



## **Los alergólogos desaconsejan las dietas exentas de gluten si no se es celíaco**

Mié, 16/06/2021 - 12:25

Los **alergólogos** desaconsejan seguir **dietas de alimentos sin gluten** si no es estrictamente necesario por sufrir celiacía, y atribuyen al negocio que genera que se esté extendiendo la falsa idea de que no tomar gluten sea más saludable.

En este sentido, **Sonia Gelis**, doctora y coordinadora del *Comité de Alergia a los Alimentos* de la **Sociedad Catalana de Alergia e Inmunología Clínica (SCAIC)** y de la **Academia de Ciencias Médicas de Cataluña**, ha desmentido el supuesto beneficio de las dietas sin gluten en personas que no son celíacas explicando que el hecho de que en los últimos años se haya extendido el consejo de las dietas exentas de gluten, es decir, exentas de alimentos que contengan trigo entre otros cereales, por su teórico beneficio para la salud de las personas, *"responde, en buena parte, al gran negocio que genera"*.

Según la especialista, la evidencia científica de la prevalencia en población general de las enfermedades, que se pueden atribuir a su ingesta, es de un 1 % en Occidente y *"no justifica esta generalización de dietas 'gluten free'"*.

Así las cosas, la doctora ha explicado que *"el interés económico del negocio que esto genera sería el responsable de las numerosas informaciones, sin ninguna evidencia científica, que se transmiten a la población"*.

La alergóloga ha recordado que las alergias alimentarias las debe diagnosticar siempre un profesional, y que el trigo es *"un alimento milenario y es una importante fuente de energía y nutrientes y el cereal por excelencia de occidente, y no lo deberíamos suprimir de nuestra dieta si no es por indicación de un profesional"*.