

El preu de ser celíac

Pseudònim: Esperança

AGRAÏMENTS

Voldria donar les gràcies a tothom que ha intervingut en la creació d'aquest treball, qui m'ha animat en tot moment i que ha fet de la pressió i nervis, alegria i ganes d'aprendre.

Vull agrair a les meves grans amigues que m'han ajudat molt.

En segon lloc, a la meva família, qui sempre m'ha recolzat i m'ha guiat en el procés d'aquest projecte i en la vida en general.

Gràcies a tots els entrevistats ja que, m'han ensenyat la realitat de la cèl·lula.

Per altra banda, agraeixo l'ajuda constant del meu tutor, qui ha estat magnífic, pacient i comprensiu.

I per últim, a tu lector, que siguis qui siguis, fas que el meu treball tingui sentit.

“Només són engrunes...”
Anònim

ÍNDEX

0. INTRODUCCIÓ	6
0.1 MOTIVACIÓ	6
0.2 TEMÀTICA	7
0.3 OBJECTIUS.....	7
0.4 HIPÒTESI	7
0.5 METODOLOGIA	8
0.6 ESTRUCTURA	8
1. EL GLUTEN I LA CELIAQUIA	9
1.1 EL GLUTEN.....	9
1.1.1 Què és el gluten?.....	9
1.1.2 La història del gluten	10
1.1.3 Quina funció té el gluten en els aliments?	10
1.1.4 La farina i el gluten.....	11
1.2 LA CELIAQUIA	11
1.2.1 La celiàquia i la intolerància o sensibilitat al gluten no celíaca	12
1.2.2 La història de la celiàquia	12
1.2.3 Investigadors.....	12
1.2.4 Causes de la celiàquia	14
1.2.5 Síntomes de la celiàquia	14
1.2.6 Tipus de celiàquia	15
1.2.7 La celiàquia al món	17
2. ELS ALIMENTS I EL GLUTEN	18
2.1 L'ETIQUETATGE DELS ALIMENTS AMB GLUTEN	19
2.1.1 Etiquetatge precautori dels al·lèrgens (EPA).....	21
2.1.2 Els símbols.....	21
2.2 LA SEGURETAT ALIMENTARIA A LA CUINA	23
2.3 AJUDES ECONÒMIQUES.....	24
2.3.1 Impost sobre el Valor Afegit	26
3. EL PREU DELS PRODUCTES SENSE GLUTEN	27
3.1 TAULES COMPARATIVES	27
3.1.1 Begudes.....	28
3.1.2 Cereals	29
3.1.3 Galetes	31
3.1.4 Pa torrat i torrades	33
3.1.5 Pa	35
3.1.6 Pizza.....	37
3.1.7 Farina.....	38
3.1.8 Pasta.....	39
3.1.9 Pasta de full	41
3.1.10 Taula resum	42
3.3 ENTREVISTES	44
3.4 COMPARACIÓ DEL COST SETMANAL	46
3.5 COMPARATIVA ANUAL	47

4. CONCLUSIONS	50
5. BIBLIOGRAFIA	52
5.1 WEBGRAFIA	52
6. ANNEXOS	68
6.1 ENTREVISTES	68
6.1.1 <i>Plantilla de les preguntes a les famílies.....</i>	68
6.1.2 <i>Preguntes respostes a les famílies.....</i>	69
6.1.3 <i>Plantilla de les preguntes als fabricants de productes sense gluten</i>	74
6.1.4 <i>Preguntes respostes als fabricants de productes sense gluten</i>	75
6.1.5 <i>Plantilla de les preguntes als fabricants de productes amb gluten.....</i>	77
6.1.6 <i>Preguntes respostes als fabricants de productes amb gluten.....</i>	78
6.1.7 <i>Plantilla de les preguntes al distribuïdor de farines.....</i>	80
6.1.8 <i>Preguntes respostes als fabricants de productes amb gluten.....</i>	80
6.1.9 <i>Plantilla de les preguntes a l'associació de celíacs</i>	81
6.1.10 <i>Preguntes respostes a l'associació de celíacs</i>	82
6.2 TAST	83
6.2.1 <i>Productes i plantilla</i>	83

ÍNDIX DE FIGURES

FIGURA 1. Fotografia d'Areteu	12
FIGURA 2. Esquema símptomes infants.....	14
FIGURA 3. Esquema símptomes adolescents	15
FIGURA 4. Esquema símptomes adults.....	15
FIGURA 5. Esquema tipus de celiaquia	16
FIGURA 6. Mapa de la celiaquia al món	17
FIGURA 7. Taula d'aliments amb gluten	18
FIGURA 8. Etiquetatge erroni d'un producte alimentari de la marca "Granja Armengol"	19
FIGURA 9. . Etiquetatge correcte d'un producte alimentari de la marca "Bonpreu"	20
FIGURA 10. Símbol disseny empresa de producte sense gluten	22
FIGURA 11. Etiquetatge producte sense gluten de la marca "Bebé"	22
FIGURA 12. Símbol fet per 2 grups que recolzen la celiaquia i ajuden a les famílies.	22
FIGURA 13. Producte amb un símbol d'ajuda a les famílies celíaques de la marca "Vila Vella"	22
FIGURA 14. Símbol Internacional de l'Espiga Barrada	23
FIGURA 15. Producte amb el Símbol Internacional de l'Espiga Barrada de la marca "Schär"	23
FIGURA 16. Taula comparativa producte sense gluten.....	28
FIGURA 17. Fotografia cervesa sense gluten	28
FIGURA 18. Taula comparativa producte amb gluten	28
FIGURA 19. Fotografia cervesa amb gluten.....	28
FIGURA 20. Taula comparativa producte sense gluten.....	28
FIGURA 21. Fotografia cervesa sense gluten	28
FIGURA 22. Taula comparativa producte amb gluten	29
FIGURA 23. Fotografia cervesa amb gluten.....	29
FIGURA 24. Taula comparativa productes sense gluten	29
FIGURA 25. Fotografia cereals sense gluten	29
FIGURA 26. Fotografia cereals sense gluten	29
FIGURA 27. Taula comparativa productes amb gluten	30
FIGURA 28. Fotografia cereals amb gluten.....	30
FIGURA 29. Fotografia cereals amb gluten marca blanca Bonpreu	30
FIGURA 30. Fotografia galetes sense gluten	31
FIGURA 31. Fotografia galetes sense gluten	31
FIGURA 32. Taula comparativa productes sense gluten	31
FIGURA 33. Taula comparativa productes amb gluten	31
FIGURA 34. Fotografia galetes amb gluten.....	31
FIGURA 35. Fotografia galetes amb gluten marca blanca Eroski/Caprabo	31
FIGURA 36. Taula comparativa producte sense gluten.....	32
FIGURA 37. Taula comparativa producte amb gluten	32
FIGURA 38. Fotografia galetes sense gluten	32

FIGURA 39. Fotografia galetes amb gluten.....	32
FIGURA 40. Taula comparativa producte sense gluten.....	32
FIGURA 41. Taula comparativa producte amb gluten	32
FIGURA 42. Fotografia galetes amb gluten i sense	32
FIGURA 43. Taula comparativa producte sense gluten.....	33
FIGURA 44. Taula comparativa producte amb gluten	33
FIGURA 45. Fotografia galetes amb gluten i sense	33
FIGURA 46. Fotografia pa torrat sense gluten	33
FIGURA 47. Fotografia pa torrat sense gluten	33
FIGURA 48. Taula comparativa productes sense gluten	34
FIGURA 49. Taula comparativa productes amb gluten	34
FIGURA 50. Fotografia pa torrat amb gluten.....	34
FIGURA 51. Fotografia pa torrat amb gluten.....	34
FIGURA 52. Taula comparativa producte sense gluten.....	35
FIGURA 53. Taula comparativa producte amb gluten	35
FIGURA 54. Fotografia torrades amb gluten i sense.....	35
FIGURA 55. Taula comparativa producte sense gluten.....	35
FIGURA 56. Fotografia pa de motlle sense gluten	35
FIGURA 57. Taula comparativa producte amb gluten	35
FIGURA 58. Fotografia pa de motlle amb gluten.....	35
FIGURA 59. Taula comparativa producte sense gluten.....	35
FIGURA 60. Fotografia pa de motlle sense gluten	35
FIGURA 61. Taula comparativa producte amb gluten	36
FIGURA 62. Fotografia pa de motlle amb gluten.....	36
FIGURA 63. Taula comparativa producte sense gluten.....	36
FIGURA 64. Fotografia pa de motlle sense gluten	36
FIGURA 65. Taula comparativa producte amb gluten	36
FIGURA 66. Fotografia pa de motlle amb gluten.....	36
FIGURA 67. Taula comparativa producte sense gluten.....	36
FIGURA 68. Taula comparativa producte amb gluten	36
FIGURA 69. Fotografia pa de motlle amb gluten i sense.....	36
FIGURA 70. Taula comparativa producte sense gluten.....	37
FIGURA 71. Fotografia troncs amb xocolata sense gluten.....	37
FIGURA 72. Taula comparativa producte amb gluten	37
FIGURA 73. Fotografia troncs amb xocolata amb gluten	37
FIGURA 74. Taula comparativa producte sense gluten.....	37
FIGURA 75. Fotografia pizza sense gluten	37
FIGURA 76. Taula comparativa producte amb gluten	37
FIGURA 77. Fotografia pizza amb gluten.....	37
FIGURA 78. Taula comparativa producte sense gluten.....	38
FIGURA 79. Fotografia farina sense gluten.....	38
FIGURA 80. Taula comparativa productes sense gluten	38
FIGURA 81. Fotografia farina amb gluten	38
FIGURA 82. Fotografia farina amb gluten	38
FIGURA 83 Fotografia farina amb gluten	38
FIGURA 84. Fotografia farina amb gluten	38

FIGURA 85. Taula comparativa producte sense gluten.....	39
FIGURA 86. Fotografia pasta sense gluten.....	39
FIGURA 87. Taula comparativa producte sense gluten.....	39
FIGURA 88. Fotografia pasta amb gluten	39
FIGURA 89. Taula comparativa producte sense gluten.....	39
FIGURA 90. Fotografia pasta sense gluten.....	39
FIGURA 91. Taula comparativa producte amb gluten	40
FIGURA 92. Fotografia pasta amb gluten	40
FIGURA 93. Taula comparativa producte sense gluten.....	40
FIGURA 94. Fotografia pasta sense gluten.....	40
FIGURA 95. Taula comparativa producte amb gluten	40
FIGURA 96. Fotografia pasta amb gluten	40
FIGURA 97. Taula comparativa producte sense gluten.....	41
FIGURA 98. Taula comparativa producte amb gluten	41
FIGURA 99. Fotografia fideus amb gluten i sense	41
FIGURA 100. Taula comparativa producte sense gluten.....	41
FIGURA 101. Taula comparativa producte amb gluten	41
FIGURA 102. Fotografia espaguetis amb gluten i sense	42
FIGURA 103. Taula comparativa producte sense gluten.....	41
FIGURA 104. Fotografia pasta de full sense gluten	41
FIGURA 105. Taula comparativa producte amb gluten	42
FIGURA 106. Fotografia pasta de full amb gluten	42
FIGURA 107. Taula resum.....	43
FIGURA 108. Taula sobre consum i cost setmanal	46
FIGURA 109. Taula sobre la comparativa anual	48
FIGURA 110. Gràfica de l'evolució de la comparativa anual	48
FIGURA 111. Gràfica de l'evolució de la diferència de preus	49

0. INTRODUCCIÓ

0.1 Motivació

La meua motivació per la cuina i els aliments em ve des de ben petita. Vaig començar a cuinar amb els meus pares. Des de pastissos fins a qualsevol altre plat. Fa anys que he descobert que m'encanta. Hi ha gent que medita, o d'altra que fa esport per relaxar-se. Jo cuino. Moltes vegades em fa oblidar de les preocupacions del dia a dia, i em transporta a un món on només existeixen els aliments, els fogons i jo.

Però, podríem dir que la meua curiositat cap a la celiaquia em ve d'unes vacances a València. Amb la meua família, vam visitar el museu de la xocolata que forma part de *Chocolates Comes S.L.*¹. Un artesà ens va explicar que antigament la seva xocolata era molt famosa i la causa de l'èxit no es va descobrir fins fa poc. Fa uns quants anys, no tothom podia menjar xocolata, ja que els produïa mal de panxa i indigestió. La xocolata Comes era l'única que gairebé tothom podia menjar i no els hi feia mal. Ara s'ha descobert que és degut a un dels seus ingredients: la farina. La gran majoria de xocolates eren fetes de farina de blat i per tant, els celíacs, encara que no se sabés, els hi provocava danys a l'intestí. En canvi, la xocolata Comes està feta de farina d'arròs, a causa de les grans plantacions d'aquest ingredient en aquella zona. Un simple ingredient va fer possible que molta més gent pogués menjar aquest aliment tan llaminer com és la xocolata.

D'altra banda, l'any passat a l'institut em van fer escollir assignatures, és a dir, no tothom faria les mateixes. Bàsicament serveixen per especialitzar-se més profundament en un camp i com a ajuda en un futur. També ens permet als estudiants fer o descobrir l'assignatura que més ens agrada. I en aquell moment va ser quan l'economia va entrar en la meua vida. Des de llavors, els diners, la llei de l'oferta i la demanda, i el màrqueting i jo, som molt bons companys.

Ara bé, unir aquests dos temes no és gens fàcil. El que tenia clar que el meu treball de recerca de batxillerat es basaria en aquests dos camps.

¹ Empresa situada a Sueca (València) que elabora productes de xocolata.

