De dónde obtenés información sobre alimentos libres de gluten (ALG)?** (\* Marque una sola opción por fila).

	Nunca	A veces	Habitualmente	Siempre
Nutricionista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Médico (gastroenterólogo, médico de cabecera u otro)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asociaciones o grupos de celíacos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sitios oficiales en internet (ANMAT, Ministerio de Salud)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Otros sitios de internet (Wikipedia, Google)/redes sociales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Medios de comunicación (diarios, revistas, radio, tv)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



### ¿Cómo es la calidad de la información en cada caso?

**Solo para los casos de los que obtenés información.** (\* Marque una sola opción por fila)

(\* Contestar solo si:

**han contestado a:** "¿De dónde obtenés información sobre alimentos libres de gluten (ALG)?" : "Nutricionista,nunca" de la página "Sección 3. Información acerca de los ALG" o además...

**han contestado a:** "¿De dónde obtenés información sobre alimentos libres de gluten (ALG)?" : "Médico (gastroenterólogo, médico de cabecera u otro),nunca" de la página "Sección 3. Información acerca de los ALG" o además...

**han contestado a:** "¿De dónde obtenés información sobre alimentos libres de gluten (ALG)?" : "Asociaciones o grupos de celíacos,nunca" de la página "Sección 3. Información acerca de los ALG" o además...

**han contestado a:** "¿De dónde obtenés información sobre alimentos libres de gluten (ALG)?" : "Sitios oficiales en internet (ANMAT, Ministerio de Salud),nunca" de la página "Sección 3. Información acerca de los ALG" o además...

**han contestado a:** "¿De dónde obtenés información sobre alimentos libres de gluten (ALG)?" : "Otros sitios de internet (wikipedia, google)/redes sociales,nunca" de la página "Sección 3. Información acerca de los ALG" o además...

**han contestado a:** "¿De dónde obtenés información sobre alimentos libres de gluten (ALG)?" : "Medios de comunicación (diarios, revistas, radio, tv),nunca" de la página "Sección 3. Información acerca de los ALG").

	Excelente	Muy buena	Buena	Regular	Mala
Nutricionista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Médico (gastroenterólogo, médico de cabecera u otro)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asociaciones o grupos de celíacos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sitios oficiales en internet (ANMAT, Ministerio de Salud)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Otros sitios de internet (wikipedia, google)/redes sociales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Medios de comunicación (diarios, revistas, radio, tv)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### PREGUNTA N° 17

**¿Sobre qué temas relacionados a tu alimentación sin TACC necesitás más información?**

1: .....

2: .....

3: .....

## PÁGINA 5, SECCIÓN 4.

### SELECCIÓN DE ALIMENTOS LIBRES DE GLUTEN (ALG) SEGUROS

#### PREGUNTA N° 18

¿Cuáles de las siguientes imágenes relacionás con un alimento libre de gluten (ALG) seguro?

- |                            |                            |                            |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 5 |
| <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 6 |

#### PREGUNTA N° 19

¿Qué criterio utilizás para decidir si comprás o consumís un ALG?

(\* Esta pregunta es obligatoria) (\* Marque una sola opción por fila).

	Siempre	Frecuentemente	A veces	Raramente	Nunca
Eligís los alimentos que figuran en el Listado Integrado de ALG publicado por ANMAT	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eligís los alimentos que figuran en otros listados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eligís aquellos alimentos que tengan logo oficial	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eligís aquellos alimentos que tengan algún logo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leés la lista de ingredientes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leés la información nutricional	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Consumís alimentos por recomendación de otros celíacos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Consumís los alimentos que por experiencia propia no te hacen mal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eligís alimentos que presenten la leyenda "Nao Contem Gluten / Sin Gluten / Apto Celíacos"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Otro criterio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### ¿Cuál?

(\* Contestar solo si:

**han contestado a:** "¿Qué criterio utilizás para decidir si comprás o consumís un ALG?" : "Otro criterio, siempre" de la página "Sección 4. Selección de alimentos libres de gluten (ALG) seguros" o además...

