

aglut~~en~~ados®

Año 14 - Número 59 - Diciembre 2025

ENTREVISTA

**Lic. en Nutrición
Marianela Ramos**

Compromiso con la EC
y la Comunidad

NOTA

Un Equipo Poderoso

Equipo Interdisciplinario
de Atención a Celíacos
y Familiares - Vicente López -

Ampliá tu mundo

agilito

WWW.AGLUTENADOS.COM.AR

NOTAS Y NOTICIAS DE ANUNCIANTES



Daniel
HELADOS



BERRY MIX

HELADO DE MARACUYÁ AL AGUA, CON UN TOQUE
CÍTRIO Y DE ALCOHOL. REFRESCANTE Y
MODERNO



**PROBÁ
NUESTROS**
SABORES DE VERANO

LO NUEVO PRIMERO
EN DANIEL

¡NUEVO!



**AMOR DE
FAMILIA**

SIN SAL, SIN SELLOS

CON LA MISMA CALIDAD
DE SIEMPRE



¿PRODUCÍS, DISTRIBUÍS, VENDÉS PRODUCTOS LIBRES DE GLUTEN?

EN LA **GUÍA ONLINE** DE AGLUTENADOS
HAY UN LUGAR PARA VOS
LIBRE PARA BUSCAR,
GRATIS PARA PUBLICAR



QUIERO SUMARME GRATIS

ANUNCIANTES DE EDICIÓN DIGITAL ACCEDEN A **PREMIUM ONLINE**

www.aglutenados.com.ar

AGLUTENADOS.COM.AR



EDICIÓN DIGITAL
Contenidos en la
Biblioteca Virtual
(Menú Notas):

- Entrevistas con profesionales de la salud
- Historias de vida
- Notas de anunciantes
- Internacional: ser celíaco en otras ciudades del mundo

GUÍA ONLINE DE PRODUCTOS Y PROFESIONALES

NOTICIAS DE ANUNCIANTES + RECETAS + AGLUTEDATOS + EVENTOS

En  @aglutenados: Posteos y Vivos con información sobre la vida libre de gluten



ANUNCIANTE

NATURA: Una idea original y sin tacc



ANUNCIANTE

214: Nuevo Fiambre de Pechuga de Pollo



ANUNCIANTE

STEVIA DULRI CRISTALIZADA: Nuevo producto que es como el azúcar pero cero calorías.



ANUNCIANTE

DANIEL: El Verano llegó a Daniel Helados con Berry Mix

➤ EDITORIAL

➤ AGLUTEDATOS

➤ ÍNDICE DE ANUNCIANTES

➤ CANALES DE CONTACTO

Propietaria y
Editora Responsable:
Carolina Rocha Cano

Diseño de Tapa y Avisos
Florencia Cohen

Diagramación
DG Cristian Sorio
Correctora
Pepa Urrea

Colaboradores
Mario Appel
Marcela Rubins

STAFF

Un equipo poderoso



NOTA: EQUIPO INTERDISCIPLINARIO DE ATENCIÓN A CELÍACOS Y FAMILIARES DEL MUNICIPIO DE VICENTE LÓPEZ

Una nutricionista comprometida con la EC y su comunidad



ENTREVISTA A LA LIC. PROF. MARIANELA RAMOS, NUTRICIONISTA FORMADA EN EL HOSPITAL UDAONDO

GUIA DE PRODUCTOS POR RUBRO

GUIA DE PROFESIONALES

NOTICIAS DE ANUNCIANTES

| EDITORIAL

Llegamos al final de este año, un año que para muchos no fue fácil, un año de esfuerzo y desafíos.

Desde el **Equipo Interdisciplinario de Atención al Paciente Celíaco y su Familia del Municipio de Vicente López** nos cuentan cómo trabajan, cómo está conformado dicho equipo y las actividades que realizan. Un servicio para la comunidad celíaca de Vicente López que vale la pena conocer.

Entrevistamos a la licenciada profesora Marianela Ramos, del equipo de la licenciada Constanza Echevarría, a quien entrevistamos años atrás. Marianela trabaja desde Bahía Blanca, su ciudad natal. En esta entrevista tocamos temas súper relevantes, como la **EC, la dieta libre de gluten, la contaminación cruzada, la hipervigilancia y la avena. ¡Qué tema la avena!**

Compartimos además notas de nuestros anunciantes **214/Riosma, Natura, Daniel Helados y Stevia Dulri Cristalizada**.

También contamos con las **Noticias** de varios anunciantes.

Encuentran, como siempre, la **guía de productos por rubro** y la guía de profesionales.

Y, desde nuestra **biblioteca virtual**, todos los contenidos desde 2011 hasta ahora.

¡Que la disfruten!



¡POR UN 2026 SUAVE Y ALEGRE PARA TODOS!

**Con Paz, Amor, Alegría, Salud, Familia,
Amigos, Trabajo, y lo que cada uno desee...**

aglutinados[®]

VACACIONES 2026

Algunos **datos útiles** en los principales **destinos nacionales** para acceder a información sobre lugares donde comer y comprar productos para celíacos.



Siempre recomendamos rechequear la información en cada uno de los lugares que consulten o compren.



Tandil

@celiacos.tandil | @tandil.turismo | www.tandil.tur.ar



Mar del Plata

Turismo Mar del Plata | +549 2235 36 4207



Miramar

<https://www.facebook.com/grupoceliacosmiramar.miramar>



Necochea

WhatsApp +54 2262431153 | www.necochea.tur.ar | @necocheatur



Córdoba

<https://www.circuitogastronomico.com/bares-y-restaurantes-con-opciones-libres-de-gluten-en-cordoba/>

Transportes

Buses

consultar en cada compañía si hay opción sin gluten o si hay que llevar vianda.