0.2 Temàtica

Al principi, no trobava cap relació entre la cuina i l'economia. Però, un bon dia, durant el sopar de la nit de reis, se'm va encendre la bombeta. Sobre la taula hi havia dos tortells, un amb tots els ingredients que "normalment" porten i un altre sense ou ni fruits secs, ja que el meu cosí petit és al·lèrgic a aquests dos ingredients. I aquí va ser quan va aparèixer la meua curiositat pel món de les al·lèrgies i les intoleràncies.

Vaig decidir analitzar quin cost té per les famílies que un o més d'un dels seus membres tingui alguna al·lèrgia alimentària. Justament vaig escollir el gluten i la celiaquia, perquè crec que és una malaltia més comuna i coneguda que en comparació a d'altres i perquè m'interessava.

0.3 Objectius

Aquests són els objectius d'aquest treball:

- Saber què és el gluten i on es troba.
- Qui no pot menjar gluten i per què.
- Investigar el mercat dels productes sense gluten.
- Conèixer com s'han d'etiquetar els productes sense gluten.
- Comparar els preus dels productes amb gluten i els que no en porten.
- Saber si hi ha alguna ajuda econòmica pels celíacs.
- Entrevistar celíacs i els seus familiars.
- Realitzar un tast a cegues per comparar un conjunt de característiques entre els aliments amb i sense gluten.

0.4 Hipòtesi

Aquest treball de recerca es basa en demostrar o desmentir la següent afirmació: Ser celíac comporta haver de pagar més pels productes alimentaris² a causa de l'elevat preu de les matèries primeres.

² Tota menció de "productes sense gluten" en aquest treball, es referirà a aquells que s'han elaborat expressament sense gluten.

A partir de la recerca d'informació, la investigació del mercat dels productes sense gluten i entrevistes, espero trobar si aquesta frase és certa i trobar el perquè.

0.5 Metodologia

Per tal de realitzar el treball que trobareu a continuació, s'han dut a terme dos tipus de metodologia: la primera és la consulta de webs i llibres, que trobareu indicats a la webgrafia i a la bibliografia. La gran majoria de la informació trobada amb aquests mètodes la trobem a la part teòrica. L'altra metodologia de recerca han set les entrevistes i l'obtenció d'informació a partir de comparacions de preus, que ho trobem a la part pràctica.

0.6 Estructura

El treball està estructurat en sis parts principals. La primera és la introducció, que inclou: la motivació per fer el treball, la temàtica, els objectius que vull assolir, la hipòtesi, quina metodologia he utilitzat i l'explicació de l'estructura.

A continuació, hi ha l'apartat del gluten i la cèliaquia, on explico aquesta malaltia i el seu causant. En tercer lloc, trobem els aliments i el gluten, que tracta de l'etiquetació de productes sense gluten, ajudes econòmiques i la seguretat alimentaria.

També trobem un altre apartat anomenat el preu dels productes sense gluten, on s'hi troba comparacions de preus i entrevistes, per tant, tota la part pràctica.

No ens podem oblidar de les conclusions, allà on es contrasten els objectius i la conclusió posterior. També es valida la hipòtesi i tot el que s'ha après en la realització del treball.

Per últim, hi ha la bibliografia i la webgrafia.

1. EL GLUTEN I LA CELIAQUIA

1.1 El gluten

1.1.1 Què és el gluten?

El gluten és com anomenem a un conjunt de proteïnes que es troben a molts cereals. Aquest conjunt està format per glutenines i les prolamines. Les primeres són glutelins, proteïnes d'origen vegetal, per tant, que la matèria primera s'origina en una font no animal. Aquest tipus té l'avantatge que no ens aporta colesterol i té un contingut més alt en fibra que les proteïnes d'origen animal. Per altra part, les prolamines es consideren la part tòxica o la causa de la malaltia celíaca. També les podem anomenar gliadines si parlem del blat, hordeïnes en l'ordi, secalines en el sègol o avenines en la civada, ja que poden rebre diversos noms depenent del cereal del qual estem parlant.

Els cereals que contenen aquest conjunt de proteïnes que formen el gluten són: el blat, el sègol, l'ordi, l'espelta i el kamut. A més a més, podem afegir el cereal triticales el qual és un híbrid entre el blat i el sègol.

El producte amb gluten més famós és el blat. Tot i això, no vol dir que sigui el més consumit, ja que l'ordi el supera notablement. Segons "l'Estadística de superfícies i produccions de conreus agrícoles" realitzada per el Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació de la Generalitat de Catalunya l'any 2017, el total utilitzat de la llavor del blat a Catalunya és de 17.224 tones. D'altra banda, trobem l'ordi amb un total de 37.673 tones, clarament per sobre el blat. Respecte el sègol és de 257 tones, l'espelta de 205 tones i el triticales de 947 tones. Com podem observar, utilitzem molts cereals amb gluten.

1.1.2 La història del gluten

Per determinar els orígens d'aquest component, analitzarem els inicis del blat, un dels cereals més antics i més famosos respecte el món del gluten.

Tot comença a Mesopotàmia, zona entre els rius Èufrates i Tigris. D'això en fa uns 12000 anys. Més tard, entre el 9000 a.C. i el 4000 a.C., l'agricultura s'expandeix i ja no només trobem blat a Mesopotàmia, sinó que també el trobem a Irlanda, Dinamarca i Suècia. De mica en mica, el gra de blat s'adapta a ambients més diversos i les plantacions comencen a ser més estables.

Però, en el passat el consum de gluten a Europa era inferior a l'actual. L'augment s'atribueix a la Revolució industrial i al procés de fer pa. Com les tècniques havien millorat, la producció i el consum també. En veure aquest gran èxit, els forners van voler millorar la qualitat del pa, és a dir, volien que la massa fos més esponjosa i cruixent. El que va portar a que el gluten es transformés en additiu i per tant, en què hi hagués més quantitat de gluten a la massa.

1.1.3 Quina funció té el gluten en els aliments?

Cada proteïna està formada per la unió de moltes molècules més simples anomenades aminoàcids. Com ja he dit, el gluten està format per dues proteïnes: la prolamina i la glutenina.

Les cadenes de gliadina, ens permeten la plasticitat d'una massa, és a dir, que la massa s'estiri i es quedi fixament amb aquella forma. Per altra banda, les cadenes de glutenines ens permeten que una massa sigui elàstica. A totes aquestes propietats, se li pot sumar el fet que el gluten també és un espessant.

1.1.4 La farina i el gluten

Moltes vegades quan anem a comprar farina, ens trobem que n'hi ha diversos tipus. Segons el Real Decreto 677/2016 publicat al BOE, trobem quatre tipus de farina d'acord amb la seva força: la farina de gran força, la de força, la de mitja força i la panificable. El criteri que fan servir per realitzar aquesta classificació és el percentatge de proteïnes (gluten) que porta.

La farina amb més proporció de proteïnes és la de gran força amb un mínim de 14,5%. Aquesta farina ens permet tenir un producte esponjós. A continuació, tenim la farina de força, que conté aproximadament un 12,5% de proteïnes com a mínim. Amb un 10,5 % trobem la farina de mitja força, i finalment, la farina panificable amb un 9% de proteïnes com a mínim.

1.2 La celiaquia

La celiaquia és una malaltia digestiva a causa de la intolerància³ al gluten. Concretament afecta l'intestí prim, el qual conté unes vellositats microscòpiques, que absorbeixen els nutrients. Les persones amb aquest tipus d'intolerància, cada vegada que mengen qualsevol producte amb gluten, el seu cos reacciona de manera que destrueix de mica en mica les vellositats de l'intestí. Per tant, el cos no pot absorbir correctament les vitamines, els minerals ni d'altres nutrients. Això pot portar a la desnutrició, a l'anèmia⁴, a osteoporosi⁵ o fins i tot, si aquesta reacció té lloc durant el període de creixement, pot causar que l'individu no creixi potencialment. A més a més, els celíacs tenen més probabilitats a tenir altres malalties com el càncer intestinal, malalties a la tiroide o intolerància a la lactosa, entre d'altres. L'única solució a la malaltia és realitzar una dieta sense gluten o productes amb menys de 20mg/kg⁶ de gluten.

³ Reacció desfavorable que produeix la ingestió de certs aliments en algunes persones.

⁴ Falta de ferro

⁵ Falta de calci

⁶ 1 mg de gluten per cada quilo de producte.

1.2.1 La celiàquia i la intolerància o sensibilitat al gluten no celíaca⁷

La intolerància o també dit, sensibilitat al gluten no celíaca és un concepte que a vegades es confon per la celiàquia. Les persones que tenen aquesta sensibilitat, presenten molèsties després d'haver ingerit un producte amb gluten. Però, la diferència respecte a la celiàquia és el fet que les vellositats de l'intestí no es danyen en consumir un producte amb gluten. La solució és també la dieta sense gluten, perquè, segons l'Associació de celíacs i Sensibles al Gluten els pacients milloren.

1.2.2 La història de la celiàquia

Abans de fer un viatge cronològic pels orígens de la celiàquia, podem parar a observar la paraula "Celíac" que com tot mot té un inici. Etimològicament parlant, aquest mot prové del llatí, concretament de la paraula "coeliacus", que significa "relatiu al ventre". Però encara podem recular més el temps. Es diu que els llatins van agafar-la dels grecs: "koliakos" que vol dir "trastorn de l'intestí" sent "koilia" ventre. Aquesta última paraula prové d'una altra "koilos" referint-se a una cosa buida o esquerdada.

1.2.3 Investigadors

1. ARETEU

Areteu va ser un metge del qual avui en dia no se'n sap gran cosa. Es diu que possiblement va néixer a Capadòcia (actual Turquia) tot i que, no es descarta que tingui orígens grecs. Va néixer entre el segle I d.C. aproximadament. Es considera el primer metge que va descriure la celiàquia. Areteu diu que els celíacs eliminaven els aliments no digerits i parcialment crus, el que provocava problemes digestius, aprimament i debilitat.



Tu breuis, obscurus, nec vocula pendere priua,
Gloria Cappadocum proximus rupperratis,
Goupylus à tinea seruat, te Crassus honorus
Induit Aufonia veste: legere diu.

FIGURA 1. Fotografia d'Areteu.

Font:

https://www.neurologia.com/img/imagenes/2008448_2008448_1.jpg

⁷ Tota menció "d'intolerància al gluten" en aquest treball fa referència a la celiàquia. Si es parla de la sensibilitat al gluten no celíaca, que també es pot dir intolerància, sempre estarà indicat amb les paraules "no celíaca".

2. JERÓNIMO SORIANO

Alguns anys més tard, concretament l'any 1600, trobem la primera referència espanyola sobre aquesta malaltia. L'autor d'aquesta és Jerónimo Soriano, metge de Teruel i autor de "Método y orden de curar las enfermedades de los niños". Aquest llibre, no només parla de la cèliaquia, sinó també de l'epilèpsia o la meningitis, entre d'altres.

3. GEE-HERTER

Més endavant, aproximadament l'any 1888, es torna a parlar de la cèliaquia a mans de Samuel Gee. Aquest pediatre anglès, a part de parlar de la malaltia, va remarcar la importància de l'alimentació per la curació de la cèliaquia. La seva aportació va estar tan ben considerada, que la malaltia, durant un temps, va ser anomenada "malaltia de Gee-Herter". Herter va ser un metge que també va fer esment de la cèliaquia.

4. DICKE I ANDERSON

Durant la segona Guerra Mundial a Holanda, es va patir fam i a conseqüència, el consum de la farina va disminuir. Gràcies a uns estudis de Williem K. Dicke, un pediatre holandès, es va observar que durant aquella època els celíacs ja no tenien problemes digestius ni hi havia tants casos d'aquesta malaltia. Segons Dicke, aquesta reducció era degut a l'eliminació del blat, per tant del gluten, a la dieta. A partir d'aquestes observacions, es va poder trobar l'origen que donava lloc a la cèliaquia, és a dir, les prolamines. Charlotte Anderson va ser una metgessa col·laboradora amb aquest descobriment.

5. A ESPANYA

Si ens centrem en Espanya, diversos especialistes han parlat i escrit sobre la cèliaquia, com per exemple: Santiago Cavençt, Isidoro Hernández González, Andrés Martínez Vargas o Manuel Suárez Perdiguero, entre d'altres.

1.2.4 Causes de la cèliaquia

Segons diverses fonts com MedlinePlus i National Institutes of Health, l'origen d'aquesta malaltia no se sap. Això sí, una persona amb familiars que tinguin aquesta intolerància, té més possibilitats que ella mateixa o els seus descendents la tinguin. Per tant, podria ser hereditària. La malaltia també pot ser causada per una infecció o una combinació d'una malaltia genètica amb una infecció. A més, es pot detectar a qualsevol edat, tant sigui la infantesa o més endavant. Això sí, és més comuna en dones.



FIGURA 2. Esquema síntomas infantes

Font: <https://celicidad.net/wp-content/uploads/2019/06/S%C3%A9ntomas-en-ni%C3%B1os.png>

1.2.5 Síntomes de la cèliaquia

El símptomes varien segons l'edat. Si l'individu es troba en la infantesa, aquests poden ser distensió abdominal ⁸, diarrees, problemes de creixement, anèmia, vòmits, nàusees, úlceres bocals, irritabilitat i dermatitis atòpica, entre d'altres.