**han contestado a:** "¿Qué criterio utilizás para decidir si comprás o consumís un ALG?" : "Otro criterio, frecuentemente" de la página "Sección 4. Selección de alimentos libres de gluten (ALG) seguros" o además...

**han contestado a:** "¿Qué criterio utilizás para decidir si comprás o consumís un ALG?": "Otro criterio, a veces" de la página "Sección 4. Selección de alimentos libres de gluten (ALG) seguros").

---

---

### PREGUNTA N° 20

**¿Utilizás el Listado Integrado (ANMAT) de alimentos libres de gluten (ALG) para seleccionar los siguientes alimentos?** (\* Esta pregunta es obligatoria) (\* Marque una sola opción por fila).

	Si	No
Premezclas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arroz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Legumbres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Espicias deshidratadas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leche y derivados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gaseosas y bebidas azucaradas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Azúcar y miel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### PREGUNTA N° 21

#### ¿Por qué?

Explique en pocas palabras los motivos por los cuales usa o no el Listado Oficial para cada categoría propuesta.

---

---

---

---

---

---

---

---

**PÁGINA 6, SECCIÓN 5.**  
**DISPONIBILIDAD**

**PREGUNTA N° 22**

**¿En qué comercios adquirirís habitualmente los ALG en tu ciudad?** (\* Esta pregunta es obligatoria).

- ☐ Almacén
- ☐ Supermercado
- ☐ Dietética
- ☐ Kiosco
- ☐ Farmacia
- ☐ Panadería
- ☐ Hipermercado
- ☐ Distribuidores/mayoristas
- ☐ Comercios exclusivos
- ☐ Otro (por favor especifique): .....
- .....

**PREGUNTA N° 23**

**¿Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios**

- ☐ Harinas y premezclas
- ☐ Panes y productos de panadería
- ☐ Fiambres y embutidos
- ☐ Cereales para el desayuno
- ☐ Helados
- ☐ Galletitas
- ☐ Lácteos (quesos, leches, yogures)
- ☐ Condimentos y especias Snacks (papas fritas, maníes, etc)
- ☐ Pastas frescas
- ☐ Arroz
- ☐ Legumbres
- ☐ Otro (por favor especifique): .....
- .....

**¿Consideras que la oferta es variada?** (\* Marque una sola opción por fila)

(\* Contestar solo si :

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Harinas y premezclas" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Panes y productos de panadería" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Fiambres y embutidos" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Cereales para el desayuno" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Helados" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Galletitas" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Lácteos (quesos, leches, yogures)" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Condimentos y especias" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Snacks (papas fritas,maníes, etc)" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Pastas frescas" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Arroz" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Legumbres" de la página "Sección 5. Disponibilidad" o además...

**han contestado a:** "Marcá los alimentos que encontrás habitualmente disponibles en esos comercios" : "Otro (Por favor especifique)" de la página "Sección 5. Disponibilidad").

	Muy variado	Variado	Poco variado	No hay variedad
Harinas y premezclas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Panes y productos de panadería	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fiambres y embutidos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cereales para el desayuno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Helados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Galletitas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lácteos (quesos, leches, yogures)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Condimentos y especias	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snacks (papas fritas,maníes, etc)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pastas frescas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arroz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Legumbres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**PREGUNTA N° 24**

**Para realizar tu compra habitual de ALG ¿necesitás trasladarte fuera de tu ciudad o localidad?** (\* Marque una sola opción)

☐ Si      ☐ No      ☐ NS/NC

**PREGUNTA N° 25**

**¿Cuáles de estos aspectos considerás más importantes a la hora de comprar un ALG?**

- ☐ Precio
- ☐ Sabor
- ☐ Seguridad
- ☐ Marca/ elaborador
- ☐ Calorías
- ☐ Otro (por favor especifique): .....
- .....

**PÁGINA 7, SECCIÓN 6.**

**OPINIONES SOBRE ASPECTOS RELACIONADOS CON LA ALIMENTACIÓN LIBRE DE GLUTEN**

**PREGUNTA N° 26**

**Marcá la opción que represente mejor tu opinión respecto a las siguientes afirmaciones**

(\* Marque una sola opción por fila).