Trenes Argentinos

comunica que si bien hay comedor los celíacos sólo cuentan con opciones envasadas como alfajor, yoghurt y barritas.

**¡A DISFRUTAR
LAS VACACIONES!**



| NOTICIAS

Para disfrutar de lo rico y lo que te hace bien, **es natural elegir Natura**. Aceites y aderezos 100% libres de gluten, con la calidad y confianza de más de 60 años en tu mesa. Natura acompaña cada preparación, dulce o salada, con el sabor de siempre y certificaciones de calidad mundial. **Encontralos en góndolas de todo el país.**

De la mano de la firma TANKI S.A. y su línea de edulcorantes Steviadulri, nace **SteviaDulri cristalizada que es la combinación perfecta de dos edulcorantes de origen natural: un blend de Eritritol + Stevia** que proporciona un dulzor muy similar al azúcar, sin sabor metálico, sin calorías y sin ningún otro edulcorante artificial asociado.

Un nuevo integrante de la familia Unión Ganadera que llega para romperla: **la nueva hamburguesa sin sal**. Presentación de 2 unidades, más grande, sin sal, sin sellos y **como todas las hamburguesas de la marca, libre de gluten**. Con la misma calidad de siempre, para que nadie se quede afuera.





Lo natural es evolucionar. La marca se inspira en la naturaleza para que tu cabello esté siempre lleno de brillo y color. **En esta ocasión presenta** su línea de Shampoo y Enjuague con PH Acido, y otra con Chía & Jengibre; aceite de coco y almendras para cabello y piel y el spray multifunción 25 beneficios para tu melena.

Los salamines de fiambres Bierzo **mantienen el sabor artesanal e intenso. Elaborados con ingredientes seleccionados, 100% libre de gluten y apto para celíacos. Calidad y tradición en cada bocado. Abrió tu momento Bierzo y compartí con quienes más querés.**

Lanzó un nuevo fiambre de pechuga de pollo 100% carne, magro, sabroso y libre de gluten bajo la marca 214. Es práctico y versátil para sandwiches, picadas y preparaciones. Se vende en piezas de 3,5 kg y es apto para celíacos.

¿Sabías que la marca cuenta con una web para impulsar a todos los apasionados en la pastelería? Una plataforma pensada para principiantes y también para quienes ya tengan su emprendimiento en marcha y quieran llevarlo al siguiente nivel: herramientas, la información clara, los recursos que necesitan para dar ese empujón que a veces falta. Conocela . www.emprendeconledevit.com

La marca ofrece helados aptos para celíacos en todas sus sucursales. Cuentan con una línea sin tacc elaborada bajo estrictas normás de producción... ¡y de sabor!. Ofrecen potes sin gluten en estos sabores: Chocolate, dulce de leche, crema americana, chocolate blanco, maracuyá y frambuesa.

La marca lanzó al mercado un rebozador con una textura única y un sabor irresistible. Es natural, nutritivo, con más fibra y sin agregados. Este producto se suma a las premezclas para hacer masas dulces y saladas, y las harinas de sorgo, trigo sarraceno y maíz. Encontrá recetas en celidarina.com

El verano llegó a Daniel presentando su nuevo sabor Berry Mix: un helado al agua de arándanos, frambuesa y frutilla ideal para un verano refrescante y libre de gluten. **Berry Mix se suma a la amplia línea de sabores sin tacc para disfrutar todo el verano.**

Es natural elegir lo que te da confianza, es natural elegir



Cuando nos juntamos con amigos, cuando estamos en familia o simplemente disfrutando de nuestra propia compañía, sale a la luz eso que nos hace únicos. Son esos momentos donde nos mostramos tal cual somos, donde nos reímos más y la pasamos mejor. Y, casi siempre, estos encuentros giran en torno a una mesa.

Ya sea una picada improvisada, un almuerzo rápido mirando la tele o ese plato especial los domingos, la comida es el centro de la reunión. Pero para quienes llevamos una alimentación libre de gluten, esa "naturalidad" al comer sólo es posible cuando existe una confianza absoluta en los ingredientes.

Para que puedas relajarte y disfrutar de ser vos mismo, **Natura te acompaña garantizando seguridad y sabor en cada plato.** Porque cuando hay confianza en la mesa, es natural elegir Natura.

AGD Alimentos Naturales, aceitera nacional líder, **ofrece esa seguridad** a través de procesos rigurosos, controles periódicos y normas estrictas a proveedores para responder a las necesidades de la **comunidad celíaca argentina**.

Toda la familia de productos Natura está pensada para que nadie se quede afuera de los mejores sabores.



¿Qué preparamos hoy?

UNA IDEA ORIGINAL Y SIN TACC

La pregunta de "qué comemos" tiene una respuesta divertida y segura. El **Recetario Natura** es tu aliado diario para explorar sabores sin preocupaciones. No hace falta que el menú sea súper elaborado para ser delicioso; a veces, una receta creativa es todo lo que necesitás para sorprender.

Para descubrir más opciones y filtrar directamente por recetas sin gluten, visitá recetasnatura.com.ar

También podés sumarte a nuestra comunidad en Instagram [@mundonaturaargentina](https://www.instagram.com/mundonaturaargentina), donde compartimos las preparaciones más ricas para tentarte y darte el repertorio que tu alimentación necesita.