⁸ Es presenta el ventre inflat



FIGURA 3. Esquema síntomas adolescentes

Font: <https://celicidad.net/wp-content/uploads/2019/06/S%C3%A9ntomas-en-ni%C3%B1os.png>

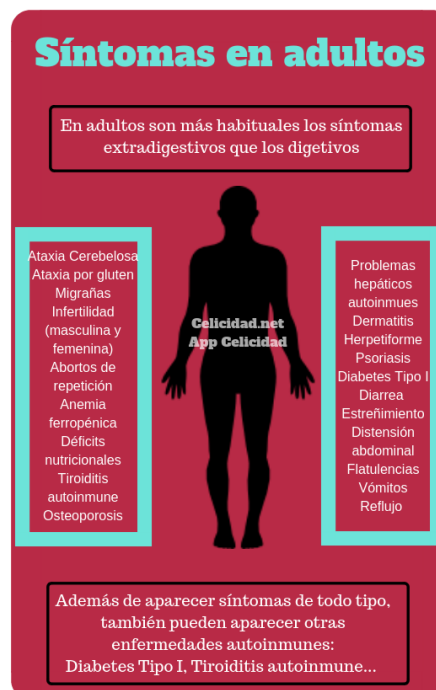


FIGURA 4. Esquema síntomas adults

Font: <https://celicidad.net/wp-content/uploads/2019/06/S%C3%A9ntomas-en-adultos.png>

Més endavant de l'època de creixement trobem els adolescents que poden patir dolor abdominal, baixa talla, problemes cutanis, retard de la primera menstruació també anèmia. Com més gran és la persona, més símptomes pot tenir. Tornem a trobar els problemes cutanis, avortaments en repetició, infertilitat, trastorns neurològics, osteoporosi⁹, vòmits i migranyes, entre d'altres¹⁰.

1.2.6 Tipus de celiaquia

Quan parlem de la malaltia celíaca, no ens podem referir a graus sinó que hem de parlar de tipus. En total hi ha cinc tipus de malaltia celíaca. Diferenciem cada grup depenent dels símptomes que el pacient manifesta.

⁹ Malaltia causada per la disminució de la massa òssia que facilita el trencament dels ossos.

¹⁰ Veure esquema figura 4.

En primer lloc trobem la celiàquia de tipus **asimptomàtica** o també anomenada **subclínica**. Com bé indica el seu nom, no presenta símptomes, la qual també s'identifica com a celiàquia silenciosa. Tot i així, les vellositats del seu intestí pateixen igualment danys. Per tant, aquest tipus és molt perillós perquè el cos de l'individu al menjar un producte amb gluten, no manifesta cap senyal que indiqui que és celíac. Però, no vol dir que el seu intestí prim no pateixi.

Oposadament a l'anterior, trobem la celiàquia **clàssica o simptomàtica**. Aquest tipus de malaltia presenta els símptomes més corrents de la celiàquia (esmentats a l'apartat anterior), el que fa que sigui detectada amb molta més rapidesa que d'altres tipus. Tot i que es pot detectar a qualsevol edat, és més probable que se'n conegui l'existència en el pacient durant la infantesa a causa dels símptomes, ja anomenats.

La celiàquia **potencial** és aquella en què els pacients no la pateixen però estan predisposats genèticament. És possible que en el transcurs de les seves vides es tornin celíacs.

El tipus més curiós de la malaltia celíaca és la **latent**. Qui pateix una celiàquia latent vol dir que, amb una dieta sense gluten pot millorar. Per tant, si posteriorment decideix tornar a consumir productes amb gluten, és possible que ja no li facin mal.

Per últim trobem la celiàquia **refractària** o també **atípica**. Se sol diagnosticar a partir dels 50 anys i es podria dir que és la més perillosa. No respon positivament a la dieta sense gluten, per tant, els símptomes no desapareixen. Es diu que aquest tipus de celiàquia prové d'una celiàquia clàssica que no s'ha tractat amb la dieta adequada.

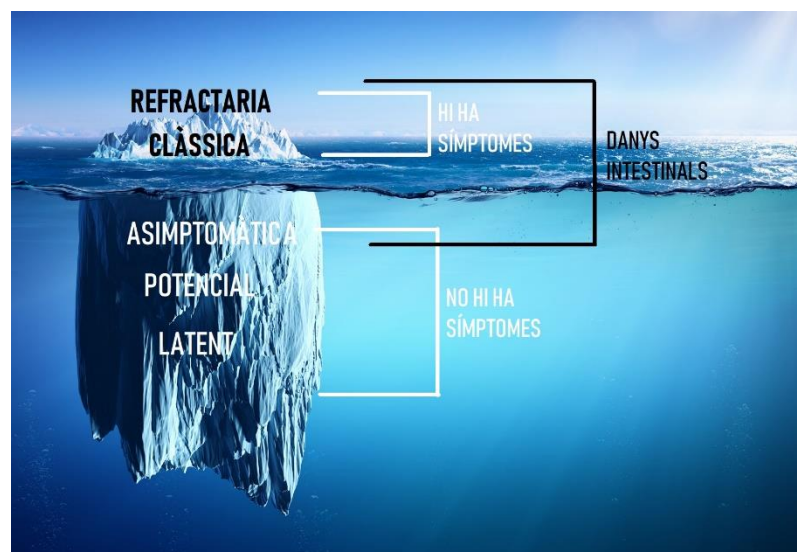
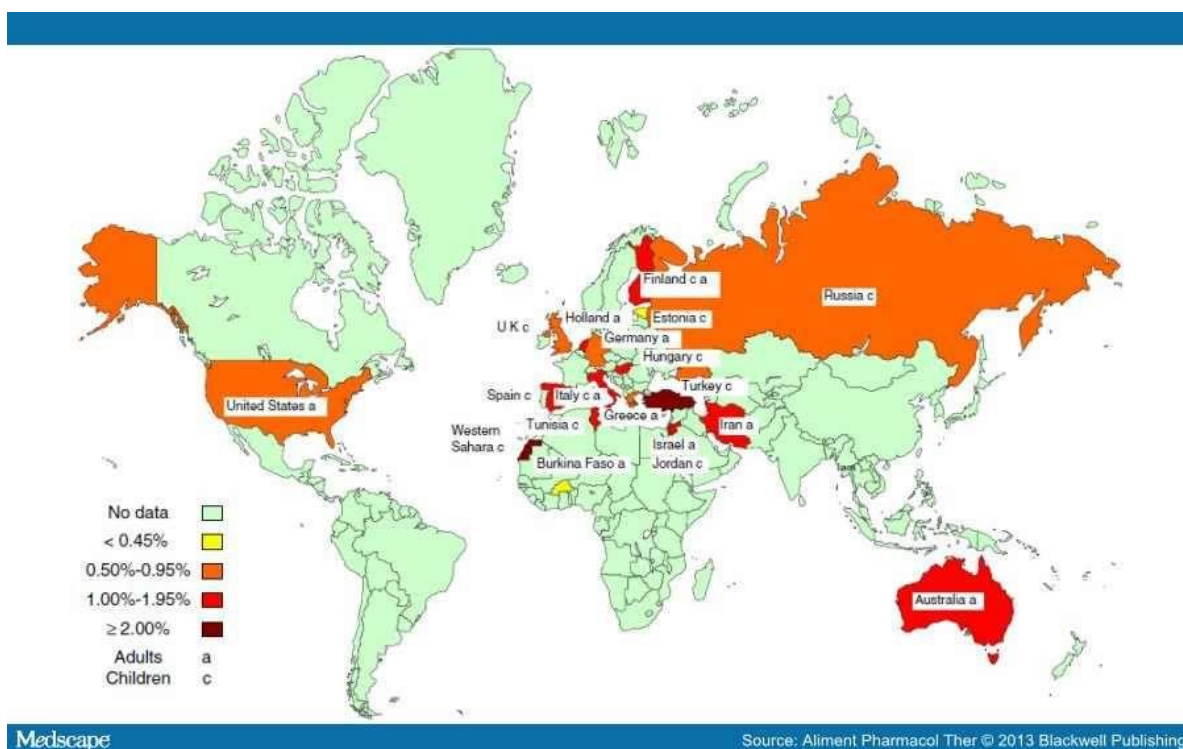


FIGURA 5 . Esquema tipus de celiàquia
Font redactat:pròpia
Font imatge: https://www.continuitysa.com/wp-content/uploads/2018/03/77391653_ml.jpg

1.2.7 La celiàquia al món

Com s'ha dit anteriorment, els cereals amb gluten, com el blat, es van començar a cultivar a Mesopotàmia (Orient pròxim) i a Europa. Per tant, el gluten conviu en aquestes zones des de fa més temps que d'altres països com la Xina, Japó o l'Índia. Aquests últims territoris cultivaven arròs. En altres paraules, Europa i l'Orient Pròxim, i més tard els Estats Units, Austràlia i Sud-Amèrica, adopten una dieta basada en el blat. Aquests fets expliquen el perquè hi havia més casos de celiàquia en aquestes zones. Avui en dia, gairebé tothom consumeix productes amb gluten, per tant, el nombre de casos s'ha anat igualant, com podem veure en el mapa següent:

FIGURA 6. Mapa de la celiàquia al món
Font: <https://glutenfree.sg/wp-content/uploads/2018/11/90af111c9c2e8f88124ee08c96ae3129.jpg>



A algun país d'Àfrica podem observar com més d'un 2% de la població és celíaca. A Itàlia, Espanya, Grècia, Iran, Holanda, Finlàndia i Austràlia la celiàquia forma part d'entre un 1% i 1,95% dels habitants. A Rússia, Hongria, Alemanya, Regne Unit o els Estats Units és el 0,5%/0,95%. I els països documentats amb menys habitants celíacs són Estònia i Burkina Faso.

Els percentatges que ens marca el mapa són els celíacs diagnosticats. En el món n'hi ha molts més però, no ho saben a causa de la falta de símptomes, per exemple. Tot i així, l'Associació Celíacs de Catalunya diu que 1 de cada 100 habitants és celíac.

2. ELS ALIMENTS I EL GLUTEN

La taula següent està elaborada a partir de dades de l'Associació Celíacs de Catalunya, el FACE¹¹ i el NASPGHAN.¹² La teoria pot ser lleugerament diferent de la realitat. Per això, cal assegurar-nos que el producte no porti gluten, ja sigui mirant a l'etiqueta o demanant a professionals abans de consumir-lo, en el cas que es sigui celíac.

GRUP D'ALIMENTS	ALIMENTS AMB GLUTEN O AMB POSSIBILITAT QUE EN CONTINGUIN
Begudes alcohòliques	Licors i cerveses
Begudes no alcohòliques	Infusions, batuts de cereals, cafè envasat, malta.
Cacau	Rajoles de xocolata, bombons, preparats de xocolata desfeta.
Carn	Menjar preparat i precuinat
Cereals	Blat, sègol, ordi, espelta, kamut, tritcale.
Dolços	Gominoles Xiclets
Fruita i verdures	Gaspatxo, fruita deshidratada, mermelades i confitures,
Fruits secs	Farines de fruits secs Barretes

¹¹ Federación de Asociaciones de Celíacos de España

¹² North American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (Societat nord-americana de gastroenterologia, hepatologia i nutrició pediàtrica).

Làctics	Margarina, llet i iogurt en pols, iogurt amb aliments afegits com fruita, flams, natilles, formatges manipulats com el formatge d'untar.
Peix	Preparats o precuinats

FIGURA 7. Taula d'aliments amb gluten
Font: pròpia

2.1 L'etiquetatge dels aliments amb gluten

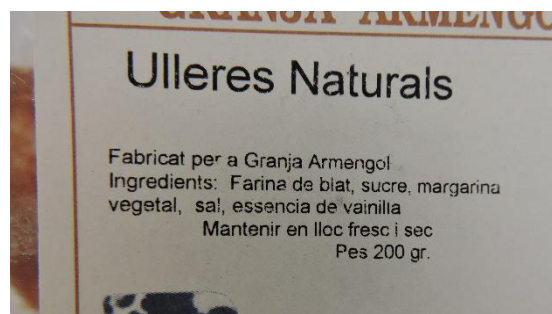
Segons l'estudi realitzat pel Defensor del Poble¹³ les famílies a les quals hi ha un membre celíac, els preocupa la manca d'informació relacionada amb si els productes que consumeixen contenen gluten o no.

Actualment, l'etiquetatge i control dels productes amb gluten ha de seguir unes normes pautades publicades per la Unió europea (UE) i Espanya. Des del Diari Oficial de la Unió Europea s'han publicat un conjunt de documents que mencionen l'etiquetatge dels aliments, que a continuació se'n parlarà.

Per exemple, a l'any 2011 es va publicar el Reglament (UE) n^o 1169/2011¹⁴, el qual parla sobre la informació facilitada al consumidor. Hi consta que la llista d'ingredients és un element obligatori que s'ha de donar al comprador. A més a més, tots els ingredients que poden causar al·lèrgies o intoleràncies s'han de destacar tipogràficament de tots els altres (article 21). Ja sigui subratllant, canviant el tipus de lletra o el color.

FIGURA 8. Etiquetatge erroni d'un producte alimentari de la marca "Granja Armengol"
Font: pròpia

A la imatge podem veure un clar error en l'etiquetatge d'un producte alimentari, ja que els al·lèrgens no estan destacats. És a dir, el blat en aquest cas hauria de destacar topogràficament com diu el reglament.



¹³ Organisme públic espanyol que defensa els drets dels ciutadans.

¹⁴ Reglament del 25 octubre del 2011 i aplicable des del 13 de desembre de 2014.



FIGURA 9. Etiquetatge correcte d'un producte alimentari de la marca "Bonpreu"
Font: pròpia

En aquesta altra fotografia, podem observar un producte que el seu etiquetatge compleix el Reglament (UE) n° 1169/2011, ja que l'al·lergen està en negreta i destaca per sobre les altres paraules.

Posteriorment, el Boletín Oficial del Estado¹⁵, publica el Reial decret 126/2015¹⁶ en el qual "s'aprova la norma general relativa a la informació alimentaria dels aliments que es presenten sense envasar per la venda al consumidor final i a les col·lectivitats, dels envasats en els llocs de venda de petició del comprador, i dels envasats pels titulars del comerç al detall" (BOE 126/2015, 2015, p.1).