	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	NS/NC
Usar el listado me resulta cómodo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Identificar un ALG me resulta fácil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muchos productos tienen logos pero no figuran en el Listado Integrado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Consumir alimentos que están en el listado y tienen el logo oficial me brinda seguridad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hay menos alimentos disponibles que los inscriptos en el listado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	NS/NC
Encuentro muchos productos disponibles pero el precio es muy alto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En la actualidad se pueden conseguir más productos que hace 5 años	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me ayuda en mi alimentación disponer de productos en cualquier supermercado o kiosco	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comer fuera de casa ya no es una preocupación para mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**PÁGINA 8, SECCIÓN 7.**  
**PATRONES DE CONSUMO**

**PREGUNTA 27**

**Indicar la frecuencia de consumo de los siguientes alimentos:**

(\* Esta pregunta es obligatoria) (\* Marque una sola opción por grupo)

	Frecuencia	
<b>Pastas, arroz, polenta, papa, batata, choclo y mandioca.</b>	<input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día.	<input type="checkbox"/> 1 vez por semana.
	<input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.	<input type="checkbox"/> Quincenal.
	<input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Mensual.
	<input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Rara vez o nunca.
<b>Carne vacuna</b>	<input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día.	<input type="checkbox"/> 1 vez por semana.
	<input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.	<input type="checkbox"/> Quincenal.
	<input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Mensual.
	<input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Rara vez o nunca.
<b>Pollo</b>	<input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día.	<input type="checkbox"/> 1 vez por semana.
	<input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.	<input type="checkbox"/> Quincenal.
	<input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Mensual.
	<input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Rara vez o nunca.
<b>Cerdo</b>	<input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día.	<input type="checkbox"/> 1 vez por semana.
	<input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.	<input type="checkbox"/> Quincenal.
	<input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Mensual.
	<input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Rara vez o nunca.
<b>Pescado</b>	<input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día.	<input type="checkbox"/> 1 vez por semana.
	<input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.	<input type="checkbox"/> Quincenal.
	<input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Mensual.
	<input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.	<input type="checkbox"/> Rara vez o nunca.



**Frutas**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día. | <input type="checkbox"/> 1 vez por semana. |
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.   | <input type="checkbox"/> Quincenal.        |
| <input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Mensual.          |
| <input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Rara vez o nunca. |

**Verduras  
(no contempla:  
papa, batata,  
choclo y mandioca)**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día. | <input type="checkbox"/> 1 vez por semana. |
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.   | <input type="checkbox"/> Quincenal.        |
| <input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Mensual.          |
| <input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Rara vez o nunca. |

**Leche, yogur o queso**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día. | <input type="checkbox"/> 1 vez por semana. |
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.   | <input type="checkbox"/> Quincenal.        |
| <input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Mensual.          |
| <input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Rara vez o nunca. |

**Bebidas: gaseosas,  
aguas saborizadas,  
jugos para diluir o polvos  
para preparar jugos**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día. | <input type="checkbox"/> 1 vez por semana. |
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.   | <input type="checkbox"/> Quincenal.        |
| <input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Mensual.          |
| <input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Rara vez o nunca. |

**Productos de panadería  
(facturas, tortas, budines,  
bizcochos) / Alfajores /  
Helados**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 2 veces al día. | <input type="checkbox"/> 1 vez por semana. |
| <input type="checkbox"/> Todos los días, 1 vez al día.   | <input type="checkbox"/> Quincenal.        |
| <input type="checkbox"/> 4 a 6 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Mensual.          |
| <input type="checkbox"/> 2 a 3 veces por semana.         | <input type="checkbox"/> Rara vez o nunca. |

**PREGUNTA 28**

**Además de adoptar la alimentación libre de gluten, indicá si realizaste alguno/s de estos cambios desde que fuiste diagnosticado:**

- ☐ Incorporé más productos integrales y semillas
- ☐ Incorporé más frutas y verduras
- ☐ Incorporé mayor variedad de carnes
- ☐ Incrementé la cantidad de agua
- ☐ Aumenté el consumo de productos de panadería
- ☐ No modifiqué mi alimentación
- ☐ Otro (por favor, especifique): .....