Porque cuando la comida es rica, segura y compartida con los que querés, es natural elegir Natura. 🌻

SUSHIBURGERS



para ver la preparación
hagan click acá

Ingredientes:

200 gr. de arroz para sushi
300 mL. de agua
4 cdas. de vinagre
2 cdas. de azúcar
1 cda. de sal
2 paltas
8 fetas de salmón ahumado
4 cdas. de queso blanco tipo Philadelphia
4 cdas. de Salsa Golf Natura
2 cdas. de semillas de sésamo negro
200 gr. de brotes de soja

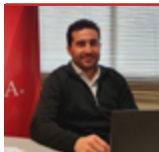
Para el aderezo:

4 cdas. de salsa de soja*
1 cda. de Mostaza Natura



ANUNCIANTE

Nuevo Fiambre de Pechuga de Pollo | 214



Por **ALEJANDRO RODRIGUEZ BLANCO** Gerente de Marketing



Cerrando el 2025 Riosma Alimentos se encuentra **lanzando al mercado una nueva opción de fiambres Libre de Gluten para toda la familia.**

Bajo la marca 214 y luego de una exhaustiva investigación de mercado en pos de escuchar a sus

consumidores, detectaron la necesidad que había de un producto sano, práctico y rico de una de las carnes más valoradas por sus nutrientes y sabor, el pollo.

Es por eso que durante este mes de diciembre 2025 fue presentado al mercado su nuevo fiambre de pechuga de pollo, un fiambre que contiene lo mejor del pollo, con un delicado sabor levemente especiado. Un fiambre de calidad, porque contiene 100% carne de pechuga de pollo seleccionada, magro, rico y versátil para todas las comidas. Podés usarlo para sandwiches y las clásicas picadas o bien incorporarlo en tus preparaciones de tartas, empanadas, fajitas y ensaladas!



¡Si te gusta el pollo y querés incorporar en tus alimentos una opción más sana, ágil, rápida y libre de gluten para tus preparaciones no podés dejar de probarlo!

Se comercializa en formato de pieza de 3,5 kg ideal para el uso de familias y feteadoras de tipo hogareño o bien podés pedirselo a tu fiambrero de confianza.

Sea la forma que fuera no podés dejar de disfrutar de esta nueva variedad de **fiambre 100% de pechuga de pollo apto para celiacos.** 🌀



Conocé más de este maravilloso producto en sus redes sociales :

Un equipo poderoso



Desde Salud, estuvo presente el equipo completo, informando a los concurrentes al evento acerca de todo lo que ofrece este servicio, a la vez que organizaron algunos juegos.

Dicho equipo está liderado por Laura Fernández. Ella es médica de familia, y no sólo lo coordina sino que es la que tomó la iniciativa de armar este grupo interdisciplinario allá por 2016. Desde ese momento estuvieron trabajando de manera informal derivando pacientes, orientándolos, hasta que finalmente **a fines de 2024 se formalizó el equipo.**

En 2016, comenta Laura, cuando ella empezó a dar charlas sobre el tema en centros barriales, a hacer capacitaciones regionales — articulando con Desarrollo Social—, fue cuando comenzó a armar un grupo con las nutricionistas del Municipio que trabajaban en diferentes centros de atención. A este grupo se fueron sumando otras profesionales afines al tema de la celiarquía. Laura entonces tomó la iniciativa de proponerles, uno a uno, esta idea de formalizar el equipo.

Aglutenados entrevistó al Equipo Interdisciplinario de Atención a Celíacos y Familiares del Municipio de Vicente López, al que tuvo la suerte de conocer en su totalidad gracias a la invitación que nos hicieron a compartir stand en el evento Navidad Sin Gluten de Ale Temporini, en ese municipio.

Colonial
todos festejan con
el sabor mas rico.
helado sin tacc con mucho sabor

PEDIDOS ONLINE



NOTA

Este grupo hoy trabaja de manera transversal a nivel de atención primaria, y también desde el hospital, como segundo nivel de atención.

El equipo se reúne los segundos lunes de cada mes, a las 13.30, con los celíacos y familiares interesados en participar, **en el Centro de Atención Primaria Barreiro Aguirre, en Munro.** Allí informan y acompañan a los presentes desde este abordaje múltiple que organizaron y que resulta tan útil y necesario, tanto para quienes aún no lograron el diagnóstico como para los recién diagnosticados y celíacos ya con años en tratamiento con dieta libre de gluten, estricta, y libre de contaminación cruzada. El 9 de diciembre fue la última reunión de este 2025 (porque el lunes 8 fue feriado). Más información: Celiagua.salud@vicentelopez.gov.ar. [Desde este link](#) acceden a todos los lugares de consulta en el Municipio.

En la actualidad tienen cerca de 229 pacientes bajo programa.

Este equipo se encarga, además, de capacitar a otros profesionales (odontólogos, ginecólogos, dermatólogos, etc.).



UN EQUIPO PODEROSO

"La idea es, de a poco, ir un paso más, buscar una dieta libre de gluten nutritiva, balanceada, variada, diseñando planes de alimentación individualizados según las posibilidades de cada uno."

Además del [Recetario libre de gluten](#), que se presentó en 2022, cuentan con un listado de lugares con productos sin gluten en el Municipio, al que se accede [desde este link](#).

Ellas son las que conforman el grupo:

Laura Fernández, médica de familia y coordinadora.
Constanza Zuccotti, licenciada en Nutrición.
Mariana Agopián, licenciada en Nutrición.
Marcela Estefanía, gastroenteróloga.
Teresa García, trabajadora social.
Ivana Espíndola, trabajadora social.
Pilar Sánchez Vilar, trabajadora social.
Vanessa Spinelli, psicóloga.
Alejandra Molise, psicóloga (encargada de datos y estadísticas).

Desde Trabajo Social acompañan a pacientes, proporcionándoles información acerca de los subsidios que ofrece el Municipio a pacientes sin obra social. En caso de discapacidad, los asesoran para conocer los



recursos que tiene el Municipio para ayudarlos y los requisitos a cumplir para acceder a esos beneficios. Organizan talleres con estas temáticas, les comentan sobre la Ley de Celiaquía (2009) y sus recientes reglamentaciones y modificaciones para que conozcan sus derechos (por ejemplo, que tiene que haber al menos un menú libre de gluten, seguro, en cada restaurante, institución, etc.). También informan sobre el logo oficial, el listado de ANMAT, etc.