Si ens fixem més concretament en l'etiquetatge d'aliments sense o amb gluten, bàsicament hi ha 2 reglaments dedicats al tema. Primer de tot, trobem el Reglament (CE) n° 41/2009¹⁷ publicat pel Diari Oficial de la Unió europea, i més tard, aquest organisme també realitza el Reglament (UE) n°828/2014¹⁸. Tots dos parlen sobre els requisits de l'etiquetatge de la presència reduïda o nul·la de gluten en productes.

L'article 3 i 4 del n°41/2009 ens concreta quina ha de ser la informació als productes envers el contingut de gluten. El número 3 comença detallant que els aliments que no superin els 100mg/kg de gluten, poden portar "contingut molt baix en gluten". Si no superen els 20mg/kg de gluten, tenen la possibilitat de mencionar "lliure de gluten" a la presentació i publicitat. Al final d'aquesta part remarca que aquests 2 termes han de constar molt a prop del nom comercial del producte. Més endavant, a l'article 4 ens

¹⁵ Diari oficial de l'Estat espanyol on s'hi publiquen lleis, entre d'altres.

¹⁶ Reial Decret del 27 de febrer de 2015 que va entrar en vigor el dia següent a la seva publicació.

¹⁷ Reglament del 20 de gener de 2009 i aplicable des de l'1 de gener de 2012.

¹⁸ Reglament del 30 de juliol de 2014 i aplicable des del 20 de juliol de 2014.

informa sobre quins productes poden portar les paraules “lliure de gluten”. Per tant, tots els productes pel consum normal i aquells destinats a una alimentació particular, poden portar el distintiu. Això sí, tothom que estigui fent una dieta sense gluten, ja sigui per celiaquia o per sensibilitat al gluten no celíaca, només podrà consumir els productes que hi indiqui “lliure de gluten”.

El Reglament (UE) n°828/2014 introdueix 4 maneres més d’informar al consumidor sobre el gluten: “adequat per les persones amb intolerància al gluten” (no celíaca), “adequat pels celíacs”, “elaborat específicament per persones amb intolerància al gluten” o “elaborat específicament per celíacs”.

En tota la redacció dels articles no hi ha cap punt on obligui als productors a informar sobre l’absència de gluten.

En canvi, el Reglament (UE) n°1169/2011 obliga a detallar els al·lèrgens (inclòs el gluten) en tots els aliments. En el cas que sigui a granel, la informació sobre els ingredients ha d’estar sempre disponible pel client.

2.1.1 Etiquetatge precautori dels al·lèrgens (EPA)

Moltes vegades, els productes que comprem porten la frase “pot contenir ...”. D’això se’n diu l’etiquetatge precautori dels al·lèrgens i bàsicament es tracta de l’etiquetatge voluntari per part de les empreses, que en aquell producte hi podria haver l’al·lèrgen indicat de forma no expressa.

2.1.2 Els símbols

A l’hora d’indicar el contingut de gluten d’un producte es pot fer de manera redactada o també amb símbols. Existeixen diverses icones que tant poden indicar que l’aliment porta gluten com si no. El fet de destacar que és “lliure de gluten” o “conté gluten”, no és obligatori així que cada empresa decideix com fer-ho.

Una de les maneres és posant un símbol que digui “lliure de gluten”, això sí, cada empresa pot decidir el disseny. A la imatge de la dreta podem observar un dels molts símbols que existeixen actualment respecte a l’absència de gluten en un producte real.



FIGURA 10. Símbol disseny empresa de producte sense gluten.

Font:

<https://image.jimcdn.com/app/cms/image/transf/none/path/s5c8d31294077ec68/image/i1ce596e70ecef2/version/1458546373/image.jpg>



FIGURA 11. Etiquetatge producte sense gluten de la marca “Bebé”

Font: pròpia

Per altra banda, trobem 2 entitats: L’agència catalana de consum i l’Associació de celíacs de Catalunya, que han unit forces i han creat una icona que facilita la comprensió de la informació. El símbol ajuda a les famílies a distingir els productes per celíacs dels que no.



FIGURA 12. Símbol fet per 2 grups que recolzen la celiaquia i ajuden a les famílies. Font:

http://www.fih.cat/includes/cache/_CACHE-d47d9f0b51f334cac02ae49d99e9c9b6_1200x0.jpg



FIGURA 13. Producte amb un símbol d’ajuda a les famílies celiaques de la marca “Vila Vella”

Font: http://www.fih.cat/includes/cache/_CACHE-d47d9f0b51f334cac02ae49d99e9c9b6_1200x0.jpg

Per últim, trobem el Símbol Internacional de l'Espiga Barrada. La característica que el diferencia dels altres és la confiança. Tots els productes amb aquest distintiu respecten els estàndards de producció de la AOECS¹⁹ i les condicions establertes per l'ús d'aquest símbol. A més a més, cada símbol porta un codi de registre que concedeix l'associació.



FIGURA 14. Símbol Internacional de l'Espiga Barrada

Font:

[http://www.proyectosingluten.com/userfiles/LOGO+N%C2%BA-1\(2\).jpg](http://www.proyectosingluten.com/userfiles/LOGO+N%C2%BA-1(2).jpg)



FIGURA 15. Producte amb el Símbol Internacional de l'Espiga Barrada de la marca "Schär"

Font: pròpia

Al mercat hi ha altres productes que poden contenir gluten. Des de medicaments a cosmètics, passant per material escolar. Sempre que se sigui celíac o es tingui sensibilitat al gluten no celíaca, s'ha de mirar el contingut del producte, i davant de qualsevol dubte, evitar el seu ús.

2.2 La seguretat alimentaria a la cuina

Tothom que vulgui cuinar per persones celíaques ha de complir unes condicions molt importants per tal de no posar en risc la vida del comensal.

Segons Lorena Pérez, una periodista que col·labora a la pàgina web *Celicidad*, hi ha una regla bàsica a l'hora de cuinar per celíacs: cap producte amb gluten pot tocar el menjar que no en porta, és a dir, el que està fet o es vol fer per celíacs.

¹⁹ Association of European Coeliac Societies (Associació de societats celíaques europees)

A l'hora de guardar la compra, s'ha de vigilar. La distribució ideal seria separar els productes que contenen gluten dels que no. Com per exemple, separar-ho amb bosses o en estanteries diferents.

Hi ha un altre concepte anomenat contaminació creuada que també s'ha de tenir en compte. Tracta del contacte dels aliments amb substàncies normalment perjudicials per a la salut. Per exemple, quan fem servir una cullera per barrejar uns espaguetis amb gluten i després la utilitzem per moure productes sense gluten. Aquí és quan té lloc la contaminació creuada, per tant, s'ha d'evitar. Una forma fàcil que això no passi és utilitzar diferents utensilis de cuina per cada tipus de plat, segons si portin gluten o no.

Quan ens posem a cuinar, s'ha de netejar molt bé totes les superfícies on hi podria haver restes de productes amb gluten. No només el marbre o taulell de cuina, sinó que també tots els electrodomèstics. Tampoc podem oblidar-nos de les mans del cuiner/a o qualsevol persona que manipuli els aliments.

A l'hora de menjar a taula, si no tothom menja plats sense gluten, el celíac o qui no pot menjar gluten, es recomana que sigui en una punta per evitar la contaminació.

I per últim, però no menys important, sempre mirar amb detall les etiquetes dels aliments i només servir aquells productes els quals estem segurs que no porten gluten ni traces.

2.3 Ajudes econòmiques

Els celíacs a l'hora de moure's pel món poden tenir més dificultats que algú que no tingui cap intolerància o problema alimentari. Per això, a Espanya a alguna comunitat determinada, trobem ajudes econòmiques cap a les persones celíaques.

En primer lloc, trobem Extremadura, on la Diputació, ajuntaments o certes fundacions entreguen als socis, un lot d'aliments sense gluten de primera necessitat. A més a

més, la Junta d'Extremadura també fa entrega de 150€ anuals a cada persona celíaca.

Pel que fa al País Basc, els socis de *La Asociación de Celíacos de Euskadi* poden rebre ajudes econòmiques. La subvenció té un total de 100.000€ i es pot repartir en un màxim de 1250 ajudes.

A la comunitat Foral de Navarra, existeix una Ordre Foral ²⁰que regula les ajudes als celíacs a 90€ mensuals.

Les famílies de Ceuta que tenen un o més membres celíacs poden obtenir un màxim de 400€ anuals per persona o 700€ per família com a ajuda econòmica. La comunitat consta de 10 000€ d'ajudes econòmiques per a celíacs.

A Melilla calculen l'ajuda econòmica segons el nivell de renda, això sí, hi ha un màxim de 780€ anuals per persona i 1500€ anuals per família, quan hi hagi més d'un membre afectat.

Per últim, les Illes Canàries també és un territori que consta d'ajudes econòmiques als celíacs. En aquest cas, tracta d'una entrega mensual d'aliments sense gluten. Això sí, està especificat que només ho poden rebre aquelles famílies amb algun membre celíac però que estiguin acreditats pels Serveis Socials com a família en risc d'exclusió social.

Si ens fixem amb Catalunya, no consta de cap ajuda econòmica per les famílies amb membres celíacs.

Per altra banda, a la resta de món, molts països donen ajudes econòmiques als ciutadans celíacs. A la Unió Europea trobem una gran llista d'aquests països, com per exemple, Finlàndia, Bèlgica, França o Alemanya.

²⁰ Lleis pròpies de la comunitat Foral de Navarra

2.3.1 Impost sobre el Valor Afegit

L'Impost sobre el Valor Afegit o també anomenat IVA, és l'impost indirecte ²¹que s'aplica al consum a l'Estat espanyol.

Existeixen principalment 3 tipus d'impost sobre el valor afegit. El primer se'n diu IVA superreduït, el qual s'aplica a productes de primera necessitat com els ous, la llet o el pa. És del 4%. Per altra banda, trobem l'IVA reduït que és un 10%. Dins d'aquest grup entren productes agrícoles, sanitaris o l'aigua, entre d'altres. Per últim, existeix l'IVA general del 21%, que inclou la resta de béns o serveis.

Segons el Defensor del Poble, aquests últims anys s'ha passat de tenir el tipus del 10%, en pa i farines per celíacs, al 4%. La resta de productes elaborats per als celíacs segueixen amb el 10%.

²¹ Tipus d'impost que té en compte els serveis o productes que una persona utilitza i no sobre el patrimoni o renda.

3. EL PREU DELS PRODUCTES SENSE GLUTEN

Un cop realitzada la recerca d'informació més teòrica i la contextualització dels productes sense gluten, s'ha dut a terme un conjunt d'activitats pràctiques per tal de resoldre la hipòtesi. A la primera part hi consten taules comparatives de productes amb i sense gluten. En segon lloc trobem les entrevistes realitzades a un grup de persones relacionades amb el gluten i la celiàquia i per últim, hi ha dues taules on es comparen el cost anual i setmanal de productes depenent del seu contingut en gluten.

3.1 Taules Comparatives²²

Per poder comparar els productes amb i sense gluten que es troben a continuació, s'han utilitzat els preus de cinc supermercats. El primer és el supermercat BonpreuEsclat. A continuació trobem Carrefour i Caprabo. D'aquests tres supermercats s'ha consultat la botiga online. Per altra banda, hi ha Ulabox, un supermercat exclusivament per Internet, i finalment Mercadona on s'ha anat a la botiga física de Vic.

Cada aliment comparat té la seva fitxa tècnica, on hi consta el nom, la marca, el seu preu en un o més supermercats i el preu mitjà, que és el que es fa servir per comparar.

La raó de les marques escollides ha set o bé, perquè aquella permetia comparar un mateix producte amb i sense gluten, o perquè tenia un equivalent d'una altra marca però que el contingut en gluten era diferent.

²² Tota taula comparativa de la pàgina 22 a la 37 és de font pròpia i representa la fitxa de preus del producte.

3.1.1 Begudes

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Cervesa
MARCA	San Miguel
PREU BONPREUESCLAT	2,42€/l
PREU CARREFOUR	2,45€/l
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	2,55€/l
PREU MITJÀ	2,47€/l

FIGURA 16. Taula comparativa producte sense gluten
Font: Pròpia



FIGURA 17. Fotografia cervesa sense gluten

Font: <https://www.sanmiguel.es/wp-content/uploads/2018/08/botella-san-miguel-gluten-free-serveza-celiacos.jpg>

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Cervesa
MARCA	San Miguel
PREU BONPREUESCLAT	1,76€/l
PREU CARREFOUR	1,57€/l
PREU CAPRABO	1,84€/l
PREU ULABOX	No disponible en ampolla
PREU MITJÀ	1,72€/l

FIGURA 18. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 19. Fotografia cervesa amb gluten

Font: <http://www.codecheck.info/img/701240/1>

El producte comparat és una beguda alcohòlica, concretament la cervesa. Podem observar que cada producte té un preu semblant en gairebé tots els supermercats, només varia algun cèntim. Però a l'hora de comparar els dos tipus de cervesa, observem clarament una diferència de preus. La cervesa sense gluten val un 44% més que la que en porta. En aquest cas, podem observar que no en tots els supermercats trobem aquest producte sense gluten.

