



no actual celíaco.

Tomás juega al rugby y al fútbol desde los seis años y ha hecho giras deportivas, donde aprendió a manejarse en diferentes contextos con su comida. Juega en las inferiores de River y lo seleccionaron para un campeonato europeo que se realiza en estas vacaciones de invierno en Gales y al que asisten clubes de fútbol de primer nivel. Sus padres se comunicaron con asociaciones de celíacos y con las universidades donde se va a alojar, y se aseguraron que su dieta especial estuviera contemplada. No fue difícil: en los países nórdicos la celiaquía está muy difundida. Irlanda, por ejemplo, es el país con mayor porcentaje de celíacos en el mundo.

En la Argentina, en los últimos años hubo una proliferación de productos industrializados aptos para celíacos. Las asociaciones del rubro entregan el listado de los alimentos aptos y los actualizan periódicamente. Pero Cueto Rúa señala en su libro *Celiaquía, un modo de ser*: “Muchos médicos creemos que ese listado debería ser editado por el Ministerio de Salud de la Nación o de las provincias o por el Instituto Nacional de Alimentación. Si bien esto es necesario, no queremos que la gente tenga *listado-dependencia*, sería cambiar una enfermedad por otra”.

En el granero del mundo, las madres de niños celíacos y adul-

tos celíacos trabajan para que la mayor cantidad de alimentos industrializados estén libres de harinas con gluten, de manera de poder elegirlos libremente en las góndolas o en los quioscos, sin tener que andar con el listado en el bolsillo. Las madres registraron el logo SIN TACC, que ya es conocido en todo el Mercosur. Para que un producto argentino sea incluido en el listado, debe ser analizado por la cátedra de Inmunología de la Universidad Nacional de La Plata y el Laboratorio Central de Salud Pública. En la Argentina muy pocos productos informan en sus etiquetas que contienen o no gluten, a diferencia de Brasil, donde una ley exige que esta información figure en todos los productos.

“Viví con anemia cuatro años, todo el tiempo débil y con desmayos. Me recuperaba unos meses y recaía. Comía, tomaba hierro, me daban inyecciones pero no pasaba nada”, escribe Mónica Córdoba en *Celíacos, historias para compartir*. En otro testimonio, Laly González recuerda la odisea de su hija en unas líneas dedicadas a ella: “Estabas tan mal... ¡parecías una desnutrida de Biafra! ¡Nadie sabía lo que te pasaba pero las diarreas que tenías eran imparables!”. Esos padres tuvieron que pasar por la peor de las situaciones: tener un hijo enfermo y que

**“El listado de comidas aptas es importante, pero no queremos crear ‘listado-dependencia’. Eso sería reemplazar una enfermedad por otra.”**

Eduardo Cueto Rúa,  
gastroenterólogo



■ Izq.: Alicia Greco, madre de una celíaca y presidenta de ACELA. A Tomás Chebrele le diagnosticaron la enfermedad a los 11 meses. Victoria Haddad hoy es feliz haciendo la dieta. ■

nadie pueda darles una respuesta sobre qué lo está aquejando.

Algunas personas pueden presentar varios síntomas al mismo tiempo, como distensión abdominal, diarrea crónica y retardo en el crecimiento. Otros pueden tener diarrea o anemia o distensión abdominal o anorexia. Has casos que no presentan síntomas y sin embargo, cuando se les hace el diagnóstico mejoran “el carácter, la energía, el humor, la piel, los vínculos, la vida”.

“Llegué al diagnóstico de mi enfermedad después de mucho peregrinar por consultorios de dermatólogos, clínicos y hematólogos muy renombrados. Mis síntomas eran, al principio, sólo caída del cabello, que atribuían al estrés.” El testimonio que Viviana Mattioli tituló *Del otro lado del escritorio* en el libro refleja el clásico peregrinar de los celíacos antes del diagnóstico. Luego de éste, el tratamiento es para toda la vida y requiere un equipo multidisciplinario que incluye a médicos, bioquímicos, nutricionistas, asistentes sociales y psicólogos. También se realizan talleres para aprender a cocinar el menú celíaco. Para Victoria Haddad, que se enteró que era celíaca hace 18 años, “el tratamiento requiere un cambio de mentalidad, no querer comer todo lo que comen los demás”. Un camino de aprendizaje en el que el premio es la salud. ■