Desde **Salud Mental** se centran en acompañar a los pacientes en el proceso que estén transitando: puede ser desde todo el tiempo previo al diagnóstico —cuando hay incertidumbre, síntomas, angustia de no saber de qué se trata— hasta el momento del diagnóstico, momento muchas veces difícil para los celíacos. Se trata de respetar sus tiempos, informarlos, escucharlos, ayudarlos a transitar esa etapa que para cada paciente es particular. **La idea es buscar juntos estrategias para que puedan continuar con su estilo de vida, que conserven la vida social, y que de a poco se vayan acomodando a vivir de esta manera.**

Las nutricionistas son claves en este proceso, ya que la dieta libre de gluten es el único tratamiento hasta ahora. La idea es, de a poco, ir un paso más, buscar **una dieta libre de gluten nutritiva, balanceada, variada, diseñando planes de alimentación individualizados según las posibilidades de cada uno.** Se trata de ayudarlos a



encontrar un equilibrio entre ser cuidadosos en su forma de alimentarse y de no caer en la hipervigilancia, que les genera grandes complicaciones prácticas y de salud mental.

Otro tema que tratan, ya que es frecuente encontrar pacientes con estos trastornos, es del ARFID¹ o trastorno de alimentación restrictivo o selectivo: pacientes que vienen con la idea de que muchos alimentos les hacen mal y dejan de consumirlos, sin un diagnóstico que avale esta restricción.

Desde **Gastroenterología** protocolizaron las derivaciones entre el primero y el segundo nivel. Acá es donde se diagnostica a los pacientes luego de los análisis y biopsia correspondientes. Y se comienza a armar su historia clínica; hoy ya están todas digitalizadas.

El diagnóstico puede ser comunicado al paciente tanto por la gastroenteróloga como por Laura, médica de familia y coordinadora de este programa.

1 ARFID Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder: trastorno de alimentación selectiva.



"Se trata de ayudarlos a encontrar un equilibrio entre ser cuidadosos en su forma de alimentarse y de no caer en la hipervigilancia, que les genera grandes complicaciones prácticas y de salud mental"

A los pacientes diagnosticados y bajo programa se les sugiere volver a la consulta luego de los tres meses del diagnóstico para ver cómo están adaptándose a la dieta libre de gluten, las dudas que les hayan surgido, cómo se sienten, si mejoran los síntomas (si es que eran sintomáticos). Luego se les recomienda volver a los seis meses, y finalmente mantener una consulta anual, en la que, además de evaluarlos clínicamente, se chequean anticuerpos

en sangre.

Frente a mi consulta en relación con la adhesión a la dieta me comentan que la situación es muy variada. Constanza responde que aproximadamente el 50 por ciento presenta mejora de anticuerpos en el primer chequeo posdiagnóstico.

Las dificultades para sostener la dieta libre de gluten son varias. En muchos casos hay temas económicos en la familia, a veces por cuestiones de organización, de tiempos. En casos de pacientes asintomáticos, es muy común ver que no sigan la dieta porque no le encuentran sentido al no tener síntomas. Se trata de explicarles una y otra vez la importancia de la dieta para una buena calidad de vida a futuro.

Agradecemos a todo el equipo por esta nota, y quedamos en comunicación para compartir las actividades y novedades con nuestra audiencia. 🌀



Lic. Prof.
Marianela Ramos

Una nutricionista comprometida con la EC y su comunidad



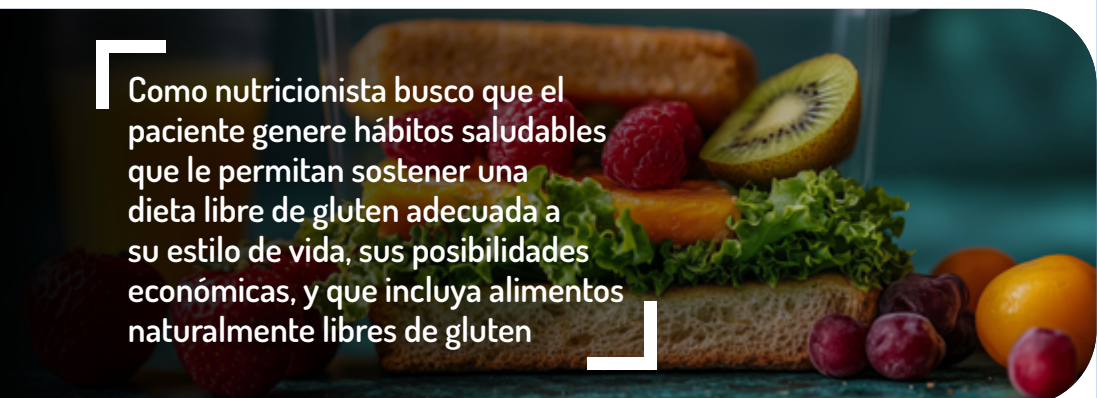
Aglutenados entrevistó a Marianela Ramos, nutricionista formada en el Hospital Udaondo. Atiende pacientes, forma parte de grupos de estudio, es docente, madre, y más. Hablamos con ella de la EC, la dieta libre de gluten, la contaminación cruzada, la hipervigilancia y la avena.

Aglutenados: Marianela, por lo que me contás, luego de estudiar en la UBA y formarte en el Hospital Udaondo volviste a Bahía Blanca, tu ciudad natal, donde seguís residiendo.

Marianela Ramos: Sí, me volví en 2003 y empecé a trabajar como asesora en ACELA (Asistencia al Celíaco en la Argentina), que durante esos primeros años fue muy fuerte en Bahía. También atiendo pacientes en consultorio, y soy parte del equipo de NP, Nutrición Personalizada.