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Cervesa
MARCA	Daura (Damm)
PREU BONPREUESCLAT	2,58€/l
PREU CARREFOUR	2,70€/l
PREU CAPRABO	2,85€/l
PREU ULABOX	2,94€/l
PREU MITJÀ	2,78€/l

FIGURA 20. Taula comparativa producte sense gluten
Font: Pròpia



FIGURA 21. Fotografia cervesa sense gluten

Font: https://www.damm.com/sites/default/files/migrate_default_content_files/daura.png

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Cervesa
MARCA	Estrella Damm
PREU BONPREUESCLAT	3,18€/l
PREU CARREFOUR	No disponible
PREU CAPRABO	2,58€/l
PREU ULABOX	3,18€/l
PREU MITJÀ	2,98€/l



FIGURA 23. Fotografia cervesa amb gluten

Font: https://www.damm.com/sites/default/files/config-pages/beer_information_image_bottle/estrella_damm_cat.png

FIGURA 22. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia

Els productes en aquest cas, les begudes poden ser equivalents, tot i que no pertanyen a la mateixa línia de productes. Però, sí al mateix productor. Els preus varien lleugerament en els diferents supermercats. La més notable és amb el preu de cervesa del Caprabo amb gluten. Per altra banda, podem veure com el producte sense gluten és més econòmic que el que en té. Segons el preu mitjà, hi ha una diferència de 0,20€/l, per tant, la cervesa amb gluten val 7% més.

3.1.2 Cereals

FIGURA 24. Taula comparativa productes sense gluten
Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Cereals (corn flakes)
MARCA	Nestle (Gofree)
PREU BONPREUESCLAT	6,13€/kg
PREU CARREFOUR	6,13€/kg
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	6,40€/kg
PREU MITJÀ	6,22€/kg
SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Cereals (corn flakes)
MARCA	Schär
PREU BONPREUESCLAT	8,88€/kg
PREU CARREFOUR	9€/kg
PREU CAPRABO	9,4€/kg
PREU ULABOX	9,4€/kg
PREU MITJÀ	9,17€/kg
PREU MITJÀ PRODUCTES SENSE GLUTEN	7,70€/kg



FIGURA 25. Fotografia cereals sense gluten

Font: https://www.nestle-cereals.com/uk/sites/g/files/qirczx211/f/styles/scale_312/public/product_gallery/go_free_gluten_free_corn_flakes_500g.png?itok=W1qtm9y7



FIGURA 26. Fotografia cereals sense gluten

Font: https://imgp0.schaer.com/sites/default/files/styles/product_detail/public/2019-04/Products_OtherCereals_EU_Corn-Flakes_2017.jpg?itok=XdvzC9f1

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Cereals (corn flakes)
MARCA	Kellogg's
PREU BONPREUESCLAT	4,58€/kg
PREU CARREFOUR	4,58€/kg
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	4,58€/kg
PREU MITJÀ	4,58€/kg
AMB GLUTEN	
ALIMENT	Cereals (corn flakes)
MARCA	Marca blanca
PREU BONPREUESCLAT	2,18€/kg
PREU CARREFOUR	2,32€/kg
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	No té marca blanca
PREU MITJÀ	2,25€/kg
PREU MITJÀ PRODUCTES AMB GLUTEN	3,42€/kg

FIGURA 27. Taula comparativa productes amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 28. Fotografia cereals amb gluten marca blanca Bonpreu
Font:
<https://www.compraonline.bonpreueusclat.cat/images-v2/dcbcf72-cf23-44a2-8e14-8a38edd645a3/d57f6327-ce67-44d5-bdd5-dc63e98460a6/20a89f4a-ac00-4a0c-9207-25679631a5fe/e93c8898-d2bd-453b-bd4a-7a1cf9f3bf25/500x500.jpg>



FIGURA 29. Fotografia cereals amb gluten
Font:
https://digitalcontent.api.tesco.com/v1/media/ghs/snapshotimagehandler_428264458.jpeg?h=540&w=540

En aquesta comparació podem observar 4 productes de diferent marca. Ja que no hi ha cap marca que produeixi cereals que continguin gluten i uns altres que no, s'ha agafat 2 productes de cada tipus i s'ha fet la mitjana. Primer de tot, podem observar que del producte més barat, és a dir, els cereals de marca blanca, que contenen gluten, al més car, els cereals de la marca Schär, hi ha molta diferència. Aquest últim és quatre vegades més car que el primer. D'altra banda, si ens mirem només les mitjanes entre els quatre productes, el preu dels productes sense gluten segueix sent més elevat que els que en porten, concretament hi ha una diferència de 4,28€/kg que equival a un 125% més car.

3.1.3 Galetes



FIGURA 30. Fotografia galetes sense gluten
Font: https://gullon.es/wp-content/uploads/singlutenmaria_01.jpg



FIGURA 31. Fotografia galetes sense gluten
Font: https://imgp1.schaer.com/sites/default/files/styles/product_detail/public/2019-03/Products_SnacksSweets_EU_Maria-200g_2018.jpg?itok=aFveOE5

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Galetes Maria
MARCA	Gullón
PREU BONPREUESCLAT	5,88€/kg
PREU CARREFOUR	6€/kg
PREU CAPRABO	6,63€/kg
PREU ULABOX	No disponible
PREU MITJÀ	6,17€/kg
SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Galetes Maria
MARCA	Schär
PREU BONPREUESCLAT	9,95€/kg
PREU CARREFOUR	10,25€/kg
PREU CAPRABO	10,45€/kg
PREU ULABOX	10,45€/kg
PREU MITJÀ	10,28€/kg
PREU MITJÀ PRODUCTES SENSE GLUTEN	8,23€/kg

FIGURA 32. Taula comparativa productes sense gluten
Font: Pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Galetes Maria
MARCA	Marbu
PREU BONPREUESCLAT	2,97€/kg
PREU CARREFOUR	3,11€/kg
PREU CAPRABO	3,24€/kg
PREU ULABOX	3,11€/kg
PREU MITJÀ	3,11€/kg
AMB GLUTEN	
ALIMENT	Galetes Maria
MARCA	Marca Blanca
PREU BONPREUESCLAT	1,19€/kg
PREU CARREFOUR	1,24€/kg
PREU CAPRABO	1,25€/kg
PREU ULABOX	No tenen marca blanca
PREU MITJÀ	1,23€/kg
PREU MITJÀ PRODUCTES AMB GLUTEN	2,17€/kg

FIGURA 33. Taula comparativa productes amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 34. Fotografia galetes amb gluten
Font: https://static.ulabox.com/media/89825_xl.jpg



FIGURA 35. Fotografia galetes amb gluten marca blanca Eroski/Caprabo
Font: <https://supermercado.eroski.es/images/5355789.jpg>

En aquesta part trobem 4 elements comparats: 2 tipus de galetes maria sense gluten i 2 altres tipus amb gluten, incloent-hi marques blanques. Com en el cas anterior, cap producte forma part de la mateixa marca. L'oscil·lació de preus mitjans és de 6,06€/kg, és a dir, els productes sense gluten costen un 279% més que els que sí que en contenen. En aquest cas, es veu clarament la gran diferència de preus en productes amb i sense gluten, sent els que contenen gluten bastant més econòmics.

FIGURA 36. Taula comparativa producte sense gluten
Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Galetes Chip xocolata
MARCA	Gullón
PREU	16,15€/kg
BONPREUESCLAT	
PREU CARREFOUR	15,00€/kg
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	15,31€/kg
PREU MITJÀ	15,49€/kg



FIGURA 38. Fotografia galetes sense gluten
Font: https://gullon.es/wp-content/uploads/singlutenchipscooki es_01.jpg

FIGURA 37. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Galetes Chip xocolata
MARCA	Gullón
PREU	11,92€/kg
BONPREUESCLAT	
PREU CARREFOUR	11,52€/kg
PREU CAPRABO	11,92€/kg
PREU ULABOX	12,16€/kg
PREU MITJÀ	11,88€/kg



FIGURA 39. Fotografia galetes amb gluten
Font: https://gullon.es/wp-content/uploads/Dietnaturechipchoco_01.jpg

Com podem observar, Gullón és una marca que s'encarrega de fer galetes tant amb gluten com sense. Per tant, podem observar com clarament hi ha una diferència de preus en productes dependent del contingut en gluten. En aquest cas, la diferència és 3,61€/kg respecte al preu mitjà, sent el producte sense gluten un 30% més car.

FIGURA 40. Taula comparativa producte sense gluten
Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Galetes cookies amb xocolata
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	8,75€/kg

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Galetes cookies amb xocolata
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	3,78€/kg

FIGURA 41. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 42. Fotografia galetes amb gluten (producte inferior) i sense gluten (superior)
Font: pròpia

En aquest cas, Hacendado té al mercat 2 productes equivalents però, amb la diferència del contingut de gluten. Seguint el patró de gairebé tots els productes que hem vist, les galetes sense gluten són més cares. Hi ha una diferència de de 4,97€/kg, que significa que els clients que vulguin les galetes sense gluten hauran de pagar una mica més del doble que si les comprassin amb gluten, concretament un 131% més.

Com es pot observar, hi ha dues marques que produeixen galetes amb xocolata, Gullón i Hacendado. La darrera és la més econòmica entre les dues marques, ja que en tots dos productes té un preu més baix que Gullón.

FIGURA 43. Taula comparativa producte sense gluten
Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Galetes de xocolata
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	9,26€/kg

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Galetes de xocolata
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	2,95€/kg

FIGURA 44. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 45. Fotografia galetes amb gluten (producte inferior) i sense (superior)
Font: pròpia

Com podem observar, hi torna a haver una diferència notable de preus entre els productes. En aquest cas, hi ha una diferència de 6,3€/kg, el que porta als clients que compren les galetes de xocolata sense gluten pagar un 214% més que les que en porten.

3.1.4 Pa torrat i torrades



FIGURA 46. Fotografia pa torrat sense gluten
Font:
https://imgp1.schaer.com/sites/default/files/styles/product_detail/public/2019-02/Products_BakeryCrispBread_ES_P_Pan-tostado_2018.jpg?itok=2niCyM6U



FIGURA 47. Fotografia pa torrat sense gluten
Font:
https://cdn.mycomandia.com/uploads/comandia_procelionline/1/product/42-0a1fdvr0-caja-biscotes-12u--3.jpg

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Pa torrat
MARCA	Schär
PREU	14,62€/kg
BONPREUESCLAT	
PREU CARREFOUR	15,8€/kg
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	15,77€/kg
PREU MITJÀ	15,40€/kg
SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Pa torrat
MARCA	Proceli
PREU	22,67€/kg
BONPREUESCLAT	
PREU CARREFOUR	25,33€/kg
PREU CAPRABO	24,73€/kg
PREU ULABOX	24,00€/kg
PREU MITJÀ	24,18€/kg
PREU MITJÀ PRODUCTES SENSE GLUTEN	19,79€/kg

FIGURA 48. Taula comparativa productes sense gluten
Font: Pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Pa torrat
MARCA	Ortiz
PREU	5,83€/kg
BONPREUESCLAT	
PREU CARREFOUR	No disponible
PREU CAPRABO	5,93€/kg
PREU ULABOX	6,11€/kg
PREU MITJÀ	5,96€/kg
AMB GLUTEN	
ALIMENT	Pa torrat
MARCA	Lu
PREU	6,83€/kg
BONPREUESCLAT	
PREU CARREFOUR	No disponible
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	7,17€/kg
PREU MITJÀ	7€/kg
PREU MITJÀ PRODUCTES AMB GLUTEN	6,48€/kg

FIGURA 49. Taula comparativa productes amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 50. Fotografia pa torrat amb gluten
Font:
http://www.bimbo.es/uploads/formatos/es/7_pan_tostado_normal_30_rebanadas.png



FIGURA 51. Fotografia pa torrat amb gluten
Font:
https://static.ulabox.com/media/5628_xl.jpg

En aquesta comparació tornem a observar 4 productes de marques diferents. La diferència entre el pa torrat amb gluten i el que no en porta és clarament visible. Bastant-nos en les mitjanes, trobem una diferència de 13,31€/kg entre els 2 tipus de producte. Per tant, el pa torrat sense gluten val un 205% més que el que en porta.

FIGURA 52. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Torrades
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	14,50€/kg

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Torrades
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	8,80€/kg

FIGURA 53. Taula comparativa producte amb gluten

Font: Pròpia



FIGURA 54. Fotografia torrades amb gluten (producte superior) i sense (inferior)

Font: pròpia

Podem observar que en el cas de les torrades d'Hacendado, que és la marca blanca de Mercadona, que el preu del producte sense gluten torna a ser més car que el que no en conté. Parlem d'una diferència de 5,70€/kg que vindria a ser un 65% més respecte al producte que té gluten.

3.1.5 Pa

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Carrefour
PREU	6,94€/kg

FIGURA 55. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Carrefour
PREU	1,16€/kg

FIGURA 57. Taula comparativa producte amb gluten

Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Bonpreu
PREU	8,14€/kg

FIGURA 59. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia



FIGURA 56. Fotografia pa de motlle sense gluten

Font:

https://static.carrefour.es/hd_1600x/_supermercado/bcc_static/catalogimages/product/080408/080408.png



FIGURA 58. Fotografia pa de motlle amb gluten

Font:

https://static.carrefour.es/hd_1600x/_supermercado/bcc_static/catalogimages/product/230237/230237.jpg



FIGURA 60. Fotografia pa de motlle sense gluten

Font:

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/images-v2/dcbcf72-cf23-44a2-8e14-8a38edd645a3/d57f6327-ce67-44d5-bdd5-dc63e98460a6/e5b64344-7ea1-4020-bc8f-1dfedb12e233/c4e9908b-1120-4166-8f91-4ba0649f4e76/500x500.jpg>

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Bonpreu
PREU	1,32€/kg

FIGURA 61. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 62. Fotografia pa de motlle amb gluten
Font: <https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/images-v2/dcbcf72-cf23-44a2-8e14-8a38edd645a3/d57f6327-ce67-44d5-bdd5-dc63e98460a6/e0a6f478-f6e1-4a22-850c-83effe4af4bd/27dcbaf-1c91-4017-a551-95a5ca157031/500x500.jpg>

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Caprabo Eroski
PREU	8,71€/kg

FIGURA 63. Taula comparativa producte sense gluten
Font: Pròpia



FIGURA 64. Fotografia pa de motlle sense gluten
Font: <https://supermercado.eroski.es/imagenes/20084745.jpg>

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Caprabo Eroski
PREU	1,17€/kg

FIGURA 65. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 66. Fotografia pa de motlle amb gluten
Font: https://www.capraboacasa.com/catalogImages/299220_3.jpg

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	6,83€/kg

FIGURA 67. Taula comparativa producte sense gluten
Font: Pròpia



FIGURA 69. Fotografia pa de motlle amb gluten (producte esquerra) i sense (dreta)
Font: pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	1,28€/kg

FIGURA 68. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia

Cada supermercat que s'ha analitzat, distribueix pa de motlle amb gluten i sense, amb la seva marca blanca. En cada comparació, el producte sense gluten és notablement més car que el que en porta. Per exemple, dels 2 tipus de pa de la marca Carrefour el que no porta gluten és un 497% més car. Respecte a la marca Bonpreu és un 517% més car, al Caprabo és un 644% i al Mercadona (Hacendado) un 433%. Per tant, són entre 5 i 7 vegades més cars els productes sense gluten que els que sí que en contenen. El pa de motlle d'Hacendado és en el que hi ha menys diferència de preu.

