

¿ QUE ES ?



Es una intolerancia permanente al gluten, una proteína que se encuentra en el **trigo, avena, cebada y centeno**, que afecta al intestino delgado de las personas con predisposición genética.

La enfermedad puede aparecer en cualquier momento de la vida, desde que se incorpora gluten a la alimentación hasta la adultez avanzada.

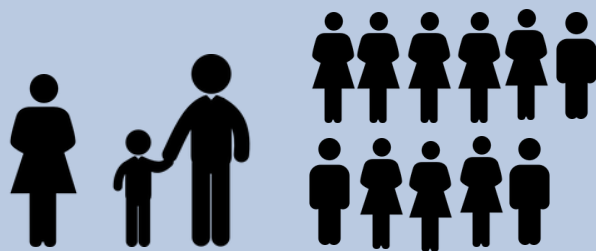
El consumo de gluten por una persona con celiacía afecta la mucosa del intestino y disminuye la capacidad de absorber nutrientes



CELIAQUÍA

Esto es todo lo que tenes que saber

QUIEN LO PADECE ?



Niños y adultos

Mayor predominancia en mujeres



EL CONTENIDO DE GLUTEN NO PUEDE SER MAYOR DE 10mg/kg

Hay alimentos que son naturalmente libres de gluten, pero por contaminación cruzada, o por cualquier razón pueden contenerlo.

Recomendamos etiquetar correctamente los productos sin tacc

SINTOMAS

Los que nombramos son los típicos, pero recordar que hay síntomas atípicos

NAUSEAS

FATIGA

PERDIDA DE PESO

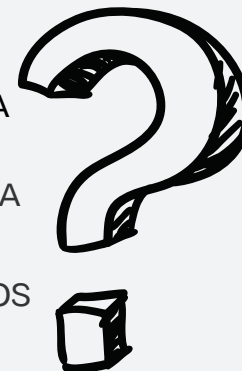
DIARREA

HINCHAZON

ANEMIA

DOLOR ABDOMINAL

VOMITOS



ALIMENTOS SIN GLUTEN

- Carnes
- leche
- quesos
- huevo
- frutas
- verduras
- legumbres
- azúcar
- aceite - manteca
- infusiones



RECORDEMOS QUE SON ESTOS ALIMENTOS EN SU FORMA NATURAL

Ya que de manera procesada pueden contener aditivos con gluten.