A.: Sí, genial, ¿ACELA sigue funcionando en Bahía?

M.R.: **Sí, y sigo siendo asesora, participo en charlas, jornadas. Somos un grupo de cuatro profesionales (pediatra, gastroenterólogo, psicóloga y yo) que estamos desde 2004.** En Bahía Blanca hay muchas acciones para la comunidad celíaca desde el Municipio y desde la región sanitaria. Hay además una buena red formada por las elaboradoras de alimentos.



Como nutricionista busco que el paciente genere hábitos saludables que le permitan sostener una dieta libre de gluten adecuada a su estilo de vida, sus posibilidades económicas, y que incluya alimentos naturalmente libres de gluten

A.: ¿Cómo fue que decidiste dedicarte a la Enfermedad Celíaca?

M.R.: Me formé en el Udaondo con la profesora doctora Andrea González, y ahí me enamoré de la EC. Andrea es una apasionada; aprendí mucho yendo a charlas y en consultorio. **Me gustó mucho su abordaje de trabajar no sólo con el paciente sino con la familia, algo novedoso en aquel momento.** Y además con capos como el doctor Bai y el doctor Smecuol, entre otros. Estamos ante **una enfermedad que se trata con dieta, donde el rol del nutricionista es clave.** Trabajo con pacientes adultos con trastornos digestivos en general.

A.: ¿Qué significa la Certificación de Nutrición en Gastroenterología?

M.R.: Es una certificación de SAGE¹ que se obtiene con un examen, que da cuenta del expertise del profesional en ese

campo. Constanza Echevarría fue la mentora de esa certificación y Andrea González es la evaluadora. Tiene una duración de tres años.

A.: Genial. Podríamos decir que sos una nutricionista experta en EC, ¿no? Por la cantidad de pacientes que has tratado hasta ahora...

M.R.: **Sí, tengo más de veinte años tratando pacientes celíacos adultos. Me encanta.**

A.: ¿Cómo dirías vos que es la adhesión a la dieta entre tus pacientes?

M.R.: Te diría que en este aspecto la situación es más o menos igual que hace veinte años, y es totalmente variable. Depende mucho de la situación económica de los pacientes, de su calidad de vida, y también de la **oferta de productos. En este último tema sí encuentro mejoras en los últimos años.**

A.: ¿Es cierto que los productos industrializados libres de gluten ya no contienen tantas grasas y azúcares como al principio, que han mejorado en este sentido?

M.R.: Es cierto, además de que hoy encontramos en el mercado, y con fácil acceso, una cantidad de harinas alternativas nutritivas, con fibra, que antes no había. **La calidad nutricional de los productos mejoró mucho: son menos refinados. La accesibilidad, también.**

¹ SAGE, Sociedad Argentina de Gastroenterología.

A.: Totalmente, hoy es fácil encontrar en supermercados cantidad de productos certificados, en casi todos lados, incluso en ciudades del interior del país. **Pensando en una dieta libre de gluten posible, nutritiva, ¿cuáles son las indicaciones que les das a tus pacientes?**

M.R.: Como nutricionista busco que el paciente genere hábitos saludables que le permitan sostener una dieta libre de gluten adecuada a su estilo de vida, sus posibilidades económicas, y que incluya alimentos naturalmente libres de gluten: frutas, verduras, carnes (si el paciente acepta), semillas, legumbres, cereales aptos.

A.: El tema de la **contaminación cruzada** ¿cómo lo manejas? Para muchos es éste el gran problema de la alimentación sin gluten, sobre todo hoy, que contamos con una oferta variada de productos sin gluten, certificados y ricos.

M.R.: Es un tema delicado. Los celíacos tienen que ser cuidadosos en consumir productos que estén certificados, con logo oficial y en el listado de ANMAT. Deben ser organizados en la manipulación y el almacenamiento de sus alimentos para que no se mezclen con otros con gluten. No comprar alimentos sueltos. **Lavar bien ollas, sartenes y utensilios en general.**



A.: Perfecto. Lavar bien alcanza. No sería necesario tener platos, cubiertos, ollas, Tupper exclusivos...

M.R.: No es necesario. **Sí hay algunos elementos de la cocina que sugerimos sean exclusivos por la dificultad para mantenerlos lim-**

pios, como tostadora, colador de pastas o espumadera, cuchara de madera. El celíaco debe poder compartir con otros que no tienen esta condición, eso también es saludable y hace a la calidad de vida, a la salud mental. **La hipervigilancia no es buena.**

A.: En este sentido, los productos que son para la piel y el pelo no tendrían que ser libres de gluten, ¿no?

M.R.: **El gluten ingresa solamente por la boca, y los celíacos en general podrían usar cualquier producto para la piel y el pelo.** Sí deberían ser productos aptos la pasta de dientes y los labiales; el resto de cosméticos, cremas y shampoos podrían ser productos corrientes. Si la persona tuviera dermatitis herpetiforme o hubiera llegado al diagnóstico con esa patología, ahí sí tendría que usar productos libres de gluten certificados.



"El celíaco debe poder compartir con otros que no tienen esta condición, eso también es saludable y hace a la calidad de vida, a la salud mental.

La hipervigilancia no es buena

A.: Muy buena esta aclaración, ya que a veces dudamos y buscamos productos con logo, más caros, cuando no es necesario.



El gluten ingresa solamente por la boca, y los celíacos en general podrían usar cualquier producto para la piel y el pelo. Si deberían ser productos aptos la pasta de dientes y los labiales; el resto de cosméticos, cremas y shampoos podrían ser productos corrientes. Si la persona tuviera dermatitis herpetiforme o hubiera llegado al diagnóstico con esa patología, ahí sí tendría que usar productos libres de gluten certificados

Hablemos de la avena, ¿por ahora no la recomendás a tus pacientes celíacos?