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Troncs de pa amb xocolata
MARCA	Schär
PREU BONPREUESCLAT	33,27€/kg
PREU CARREFOUR	35,58€/kg
PREU MITJÀ	34,43€/kg

FIGURA 70. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 71. Fotografia troncs amb xocolata sense gluten
Font:
https://static.carrefour.es/hd_560x/i mg_pim_food/815213_00_1.jpg

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Troncs de pa amb xocolata
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	8,91€/kg

FIGURA 72. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 73. Fotografia troncs amb xocolata amb gluten
Font: Pròpia

Els productes que s'han analitzat formen part de marques diferents, tot i que es consideren equivalents llevat del contingut de gluten. La diferència de preus és molt notable, el producte sense gluten és més car. Però s'ha de considerar que es compara una marca blanca amb Schär. Parlem de 25,52€/kg de diferència i un 286% en percentatges.

3.1.6 Pizza

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Pizza 4 formatges
MARCA	Carrefour
PREU	7,11€/kg

FIGURA 74. Taula comparativa producte sense gluten
Font: Pròpia



FIGURA 75. Fotografia pizza sense gluten
Font:
https://static.carrefour.es/hd_560x/i mg_pim_food/859537_00_1.jpg

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Pizza 4 formatges
MARCA	Carrefour
PREU	5,74€/kg

FIGURA 76. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 77. Fotografia pizza amb gluten
Font:
https://static.carrefour.es/hd_560x/i mg_pim_food/841129_00_1.jpg

Carrefour s'encarrega de produir pizzes sense gluten. Com podem veure a l'exemple, les pizzes sense gluten valen un 20%, és a dir, 1,37€/kg més que les pizzes que sí que contenen aquest ingredient.

3.1.7 Farina

FIGURA 79. Fotografia farina sense gluten

Font:
https://static.ulabox.com/media/74827_xl.jpg



SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Farina múltiples usos
MARCA	Gallo
PREU BONPREUESCLAT	4,98€/kg
PREU CARREFOUR	5,20€/kg
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	5,54€/kg
PREU MITJÀ	5,24€/kg

FIGURA 78. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Farina per rebosteria
MARCA	Gallo
PREU CARREFOUR	1,14€/kg
PREU CAPRABO	1,09€/kg
PREU ULABOX	1,17€/kg
PREU MITJÀ	1,13€/kg
AMB GLUTEN	
ALIMENT	Farina per fregits i arrebossats
MARCA	Gallo
PREU CARREFOUR	0,96€/kg
PREU CAPRABO	0,99€/kg
PREU ULABOX	0,99€/kg
PREU MITJÀ	0,98€/kg
AMB GLUTEN	
ALIMENT	Farina per bescuits/pa de pessic
MARCA	Gallo
PREU CARREFOUR	1,17€/kg
PREU CAPRABO	1,14€/kg
PREU ULABOX	No disponible
PREU MITJÀ	1,16€/kg
AMB GLUTEN	
ALIMENT	Farina de força
MARCA	Gallo
PREU CARREFOUR	1,25€/kg
PREU CAPRABO	1,19€/kg
PREU ULABOX	1,32€/kg
PREU MITJÀ	1,25€/kg
PREU MITJÀ FARINES AMB GLUTEN	1,13€/KG

FIGURA 80. Taula comparativa productes amb gluten

Font: Pròpia



FIGURA 81. Fotografia farina amb gluten

Font:
https://static.carrefour.es/hd_560x/i mg_pim_food/033193_00_1.jpg



FIGURA 82. Fotografia farina amb gluten

Font:
https://static.carrefour.es/hd_560x/i mg_pim_food/020752_00_1.jpg



FIGURA 83. Fotografia farina amb gluten

Font:
https://static.carrefour.es/hd_560x/i mg_pim_food/876614_00_1.jpg



FIGURA 84. Fotografia farina amb gluten

Font:
https://static.carrefour.es/hd_560x/i mg_pim_food/913327_00_1.jpg

La comparació que podem observar consta de 5 farines: 1 farina que no conté gluten i les 3 altres que sí que en porten. La primera, diu que és per múltiples usos, per això, a l'hora d'escollir farines amb gluten, n'hem triat més d'una amb diverses propietats perquè el seu conjunt pogués ser el mateix que una farina per múltiples usos. La que no conté gluten, val un 46% més que la mitjana de les que en porten. Seria igual a uns 4,11€/kg més.

3.1.8 Pasta

FIGURA 85. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Plomes
MARCA	Gallo
PREU BONPREUESCLAT	3,58€/kg
PREU CARREFOUR	3,46€/kg
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	3,50€/kg
PREU MITJÀ	3,51€/kg



FIGURA 86. Fotografia pasta sense gluten

Font:

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/images-v2/dcbcf72-cf23-44a2-8e14-8a38edd645a3/d57f6327-ce67-44d5-bdd5-dc63e98460a6/1a1d9250-dc85-4b33-90ba-58902a766795/167128db-c07d-4376-ac3b-ddbaff969ed0/500x500.jpg>

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Plomes
MARCA	Gallo
PREU BONPREUESCLAT	1,96€/kg
PREU CARREFOUR	1,90€/kg
PREU CAPRABO	1,84€/kg
PREU ULABOX	1,88€/kg
PREU MITJÀ	1,90€/kg



FIGURA 88. Fotografia pasta amb gluten

Font:

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/images-v2/dcbcf72-cf23-44a2-8e14-8a38edd645a3/d57f6327-ce67-44d5-bdd5-dc63e98460a6/cea2e88c-8c26-4348-a6e0-7460ef73c5ae/ff1ff497-117d-4b50-84df-4d6ae34c2f0d/500x500.jpg>

FIGURA 87. Taula comparativa producte amb gluten

Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Espaguetis
MARCA	Gallo
PREU BONPREUESCLAT	3,58€/kg
PREU CARREFOUR	3,46€/kg
PREU CAPRABO	4,10€/kg
PREU ULABOX	No disponible
PREU MITJÀ	3,71€/kg



FIGURA 90. Fotografia pasta sense gluten

Font:

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/images-v2/dcbcf72-cf23-44a2-8e14-8a38edd645a3/d57f6327-ce67-44d5-bdd5-dc63e98460a6/425f437a-94d0-47ac-afd7-e1889f942de2/9d906d35-2521-4712-91a1-eb23639870c1/500x500.jpg>

FIGURA 89. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Espaguetis
MARCA	Gallo
PREU BONPREUESCLAT	1,96€/kg
PREU CARREFOUR	1,86€/kg
PREU CAPRABO	1,84€/kg
PREU ULABOX	1,88€/kg
PREU MITJÀ	1,89€/kg

FIGURA 91. Taula comparativa producte amb gluten

Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Espirals vegetals
MARCA	Gallo
PREU BONPREUESCLAT	3,58€/kg
PREU CARREFOUR	3,46€/kg
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	No disponible
PREU MITJÀ	3,52€/kg

FIGURA 93. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Espirals vegetals
MARCA	Gallo
PREU BONPREUESCLAT	2,78€/kg
PREU CARREFOUR	1,75€/kg
PREU CAPRABO	2,42€/kg
PREU ULABOX	2,40€/kg
PREU MITJÀ	2,34€/kg

FIGURA 95. Taula comparativa producte amb gluten

Font: Pròpia



FIGURA 92. Fotografia pasta amb gluten

Font:

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/images-v2/dcbcf72-cf23-44a2-8e14-8a38edd645a3/d57f6327-ce67-44d5-bdd5-dc63e98460a6/279767df-317b-4d1e-8a24-419a5f48032e/8a6dd7e2-7768-47d0-9b0c-1b0f7d4ed178/500x500.jpg>



FIGURA 94. Fotografia pasta sense gluten

Font:

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/images-v2/dcbcf72-cf23-44a2-8e14-8a38edd645a3/d57f6327-ce67-44d5-bdd5-dc63e98460a6/d34d42db-23c8-4023-808a-6f6652eab2a2/cfe35ad2-23f9-4766-8c16-05cd8d2e20c9/500x500.jpg>



FIGURA 96. Fotografia pasta amb gluten

Font:

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/images-v2/dcbcf72-cf23-44a2-8e14-8a38edd645a3/d57f6327-ce67-44d5-bdd5-dc63e98460a6/d34d42db-23c8-4023-808a-6f6652eab2a2/cfe35ad2-23f9-4766-8c16-05cd8d2e20c9/500x500.jpg>

Pel que fa a la pasta, la marca Gallo produeix pasta per celíacs i pasta amb gluten. En cada comparació hi ha diferència de preu entre els productes. Si en fixem amb les plomes, el producte que no té gluten val 1,61€/kg més que els que en porten, els espaguetis 1,82€/kg i els espirals vegetals 1,18€/kg. Per tant, els productes sense gluten de Gallo valen un 85% més les plomes sense gluten, un 96% més els espaguetis i un 50% més, els espirals.

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Fideus
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	3,18€/kg

FIGURA 97. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Fideus
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	1,98€/kg

FIGURA 98. Taula comparativa producte amb gluten

Font: Pròpia



FIGURA 99. Fotografia fideus amb gluten (producte dreta) i sense (esquerra)

Font: pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Espaguetis
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	3,18€/kg

FIGURA 100. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Espaguetis
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	0,98€/kg

FIGURA 101. Taula comparativa producte amb gluten

Font: Pròpia



FIGURA 102. Fotografia espaguetis amb gluten (producte esquerra) i sense (dreta)

Font: pròpia

Hacendado també consta de productes sense gluten. Podem observar una gran diferència de preus entre els productes amb i sense gluten, sent aquests últims els més cars, igual que els espaguetis Gallo. Estem parlant que, en aquest cas, s'ha de pagar un 60% més pels fideus sense gluten i un 224% més pels espaguetis.

3.1.9 Pasta de full

FIGURA 103. Taula comparativa producte sense gluten

Font: Pròpia

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Pasta de full
MARCA	Buitoni
PREU	12,82€/kg
BONPREUESCLAT	
PREU CARREFOUR	13,39€/kg
PREU ULABOX	No disponible
PREU MITJÀ	13,11€/kg



FIGURA 104. Fotografia pasta de full sense gluten

Font:

<https://www.agustoconlavida.es/img/db/product/buitoni-masa-sin-gluten-hojaldre/2095>

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Pasta de full
MARCA	Buitoni
PREU BONPREUESCLAT	8,65€/kg
PREU CARREFOUR	9,13€/kg
PREU ULABOX	9,13€/kg
PREU MITJÀ	8,97/kg

FIGURA 105. Taula comparativa producte amb gluten
Font: Pròpia



FIGURA 106. Fotografia pasta de full amb gluten

Font:
https://static.ulabox.com/media/134476_xl.jpg

Un dels últims productes comparats és Buitoni. Aquesta marca produeix pasta de full amb i sense gluten. Com gairebé tots els productes comparats, el que no porta gluten és més car. Concretament 4,14€/kg més, que és igual a un 46% més, aproximadament.

3.1.10 Taula resum

A la taula que es pot observar a continuació, hi ha un resum de tots els productes comparats. Hi consta el percentatge que s'ha de pagar de més en cada producte sense gluten.

Si mirem els valors, el producte que hi ha menys diferència és entre la cervesa Daura i Estrella Damm ja que, el número és negatiu. És a dir, és més car el producte que porta gluten. Per altra banda, la diferència més elevada és la del pa de motlle del Caprabo amb un 644%.

Entre tots aquests productes, s'ha fet la mitjana de la diferència dels productes, per tant, gràcies a aquesta comparació, hem pogut adonar-nos que un producte sense gluten val un 192% més de mitjana, que un que sí que en conté.

PRODUCTE	% MÉS CAR DELS PRODUCTES SENSE GLUTEN
Cervesa San Miguel	44
Cervesa Daura/Estrella Damm	-7
Corn flakes	125
Galetes Maria	279
Galetes Chip xocolata	30
Galetes cookies Hacendado	131
Galetes de xocolata Hacendado	214
Pa torrat	205
Torrades Hacendado	65
Pa de motlle Carrefour	497
Pa de motlle Bonpreu	517
Pa de Motlle Caprabo	644
Pa de motlle Hacendado	433
Troncs de pa amb xocolata	286
Pizza 4 formatges	20
Farina	46
Plomes Gallo	85
Espaguetis Gallo	96
Espirals Gallo	50
Espaguetis Hacendado	224
Pasta de full Buitoni	46
% Mitjà	192

FIGURA 107. Taula resum
Font: pròpia

Analitzant tots els preus, es descobreix que els supermercats BONPREU i ESCLAT són la cadena on els productes sense gluten tenen els preus més baixos la majoria de vegades.