**PÁGINA 9, SECCIÓN 8.**  
**HABITOS Y PRACTICAS EN EL HOGAR**

**PREGUNTA 29**

**Indicá con qué frecuencia realizás éstas prácticas**

(\* Esta pregunta es obligatoria) (\* Marque una sola opción por fila)

	Siempre	Frecuentemente	A veces	Raramente	Nunca
Almacenar los ALG identificados y en recipientes cerrados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Preparar/cocinar los ALG antes que los alimentos convencionales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Limpiar la mesada antes de preparar los ALG	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Utilizar los utensilios exclusivos para la manipulación de los ALG	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lavarse las manos luego de manipular un alimento convencional y antes de preparar un ALG	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Calentar/cocinar los ALG cubiertos o tapados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**PREGUNTA 30**

**¿Qué otra práctica considerás importante y recomendarías a un celíaco recién diagnosticado para manipular (elaborar , cocinar, guardar, etc) alimentos en el hogar?**

1:.....

**PÁGINA 10, SECCIÓN 9.**  
**HÁBITOS EN EL ÁMBITO PÚBLICO**

**PREGUNTA 31**

**¿En cuál/es de estos establecimientos/servicios gastronómicos consumís habitualmente alimentos libres de gluten?**

(\* Esta pregunta es obligatoria) (\* Marque una sola opción por fila)

	Consumo	No consumo	No asisto
- Buffet /Kiosco escolar/universitario	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Comedor escolar/universitario	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Comedor comunitario	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Comedor institucional (trabajo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Restaurante/Bar/Local de comida rápida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Rotisería/Local de comida para llevar/Delivery	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Si indicaste NO, seleccioná el motivo

(\* Marque una sola opción por fila) (\* Contestar solo si:

**han contestado a:** "¿En cuál/es de estos establecimientos/servicios gastronómicos consumís habitualmente alimentos libres de gluten?" : "Buffet /Kiosco escolar/ universitario,- No consumo" de la página "Sección 9. Hábitos en el ámbito público" o además...

**han contestado a:** "¿En cuál/es de estos establecimientos/servicios gastronómicos consumís habitualmente alimentos libres de gluten?" : "Comedor escolar/ universitario, No consumo" de la página "Sección 9. Hábitos en el ámbito público" o además...

**han contestado a:** "¿En cuál/es de estos establecimientos/servicios gastronómicos consumís habitualmente alimentos libres de gluten?" : "Comedor comunitario, No consumo" de la página "Sección 9. Hábitos en el ámbito público" o además...

**han contestado a:** "¿En cuál/es de estos establecimientos/servicios gastronómicos consumís habitualmente alimentos libres de gluten?" : "Comedor institucional (trabajo),No consumo" de la página "Sección 9. Hábitos en el ámbito público" o además...

**han contestado a:** "¿En cuál/es de estos establecimientos/servicios gastronómicos consumís habitualmente alimentos libres de gluten?" : "Restaurante/Bar/ Local de comida rápida,No consumo" de la página "Sección 9. Hábitos en el ámbito público" o además...

**han contestado a:** "¿En cuál/es de estos establecimientos/servicios gastronómicos consumís habitualmente alimentos libres de gluten?" : "Rotisería/ Local de comida para llevar/Delivery,No consumo" de la página "Sección 9. Hábitos en el ámbito público").

	No hay oferta de ALG	Me resulta caro	Me genera desconfianza	No me gustan las opciones
Buffet /Kiosco escolar/ universitario	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comedor escolar/ universitario	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comedor comunitario	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comedor institucional (trabajo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Restaurante/Bar/Local de comida rápida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rotisería/Local de comida para llevar/Delivery	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## **PÁGINA 11**

**¡MUCHAS GRACIAS POR PARTICIPAR!**

### **PREGUNTA 32**

**Esta encuesta es anónima y cuenta con garantía de confidencialidad por lo que no podemos acceder a tus datos. Si deseas recibir información dejanos tu email.**

---

---

---

La realización de esta Encuesta fue posible gracias a la colaboración de la **Asociación Celíaca Argentina** que nos facilitó el uso de esta plataforma.

anmat



Ministerio de Salud  
Argentina