M.R.: Si bien hay ahora avena con logo oficial libre de gluten y presente en el mercado y en listados, producto de una modificación en la ley en el 2023, nos encontramos las nutricionistas que trabajamos con la temática en un **momento de transición y revisión**

A.: ¿Esto podría cambiar en el futuro?

M.R.: La avena es una oportunidad, pero en Argentina aún es un desafío. Se necesitan consensos y protocolos desde la comunidad médica-científica que nos guíen qué hacer con la avena para poder dar recomendaciones claras y SEGURAS a nuestros pacientes. Además las

recomendaciones deben ser individualizadas de manera que garanticen la seguridad alimentaria de los pacientes celíacos.

A.: Hay personas que deciden consumirla más allá de estas consideraciones, ¿no?

M.R.: En el caso de pacientes que deciden consumirla de todas maneras, yo los acompaño y les sugiero hacer un seguimiento clínico para ver cómo lo tolera el organismo. **A los pacientes recién diagnosticados les sugiero fuertemente evitar su consumo al menos durante el primer año de dieta libre de gluten. También sugiero evitarlo cuando los pacientes aún no revierten síntomas o no responden a la dieta libre de gluten**, aunque ya haya pasado el año de tratamiento. **La evidencia científica encontró que hay**

un pequeño grupo de pacientes, cercano a un 5 por ciento, que presentaría reacciones adversas al consumo de avena.

A.: A mí me preocupa que, como muchos elaboradores de productos encuentran avena con logo y por ahí no saben que no está recomendado su consumo, la usan en sus preparaciones y estamos consumiendo avena sin quererlo.

M.R.: Sí, en este sentido creemos que los paquetes que contienen avena deberían tener una advertencia.

A.: ¡Así es! Marianela, te súper agradezco por esta entrevista y, si te parece bien, podemos organizar un vivo por Instagram para compartir estos temas con la comunidad.

M.R.: ¡Claro que sí! Organizamos.

A.: ¡Gracias! 🌀

Marianela Ramos

Licenciada profesora en Nutrición (UBA); concurrencia en Hospital Udaondo.

Certificada en Gastroenterología SAGE.

Miembro del Grupo de Estudio sobre EC en SAN.

Parte del equipo de NP Nutrición Personalizada @np_nutricionpersonalizada.

Docente UCALP en sede Bahía Blanca.





Presentamos un nuevo producto que es como el azúcar pero cero calorías.

De la mano de la firma TANKI S.A. y su línea de edulcorantes Steviadulri, presentamos este nuevo producto denominado **SteviaDulri cristalizada que es la combinación perfecta de dos edulcorantes de origen natural y que tiene la textura y el sabor del azúcar pero sin calorías.**

SteviaDulri cristalizada es un blend de Eritritol + Stevia que proporciona un dulzor muy similar al azúcar, sin sabor metálico y sin ningún otro edulcorante artificial asociado.

Se comercializará en tres presentaciones: un **estuche de 300 gramos** y **otro de 150 gr.** Su forma de uso es exactamente igual a la del azúcar por lo cual no se necesitan cálculos o tablas de equivalencias. También se puede colocar en una azucarera y utilizar para endulzar el mate o cualquier infusión.

La otra presentación consiste en 30 sobres de sabor intenso y es más práctica para llevar con uno a cualquier lado. Su dulzor es mayor por lo que equivale a cualquier sobre de azúcar o edulcorante.

¡Venimos a cambiar la manera de endulzar!

SteviaDulri cristalizada es libre de gluten y apta para diabéticos.

Qué es el Eritritol: Es un edulcorante de origen natural; un polialcohol empleado principalmente como sustituto del azúcar. Se ha aprobado en Estados Unidos por la FDA y en otras partes del mundo como edulcorante natural. Se produce naturalmente en frutas y alimentos fermentados.

Qué es la Stevia: Stevia es un edulcorante natural que se extrae de la planta Stevia Rebaudiana Bertoni, nativa del Paraguay, utilizada por los Guaraníes para endulzar sus alimentos. El principio activo de la planta se llama esteviosido y es 300 veces más dulce que el azúcar. 🌀

Otras de sus cualidades y beneficios son:

- Tiene efectos antioxidantes y antibacterianos
- No produce placa
- De fácil digestión y sin sabor metálico
- Apta para cocinar.
- No contiene azúcar y es cero calorías

f @steviadulricristalizada | steviadulri.com.ar



Visitanos en www.ledevit.com

LEDEVIT

f @ /ledevitoficial

ANUNCIANTE

Daniel
HELADOS

El Verano llegó a Daniel Helados con Berry Mix

El verano llegó a Daniel Helados **presentando su nuevo sabor Berry Mix**: un helado al agua de arándanos, frambuesa y frutilla ideal para un verano refrescante y **libre de gluten**. Berry Mix se suma a la amplia línea de sabores sin tacc para disfrutar todo el verano. A partir de diciembre ya serán varias las sucursales que cuentan con cucuruchos libres de gluten; de a poco se van sumando más. **Consultá al hacer la compra.**

Hoy Helados Daniel cuenta con una amplia oferta de sabores de helado libre de gluten; sólo hay que pedirlos y los empleados de las sucursales proceden a entregarlos siguiendo un protocolo de despacho establecido que toma todos los recaudos para evitar la contaminación.

Con una trayectoria de décadas (este año la marca cumplió 47 años) y **un compromiso inquebrantable con la calidad**, Daniel Helados se ha consolidado como un referente en la elaboración de helados artesanales.



En septiembre, la marca creadora de Helados desde 1978, abrió dos nuevas sucursales: Lanús y Wilde sumando con estas dos aperturas 90 locales en los cuales los celíacos podemos disfrutar de ricos y variados sabores de helados.