D'altra banda, la marca Schär, quan s'ha comparat amb altres marques que feien el mateix producte, s'ha vist que és més cara la majoria de vegades. Tot i així, és de les marques que s'ha trobat més varietat de productes.

3.3 Entrevistes

Per ajudar a completar informació del treball i conèixer la realitat del món dels productes sense gluten, s'ha entrevistat a un conjunt de persones.

En primer lloc, trobem la Laia Turull i l'Anna De Lanuza que són dues persones celíaques. Però, a més, s'ha entrevistat Laia Martí que és la mare d'una nena celíaca asimptomàtica.

En tots els casos, no només la persona celíaca menja productes sense gluten, sinó que els familiars a vegades també en mengen. Totes les entrevistades afirmen que el menjar fet expressament sense gluten és més car. La Laia Martí i la Laia Turull diuen que es deu als alts controls i responsabilitat que comporta l'elaboració d'aquest tipus de productes. Tampoc creuen que la diferència estigui justificada. Pel que fa a la qualitat o gust del producte, hi ha varietat de respostes. La mare diu que tot depèn de les marques. La Laia Turull diu que de gust no es nota diferència però de tacte sí perquè per exemple, la pasta és més tova i es desfà. En canvi l'Anna exclama que no hi ha punt de comparació amb els productes amb gluten. Respecte a l'etiquetació, no totes coincideixen. La Laia Martí esmenta la marca Bonpreu i Mercadona dient que estant molt ben etiquetades al contrari que d'altres. La Laia Turull es queixa que hi ha productes que poden portar a la confusió. En canvi, l'Anna creu que sí que tot està ben etiquetat comparat amb altres països. El preu i la varietat de productes són dos factors que la Laia Turull creu que s'haurien de millorar. La Laia Martí afegeix l'etiquetatge i la qualitat. Totes tres coincideixen en que costa més trobar un lloc per menjar sense gluten i a més és més car perquè cobren suplementos. Per últim, tant la Laia Turull, com la Laia Martí i l'Anna neguen l'existència d'ajudes econòmiques cap als celíacs.

D'altra banda, s'ha entrevistat dues productores d'aliments sense gluten: 0%Gluten i Delícies Sense Gluten. Totes dues botigues elaboren només productes per celíacs. Coincideixen que el cost de producció i el preu de venda al públic dels productes sense gluten són més alts. A més, diuen que les causes són el preu elevat de les

matèries primeres degut a que el cultiu dels cereals i tots els processos al molí han de ser apartats de la resta. I perquè hi ha moltes exigències sanitàries per elaborar aquest tipus d'aliment. Totes dues botigues estan d'acord en que la visualització dels productes sense gluten s'ha de millorar, i com diu 0%Gluten, "que no només ho vegin com a menjar per celíacs sinó que tothom en pot menjar". Aquesta última botiga afegeix que s'ha de millorar el preu i la duració dels productes que no contenen gluten. Delícies Sense Gluten a més la restauració també podria avançar. I per últim, tots dos negocis afirmen que no hi ha cap ajuda econòmica pels celíacs.

Per tal de conèixer l'altra cara de la moneda, s'ha preguntat a dos establiments que no produeixen aliments per celíacs, Arti Pa i el Forn Cal Pujals. La característica comuna d'aquests dos forns és el fet que sí que produeixen aliments sense gluten, però no per celíacs. És a dir, tenen un únic obrador on elaboren tots els seus productes, per tant, encara que un magdalena, per exemple, estigui feta amb farina sense gluten, un celíac no en pot menjar ja que pot portar traces de farines amb gluten. Arti Pa afirma que els productes finals i les matèries sense gluten són més cares. Però, el Forn Pujals afegeix que les matèries primeres sense gluten no són sempre més cares. I ho argumenta posant l'exemple de la farina: "el preu de la farina depèn molt de la qualitat d'aquesta. Una que porti gluten et pot valdre igual que una sense gluten per l'alta qualitat". També hi ha d'altres raons, com la poca demanda, segons el Forn Pujals o la baixa quantitat i perquè es fa mal bé més ràpid, segons Arti Pa.

Per poder comprovar l'exemple de la farina del Forn Pujals, s'ha entrevistat Comercial Bagues Selles SL, un distribuïdor de farina. I com ha dit el forn, les farines sense gluten no són sempre més cares, sinó que depèn de la qualitat del producte. Per exemple, diu que la farina més assequible val uns 0,35€/kg i la més cara 1,25€/kg. En canvi, la feina sense gluten, com podria ser la d'arròs o la de blat de moro, valen entre 0,8€/kg a 1€/kg.

Per últim, s'ha entrevistat l'Associació de celíacs de la Garrotxa-Ripollès. Afirma que els aliments fets expressament sense gluten són més cars en comparació als que sí que en porten, a causa dels controls més estrictes que necessiten, al caldre una instal·lació diferent i el preu alt de les matèries primeres. Però, diu que aquest preu

elevat es podria tractar d'una estratègia de màrqueting. Pel que fa a les ajudes econòmiques, informa que no n'hi ha cap però que s'està demanant. Quan s'ha parlat de l'etiquetatge, l'entrevistada ha mostrat desacord amb El Reglament (UE) n°828/2014, ja que no obliga a posar si porta traces i diu que pot portar a la confusió. Per altra banda, l'etiquetatge i la diversitat de productes són dos elements que creu que s'han de millorar. I per acabar, afirma que com a associació no poden influir en els preus dels productes sense gluten, però sí que poden intentar conscienciar a la gent treballant amb els ajuntaments, les escoles, el sector sanitari o la restauració.

3.4 Comparació del cost setmanal

Gràcies a les dades extretes de l'Informe de Preus sobre Productes sense Gluten.²³ s'ha pogut determinar quin és el consum i el cost setmanal de productes de la cistella de la compra²⁴, i els seus equivalents sense gluten. Els béns que normalment formen part de la cistella de la compra no estan destinats als celíacs. Per això, en aquest estudi s'ha tingut en compte els preus dels productes específics, és a dir, aquells que estan elaborats especialment pels celíacs, amb el mateix consum setmanal que els de la cistella estàndard. La taula es basa en una dieta de 2000 a 2200 calories, ja que és la ingesta recomanada per un adult. A continuació, es troba la graella de preus i de consum setmanal del 2019.

FIGURA 108. Taula sobre consum i cost setmanal
Font:
<https://celiacos.org/wp-content/uploads/2019/01/IFORME-DE-PRECIOS-2019.pdf>

ALIMENTS ²⁵	PRODUCTES AMB GLUTEN		PRODUCTES SENSE GLUTEN	
	CONSUM SETMANAL (grams)	COST SETMANAL (€)	CONSUM SETMANAL (grams)	COST SETMANAL (€)
Cereals	200	1,12	200	1,63
Barretes de cereals	75	0,84	75	2,77
Galetes	200	0,42	200	1,99
Galetes de xocolata	40	0,21	40	0,59
Magdalenes	34	0,12	34	0,41

²³ Informe realitzat per la Federació de Asociaciones de Celíacos de España (FACE)

²⁴ Conjunt de béns i serveis que més consumeixen les famílies espanyoles, realitzada per l'Institut Nacional d'Estadística.

²⁵ A l'estudi original també hi consten els càlculs de "Productes Nadalencs", en aquest treball no s'ha inclòs ja que, no es considera un producte d'ús setmanal.

Farina de pa	63	0,04	63	0,35
Farina de rebosteria	25	0,02	25	0,10
Pasta	180	0,30	180	0,67
Pa de barra	900	2,14	900	8,77
Pa de motlle	250	0,82	250	2,50
Pa torrat	60	0,25	60	1,17
Pa d'hamburguesa	27	0,11	27	0,33
Pa ratllat	100	0,13	100	1,00
Croquetes	125	1,40	125	0,63
Pizza	125	0,72	125	1,68
Pasta de full	63	0,25	63	0,69
Lasanya	25	0,14	25	0,40
Pastissos	10	0,11	10	0,18
Cervesa	1600	2,50	1600	4,13
TOTAL		11,65		29,95

Com es pot observar, el cost d'una dieta estàndard és clarament més baix que en una dieta sense gluten. Concretament hi ha una diferència de 18,30€ en una setmana. Per tant, un celíac paga 73,20€ més al més que una persona que consumeixi productes amb gluten.

3.5 Comparativa anual

A partir de les dades anteriors, es pot saber quin és el cost dels productes amb i sense gluten, i la seva diferència anual. FACE fa anys que està elaborant aquest estudi, per això, a continuació es pot observar l'evolució dels preus dels productes amb i sense gluten des del 2009 fins l'any 2019. Com ja s'ha dit, la informació està basada en la ingesta recomanada d'un adult.

COMPARATIVA ANUAL			
ANY	SENSE GLUTEN (€)	AMB GLUTEN (€)	DIFERÈNCIA (€)
2009	2080	680	1400
2010	2410	795	1615
2011	2450	905	1545
2012	2490	950	1540
2013	2278	662	1616
2014	2324	737	1587
2015	2248	779	1469
2016	1752	578	1174
2017	1598	557	1041
2018	1620	592	1028
2019	1550	614	936

FIGURA 109. Taula sobre la comparativa anual
Font: pròpia

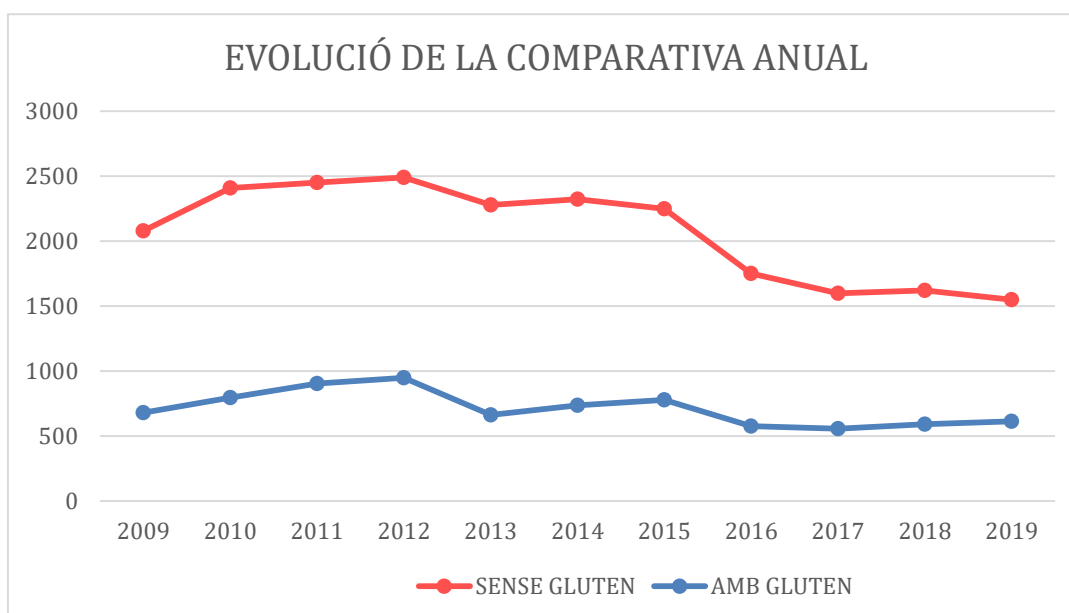
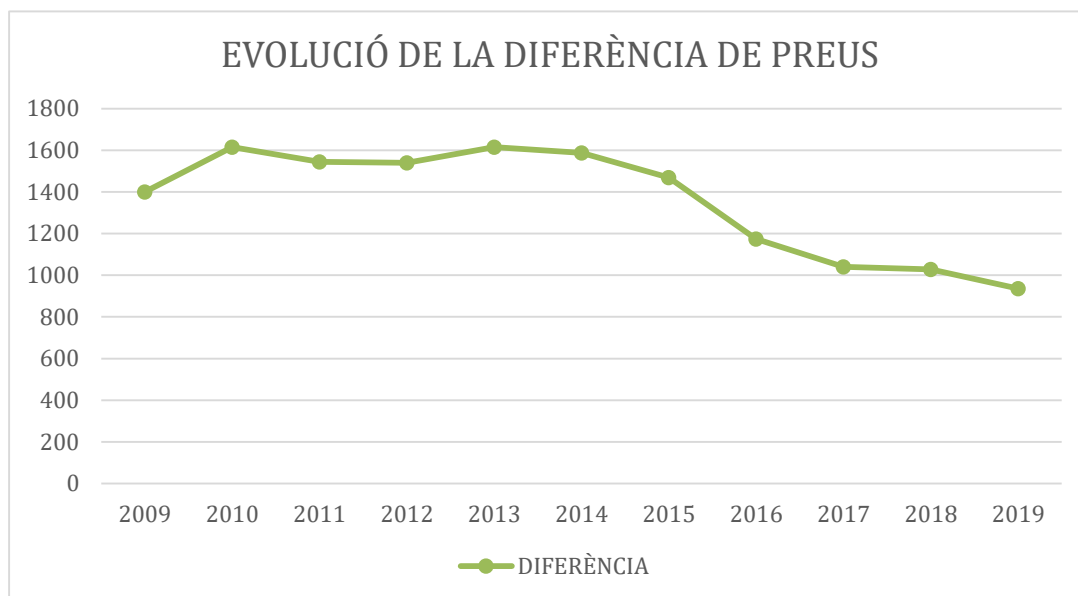


FIGURA 110. Gràfica de l'evolució de la comparativa anual
Font: pròpia

En el gràfic anterior es pot observar l'evolució al llarg dels anys dels preus dels productes depenent si porta gluten o no. Com es pot apreciar, a partir del 2012, el preu dels productes sense gluten anual ha anat disminuint lleugerament. Per altra banda, des del 2013, el preu dels productes amb gluten anual ha patit poca variació. A conseqüència d'aquest fet, la diferència de preus ha anat disminuint en els darrers anys. Al costat esquerre vertical, s'hi troba les xifres en euros i les inferiors horitzontals, els anys.



