



Ficha 16:

# “Alimentos libres de gluten”

Secretaría  
de Agroindustria



Ministerio de Producción y Trabajo  
Presidencia de la Nación

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

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

### ¿Como se identifican estos productos?

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

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

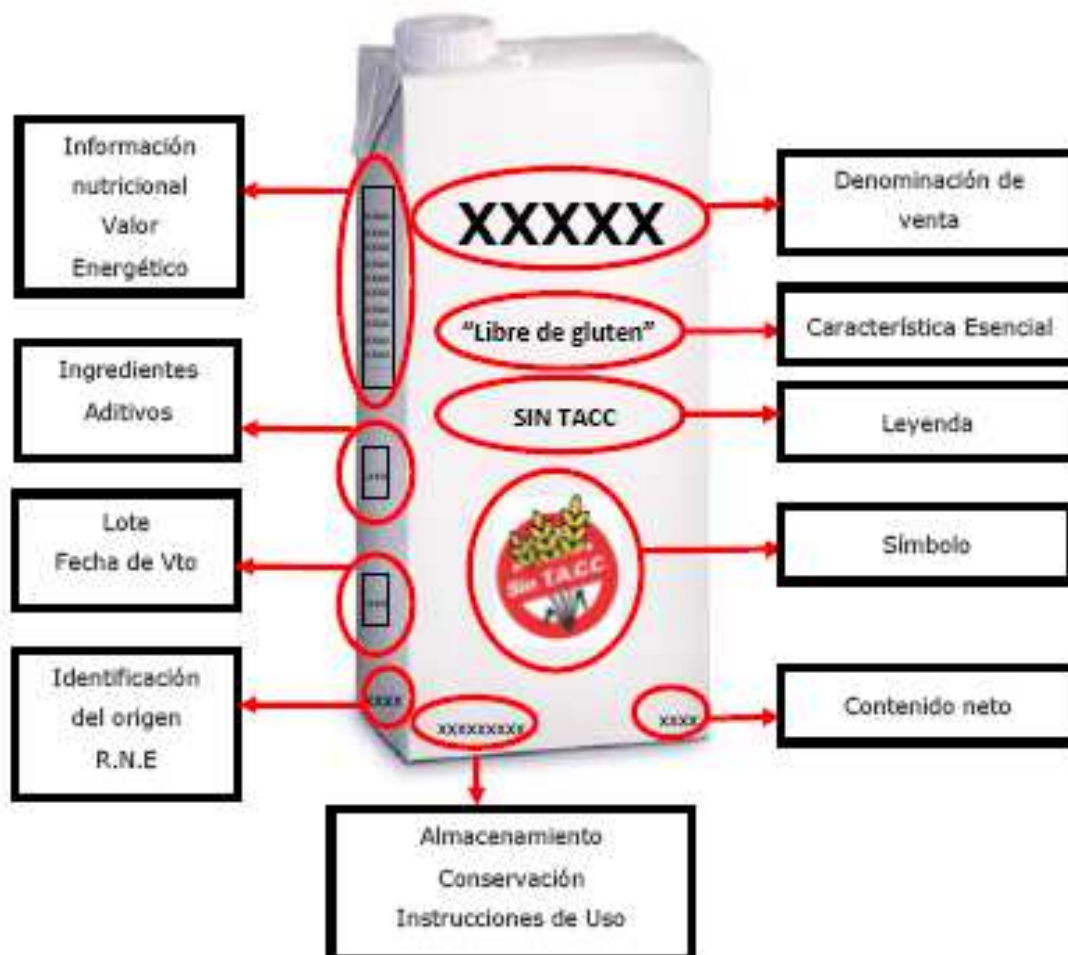


Adicionalmente pueden utilizarse...



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

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



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

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



### ¿Que productos pueden ser libres de gluten?

Todos aquellos que:

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

*Para comprobar esta condición se deberá utilizar la metodología analítica de enzimoinmunoensayo ELISA R5 Méndez<sup>1</sup> y toda aquella que la Autoridad Sanitaria Nacional evalúe y acepte.*

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

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

### ¿Quien controla estos alimentos?

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

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

---

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

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



## Nutrición y educación alimentaria

### Ficha N° 16

### “Alimentos libres de gluten”

#### ¿Que es la celiacía?

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

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

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

---

#### Fuentes consultadas:

- Código Alimentario Argentino: Capítulo XVII Art. 1383 y Art. 1383bis
- Ley 26.588 y su Decreto Reglamentario (Decreto 528/2011). “Declárase de interés nacional la atención médica, la investigación clínica y epidemiológica, la capacitación profesional en la detección temprana, diagnóstico y tratamiento de la enfermedad celíaca”.
- Programa Nacional de Detección y Control de Enfermedad Celíaca. Ministerio de Salud Presidencia de la Nación: <http://www.msal.gov.ar/celiacos/>
- ¿Qué es el Gluten?. Mundo Celíaco - Difundir para concientizar. Centro de Difusión de la Celiacía (Ce.Di.Ce). La Plata, Buenos Aires, diciembre 2010. Disponible en: [http://www.cedice.com.ar/imagenes/revista/mundo\\_celiaco\\_8.pdf](http://www.cedice.com.ar/imagenes/revista/mundo_celiaco_8.pdf)