Y en octubre **la primera la primera sucursal de Daniel Helados en la Horqueta cumplió 40 años** y se festejó con una invitación a degustar una tacita de helado gratis. Esta sucursal que luego se transformaría en franquicia ha sido testigo fiel de cómo una receta familiar se convirtió en tradición para miles de argentinos.

Con una fábrica propia que prioriza la calidad artesanal y un modelo de franquicia que ofrece **acompañamiento constante y un know-how** probado, Helados Daniel se posiciona no sólo como referente en la industria por sus innovadores y exquisitos sabores, sino también como **referente en cumplir protocolos para el despacho de helado apto para celíacos, siguiendo normas en la fabricación e implementando protocolos de despacho para evitar la contaminación cruzada.** 🌀



BUSCÁ LA SUCURSAL MÁS CERCANA Y DESCARGÁ LA APP



GUÍA

PRODUCTOS LIBRES DE GLUTEN Y PROFESIONALES MÉDICOS



- > Aderezos
- > Alfajores
- > Bebidas sin alcohol
- > Cosmética
- > Dietéticas | Venta de Productos LDG
- > Dulces
- > Endulzantes
- > Especias
- > Embutidos | Fiambres
- > Galletitas
- > Hamburguesas
- > Harinas | Premezclas
- > Helados
- > Laboratorio
- > Panadería / Repostería
- > Pizzerías
- > Polvos para postres y gelatinas
- > Productos para Repostería
- > Rebozadores
- > Restaurantes
- > Snacks

> Profesionales

GUÍA DE PRODUCTOS LDG

ADEREZOS

ALFAJORES

BEBIDAS SIN ALCOHOL

COSMÉTICA



GUÍA DE PRODUCTOS LDG

DIETÉTICA | VENTA DE PRODUCTOS LIBRES DE GLUTEN

DULCES

ENDULZANTE

ESPECIAS

EMBUTIDOS | FIAMBRES

GUÍA DE PRODUCTOS LDG

EMBUTIDOS | FIAMBRES

GUÍA DE PRODUCTOS LDG

HAMBURGUESAS

HARINAS | PREMEZCLAS

GALLETITAS

GUÍA DE PRODUCTOS LDG

HARINAS | PREMEZCLAS



HELADOS

GUÍA DE PRODUCTOS LDG

HELADOS

LABORATORIO

PANADERIA / REPOSTERIA

PIZZERÍA

POLVOS POSTRES Y GELATINAS



GUÍA DE PRODUCTOS LDG

PRODUCTOS PARA REPOSTERÍA



REBOZADORES

RESTAURANTE



SNACKS



GUÍA DE PROFESIONALES



GUÍA DE PROFESIONALES

GASTROENTERÓLOGAS/OS

FLORENCIA COSTA
Gastroenteróloga.
Especialista en Nutrición
MN 120.581/MP 228.713

floppy.costa@gmail.com

Turnos: ☎ 115323 2303

FERNANDO RAGONE
Gastroenterólogo
La Plata

fernandoragone@gmail.com

EDGARDO SMECUOL
Médico Gastroenterólogo

Centro Médico Martín y Omar
Martín y Omar 352, San Isidro
Tel.: 5298-6350

TURNOS

ENTRAR

MÓNICA DEL COMPARE
Médica Pediatra y
Gastroenteróloga Infantil

Av. Caamaño 1060, Piso 3 Of. 318,
Edificio Officia Life
Pilar
☎ +54911 7072 7777



LUCIANA GUZMÁN
Gastroenteróloga Pediatra MP. 113904
Jefa Servicio Gastroenterología
Hptal. Sor M. Ludovica
La Plata

CONSULTORIO PARTICULAR

Tel. +54221 676 1981

GUÍA DE PROFESIONALES

GASTROENTERÓLOGAS/OS

DR. CHRISTIAN BOGGIO MARZET
Gastroenterología Pediátrica

Turnos Whatsapp
+5411 3807 2050

info@consultorioccbm.com.ar



www.consultorioccbm.com.ar

**DR. ROBERTO MARTÍN
MAZURE**
Gastroenterólogo



+5411 3180 8023

MARÍA LAURA MORENO
Médica Gastroenteróloga

Centro Médico Martín y Omar
Martín y Omar 352, San Isidro
Tel.: 5298-6350

TURNOS

ENTRAR

MARTINA GRIZZUTI
Gastroenteróloga -
Tres Arroyos

Clinica Hispano
Tel.: +54 2983 381286

grizzutimartina@gmail.com

DRA. MARISA SALLABERRY
Gastroenteróloga

Domingo Savio 3008/26,
San Isidro.
Tel.: 4765-9867 / 3578

TURNOS

ENTRAR

SONIA NIVELONI
Gastroenteróloga

siniveloni@intramed.net
Celular sólo mensajes escritos



+5411 4479 3227

GUÍA DE PROFESIONALES

NUTRICIONISTAS

MARÍA DE LA PAZ TEMPRANO

Prof. Lic. en Nutrición - M.N. 9962
Especialista en Enfermedad Celíaca y
Trastornos Relacionados al Gluten
Consultorio Online
y Presencial

paztemprano@gmail.com
+54 9 11 5828 1737

@paztemprano

DRA. GABRIELA FEDELE

(MN 124618)
Médica especialista en nutrición,
obesidad y celiacía

dragabrielafedele@gmail.com

@dragabrielafedele

LIC. EN NUTRICIÓN GUADALUPE CARRERA

(MP 2154)
guadalupecarrera@hotmail.com
+542477 369 000

/alimentoscomoaliados

PROF. DRA. ANDREA F. GONZÁLEZ

Experta en Enfermedad Celíaca y Patologías digestivas
Jefa del Depto. de Alimentación Hospital de Gastroenterología "Dr. C. Benvenuto Gallo" /
Centro Docente, Dominado en Ciencias de la Salud /
Asesora en EC del Ministerio de Salud de la Nación / CABA

alimentacion_udaondo@buenosaires.gob.ar
licagonzalez@yahoo.com.ar

@nutricionygastroenterologia

DR. RICARDO A. WRIGHT

NUTRICIONISTA (MP 2473)

