

Mantener en el tiempo una dieta libre de gluten (DLG) de forma estricta y permanente no es solo un asunto clínico; es una situación de vulnerabilidad que deja en evidencia una profunda inequidad social y geográfica en nuestro país.

Una canasta básica sin gluten en nuestro país puede costar hasta tres veces más que una convencional.

Esta brecha económica empuja a las personas con este diagnóstico hacia una doble carga de malnutrición, que puede estar dada por el riesgo de deficiencias de micronutrientes por el alto costo de alimentos certificados (sin gluten) y, simultáneamente, el consumo de productos ultra procesados de bajo costo que suelen ser más altos en grasas y azúcares promoviendo el desarrollo de obesidad. Esta realidad se agrava en regiones y zonas rurales, donde la disponibilidad de productos seguros es limitada.

A ello se suman barreras cotidianas en locales de alimentos que, por desconocimiento o falta de protocolos frente a la contaminación cruzada, exponen a las personas a transgresiones involuntarias, síntomas y complicaciones a largo plazo.

Necesitamos políticas que garanticen que el acceso a un alimento seguro no dependa del presupuesto familiar ni de la cercanía con los centros urbanos.

Solange Martínez Gallegos
Académica Nutrición y Dietética
Universidad San Sebastián

cartasaldirector@australvaldivia.cl

Ser celiaco en Chile

● Desde mi labor como nutricionista, veo una realidad que los números omiten: seguir el tratamiento para la enfermedad celíaca es, para muchos chilenos, un privilegio inalcanzable.