Rp Consultorios
221 451 2288
Turnos

Hospital Italiano de La Plata
0221 512 9500
(sólo atención pediátrica)

licricardowright@gmail.com

GUÍA DE PROFESIONALES

NUTRICIONISTAS

NP NUTRICIÓN PERSONALIZADA

Lic. Constanza Echevarría
Lic. Mariana Ramos

+54 9 11 2839-6020
consultas@nutricionpersonalizada.com.ar

@np_nutricionpersonalizada

JORGELINA LIZZOLI

Lic. en Nutrición
(M.N. 10.297 - M.P. 5.401)

Consultorio Presencial
en Campana, Bs.As.

3489 313758
lic.jorlizzoli@gmail.com

@nutricionaconsciencia

JULIETA BUSCA

Nutrición
Pilar

+5411 6828 5000
julietabuscanutricion@hotmail.com

@julietabuscanutricion

MARIANA PÉREZ

Nutrición
CABA

+54 9 11 6682 2535
mpnutricionsaludable@gmail.com

@mp_nutricionsaludable

ENDOCRINOLOGÍA

DRA. ZANCHETTA, MARÍA BELÉN

Médica Endocrinóloga,
especialistas en Osteología

Tel. 5031-4100
Turnos: msprinsky@idim.com.ar
Libertad 836, CABA
www.idim.com.ar

@idim.ok

LABORATORIO

LITWIN

Laboratorio Bioquímico en
Pediatría y Gastroenterología

011-4503-3855 | 4502-5263
Av. Nazca 3177 3° "38"
CABA

www.laboratoriolitwin.com.ar

ÍNDICE DE ANUNCIANTES

MARCAS

Amber's	L' Sucre Helados
Angiola	Ledevit
Bierzo	Molino Cerrillos
Cabaña Santa Rita	Naquêt
Celidarina	Natura
Celimundo	New Life Gluten Free
Colonial Helados	Nutrisur
Da Leo Pizzería	Panmana
Daniel Helados	Puerto Dulce
Dulces Enrique Pizarro	Riosma / 214
Ecoderm	Seis Inas
Glutal	Stevia Dulri
Indus-lab	Tan Natural
Jamer	Unión ganadera
Josmar Snacks	Zhen Club de Playa

PROFESIONALES

Andrea F. González
Constanza Echevarría
Christian Boggio Marzet
Edgardo Smecuol
Fabio Nachman
Fernando Ragone
Floencia Costa
Gabriela Fedele
Guadalupe Carrera
Jorgelina Lizzoli
Julieta Busca
Luciana Guzmán
María Belén Zanchetta
María de la Paz Temprano
María Laura Moreno
Mariana Pérez
Marisa Sallaberry
Martina Grizzuti
Mónica Del Compare
Néstor Litwin
Ricardo Wright
Roberto Martín Mazure
Sonia Niveloni
Victoria Arango



PROFESIONALES INTERESADOS EN

sumarse gratis
a la Guía Online
Consultar





ACA

ASOCIACIÓN CELÍACA ARGENTINA

Tel: (11) 15 4427 7000

info@celiaco.org.ar - @asociacion.celiaca.org

CONTACTAR

ANMAT

Consulta online del listado integrado de ALG.

www.anmat.gob.ar

Ce.Di.Ce

CENTRO DE DIFUSIÓN DE LA CELIAQUÍA

@ce_di_ce

CONTACTAR

CAPALIGLU

CÁMARA ARGENTINA DE PRODUCTORES DE ALIMENTOS
LIBRES DE GLUTEN Y AFINES

@capaliglu / www.capaliglu.org.ar

CEPAN

CENTRO DE PREVENCIÓN Y ASISTENCIA
EN NUTRICIÓN

WhatsApp: +5411 6395 3503

Tel: 11 4019 2310 / cepan@tigre.gov.ar

CONTACTAR

GPLC

GRUPO PROMOTOR LEY CELÍACA

consultas@ley-celiaca.com.ar

CONTACTAR

HOSPITAL DR. B. UDAONDO

Tel.: 11 4306 4641 al 44 | Int. 172

alimentacion_udaondo@buenosaires.gob.ar

CONTACTAR

SAGE

SOCIEDAD ARGENTINA DE GASTROENTEROLOGÍA

Presidente: Dr. Alejandro Nieponice

sagesecretaria@gmail.com / www.sage.org.ar

CONTACTAR

VICENTE LÓPEZ

EQUIPO INTERDISCIPLINARIO DE ATENCIÓN
A CELÍACOS Y FAMILIARES

celiaquia.salud@vicentelopez.gov.ar

CONTACTAR

CANALES DE CONTACTO



DÉJANOS TU EMAIL
PARA ENTERARTE DE
LAS NOVEDADES



11 6627 4850



La información contenida en la presente edición corresponde a Aglutenados que también posee la propiedad de diagramación de los avisos con excepción de los que han sido provistos por los clientes. Aglutenados no se hace responsable de la calidad de los productos y servicios ofrecidos por los anunciantes. Prohibida la reproducción total o parcial de la información contenida en la presente edición. La información publicada no debe considerarse como sustituta de la información médica. Hecho el depósito que marca la ley 11.723. La marca Aglutenados se encuentra en trámite de registro bajo el nro. de expediente 3.048.876. Obra registrada en la Dirección Nacional de Derecho de Autor, expediente nro. 892285. ISSN 1853-5690.