*FIGURA 111. Gràfica de l'evolució de la diferència de preus
Font: pròpia*

A la gràfica superior, trobem l'evolució de la diferència de preus anuals dels productes amb i sense gluten. Al 2013, es pot observar com la diferència de preus comença a disminuir, fent que el 2019 sigui l'any amb menys diferència de preus entre els productes que contenen gluten amb els que no. A l'igual que l'altra gràfica, al costat esquerre vertical, s'hi troba les xifres en euros i les inferiors horitzontals, els anys.

4. CONCLUSIONS

Moltes vegades es diu que en un viatge és més important el camí que el destí. El mateix passa amb aquest treball, sense tota la recerca anterior no podria haver arribat fins a aquest punt. Aquest projecte m'ha fet adquirir coneixements sobre els productes sense gluten i la celiaquia. Però, a més, m'ha ensenyat a fixar-me en petits detalls que no em fixava, perquè abans, una etiqueta "sense gluten" en un producte, per mi no era res. I ara m'adono que per depèn de qui, ho és tot.

Gràcies a la recerca d'informació, les taules comparatives i les entrevistes, he arribat a concloure un conjunt de punts i els objectius inicials. Ara, sé què és el gluten i on es troba, qui no en pot menjar i la raó. A més, he descobert com s'han d'etiquetar els productes sense gluten i si hi ha alguna ajuda econòmica pels celíacs. Un altre dels objectius del treball era dur a terme un tast a cegues, però, tot i que ha estat realitzat, la informació no ha estat introduïda al treball, sinó que als annexos, ja que no era representativa. A continuació es troben les conclusions d'aquest treball de recerca:

- Un conjunt de Reglaments i un Reial Decret controlen l'etiquetatge dels aliments sense gluten. Aquests indiquen que la llista d'ingredients és obligatòria i els al·lèrgens han de destacar tipogràficament. En canvi, el contingut de gluten no és un element obligatori que s'hagi de posar a l'etiqueta.
- La hipòtesi "Ser celíac comporta haver de pagar més pels productes alimentaris a causa de l'elevat preu de les matèries primeres" és parcialment afirmativa. Els productes realitzats expressament sense gluten sí que són més cars que els que sí que en porten. Es tracta d'un 192% més de mitjana. Però la causa no és l'elevat preu de les matèries primeres. Es troba justificada al següent punt.
- El preu de la farina com a matèria primera no es pot incloure completament dins les causes de la diferència de preus, ja que, segons el distribuïdor de farines entrevistat, el seu valor econòmic varia i la farina sense gluten no és sempre la més cara, sinó que també depèn de la qualitat.

- Els entrevistats creuen que la diferència de preus pot ser deguda a les condicions sanitàries i higièniques que s'han de complir en l'elaboració dels productes sense gluten. Com el fet de necessitar un obrador i molí a part. També a causa que hi ha menys demanda que els productes amb gluten i per tant, no hi ha economia d'escala.
- No tots els productes sense gluten estan correctament etiquetats. Segurament perquè la llei que empara l'etiquetatge de productes sense gluten no és obligatòria. Això pot portar a confusió, a pèrdua de clients o a posar en risc la salut de les persones.
- La varietat de productes sense gluten és escassa comparada amb el gran ventall dels productes que sí que en contenen, segons els entrevistats i l'observació pròpia.
- 73,20€ al mes és el preu de ser celíac, és a dir, el preu aproximat que un celíac ha de pagar de més comparat amb una persona que consumeixi productes amb gluten. Aquest valor correspon a l'any 2019.
- Molts establiments ofereixen productes sense gluten, però no tots són aptes per les persones celíaques. La raó és perquè l'elaboració es fa al mateix obrador que els productes amb gluten i per tant els aliments poden portar traces.
- Ni l'Estat espanyol ni totes les Comunitats autònomes proporcionen ajudes econòmiques als celíacs.

Els celíacs reclamen ajudes econòmiques perquè una malaltia no es demana per internet, sinó que ja ve donada de fàbrica. És a dir, la celiaquia no es pot evitar.

5. Bibliografia

Varis autors. *Enfermedad celíaca. Tercera edició. Madrid: Ed. Ergon, 2016.*

FERRER, Carme i VILAR, Pere. *La malaltia celíaca, pas a pas. Segona edició. Barcelona: Ed. Edebé, 2007.*

5.1 Webgrafia

HSN BLOG. Proteïnes vegetales. <https://www.hsnstore.com/blog/proteinas-vegetales/> [consulta: 22 d'abril de 2019]

NESTLÉ. Proteïnes de origen vegetal. <https://www.agustoconlvida.es/nutricion/nutrientes/proteinas/proteinas-de-origen-vegetal/89-95> [consulta: 22 d'abril de 2019]

HOSTELERÍA Y NUTRICIÓN. Cereales con gluten. <http://www.hosteleriaynutricion.com/cereales-con-gluten.html> [consulta: 20 de maig de 2019]

VIQUIPÈDIA. Ordi. <https://ca.wikipedia.org/wiki/Ordi> [consulta: 20 de maig de 2019]

VIQUIPÈDIA. Sègol. <https://ca.wikipedia.org/wiki/S%C3%A8gol> [consulta: 20 de maig de 2019]

VIQUIPÈDIA. Espelta. <https://ca.wikipedia.org/wiki/Espelta> [consulta: 20 de maig de 2019]

WIKIPEDIA. Triticum turgidum. https://es.wikipedia.org/wiki/Triticum_turgidum [consulta: 20 de maig de 2019]

VIQUIPÈDIA. Tricale. <https://ca.wikipedia.org/wiki/Tricale> [consulta: 20 de maig de 2019]

VEGANIZANDO. El pan – estructura de las masas – el gluten. <http://www.veganizando.com/2014/02/19/el-pan-estructura-de-las-masas-el-gluten-que-es/> [consulta: 21 de juny de 2019]

SEGURIDAD ALIMENTARIA. ¿Qué función tiene el gluten en los alimentos?.

<https://www.seguridadalimentariaconbeatriz.com/tecnologia-del-gluten/> [consulta: 21 de juny de 2019]

BOE. Calidad para las harinas. <https://www.boe.es/boe/dias/2016/12/17/pdfs/BOE-A-2016-11951.pdf> [consulta: 21 de juny de 2019]

MEDLINE PLUS. Celiacía. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000233.htm> [consulta: 21 de juny de 2019]

NIH. Síntomas y causas de la enfermedad celíaca. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/enfermedades-digestivas/enfermedad-celiaca/sintomas-causas> [consulta: 22 de juny de 2019]

TEENS HEALTH. Enfermedad celíaca. <https://kidshealth.org/es/teens/celiac-esp.html> [consulta: 22 de juny de 2019]

CUIDATE PLUS. Celiacía. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/digestivas/celiacua.html> [consulta: 22 de juny de 2019]

GENCAT. Superfícies, rendiments i produccions dels conreus agrícoles per demarcacions.

http://agricultura.gencat.cat/web/.content/de_departament/de02_estadistiques_observatoris/02_estructura_i_produccio/02_estadistiques_agricoles/01_llencols_definitius/fitxers_estatics/produccions_provincials/Superficies_i_produccions-provincials_2017.pdf [consulta: 16 de juliol de 2019]

HABLEMOS DE ALIMENTOS. Origen del trigo. http://hablemosdealimentos.com/cereales/el-trigo/#Origen_del_Trigo [consulta: 5 d'agost de 2019]

ICARITO. El origen del trigo y su historia. <http://www.icarito.cl/2010/04/21-9036-9-el-trigo.shtml/> [consulta: 5 d'agost de 2019]

AEPED. Historia de la enfermedad celíaca en España.

https://www.aeped.es/sites/default/files/historia_de_la_enfermedad_celiaca_en_esp_ana.pdf [consulta: 7 d'agost de 2019]

DR SCHÄR. La digestión del gluten.

<https://www.drshaer.com/es/institute/a/digestion-gluten>

<http://etimologias.dechile.net/?celiaco> [consulta: 19 d'agost de 2019]

MANUAL DEL CELÁICO. Historia de la enfermedad celíaca.

<http://www.celiacossevilla.org/imagenes/ManualDelCeliaco.pdf?t=18> [consulta: 19 d'agost de 2019]

SYN LAB. La celiacía. <https://www.synlab.es/es/Noticias/Noticias.aspx?idc=1460>
[consulta: 21 d'agost de 2019]

BILBAO. La enfermedad celíaca o la intolerancia al gluten.
<http://www.bilbao.eus/bld/bitstream/handle/123456789/35032/27.pdf?sequence=1>
[consulta: 23 d'agost de 2019]

FUNDACIÓN CELÍACA DE VENEZUELA. Origen y evolución de la celiacía
<https://www.celiacosvenezuela.org.ve/inicio/fcv/origen-y-evolucion-de-la-celiacua/>
[consulta: 26 d'agost de 2019]

CLÍNICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA. Enfermedad celíaca.
<https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/enfermedad-celiaca>
[consulta: 23 d'agost de 2019]

CELI CITY. Tipos de celiacía 2. <http://celicity.com/tipos-de-celiacua-2/> [consulta: 29
d'agost de 2019]

KNOWI. Tipos de celiacía, cuáles son y sus síntomas. <https://knowi.es/tipos-de-celiacua/> [consulta: 29 d'agost de 2019]

CELICIDAD. Grados de celiacía no, tipos de celiacía sí.
<https://celicidad.net/grados-de-celiacua/> [consulta: 29 d'agost de 2019]

CELICIDAD. El mapa de la celiacía. <https://celicidad.net/mapa-de-la-celiacua/>
[consulta: 29 d'agost de 2019]

CELI CITY. Tipos de celiacía. <http://celicity.com/tipos/> [consulta: 29 d'agost de 2019]

SUPER CELÍACA. Tipos de celiacía. <https://superceliaca.com/guia-sin-gluten/tipos-de-celiacua/> [consulta: 29 d'agost de 2019]

CELICIDAD. Los síntomas de la celiacía. <https://celicidad.net/los-sintomas-de-la-celiacua/> [consulta: 23 de setembre de 2019]

GLUTEN FREE. Celiac disease around the world. <https://glutenfree.sg/celiac-disease-around-the-world/> [consulta: 24 de setembre de 2019]

CELIACOS. Clasificación de los alimentos.
<https://celiacos.org/tratamiento/clasificacion-de-los-alimentos/> [consulta: 25 de
setembre de 2019]

CELIACS CATALUNYA. Aliments amb gluten i sense.
https://www.celiacscatalunya.org/pdfs/apte_no_apte.pdf [consulta: 25 de setembre de
2019]

ASOCIACIÓN DE CELÍACOS Y SENSIBLES AL GLUTEN. Bebidas alcohólicas y no alcohólicas. <https://www.celiacosmadrid.org/comer-sin-gluten/bebidas/> [consulta: 25 de setembre de 2019]

CELICITY. Bebidas aptas y no aptas. <http://celicity.com/bebidas-aptas-no-aptas/> [consulta: 25 de setembre de 2019]

GIKIDS. Dieta sin gluten: Guía para familias.

<https://www.gikids.org/files/documents/resources/Gluten-FreeDietGuideWebSpanish.pdf> [consulta: 25 de setembre de 2019]

DIARI OFICIAL DE LA UNIÓ EUROPEA. Informació alimentaria facilitada al consumidor.

<https://www.boe.es/doue/2011/304/L00018-00063.pdf> [consulta: 25 d'octubre de 2019]

BOE. Aprobación norma sobre la información alimentaria en el envase de los productos. <https://www.boe.es/boe/dias/2015/03/04/pdfs/BOE-A-2015-2293.pdf> [consulta: 25 d'octubre de 2019]

DIARI OFICIAL DE LA UNIÓ EUROPEA. Composición y etiquetaje de los productos alimentarios apropiados por las personas con intolerancia al gluten. <https://www.boe.es/doue/2009/016/L00003-00005.pdf> [consulta: 26 d'octubre de 2019]

DIARI OFICIAL DE LA UNIÓ EUROPEA. Requisitos de la transmisión de información a los consumidores sobre la ausencia o presencia reducida de gluten en los alimentos. <https://www.boe.es/doue/2014/228/L00005-00008.pdf> [consulta: 26 d'octubre de 2019]

MIA. Diferencias entre celiacía e intolerancia al gluten. <https://www.miarevista.es/salud/articulo/diferencias-entre-celiacua-e-intolerancia-al-gluten-371466592605> [consulta:26/10/2019]

INFOSALUS. Breve guía sobre celiacía, sensibilidad al gluten no celíaca y alergia al gluten: ¿Son lo mismo? <https://www.infosalus.com/nutricion/noticia-breve-guia-celiacua-sensibilidad-gluten-no-celiaca-alergia-gluten-son-mismo-20181225081432.html> [consulta 26/10/19]

FIAB. Etiquetatge precautori d'al·lèrgens.

http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/noticias/2016/DOCUMENTO_EPA.PDF [consulta: 26/10/2019]

WEB CONSLUTAS. Etiquetado del gluten. <https://www.webconsultas.com/dieta-y-nutricion/higiene-alimentaria/etiquetado-de-los-alimentos-con-gluten> [consulta: 26/10/2019]

FACE. Preguntas freqüents. <https://celiacos.org/recien-diagnosticados/preguntas-frecuentes/> [consulta: 26/10/2019]

CELÍACS CATALUNYA. Símbol Internacional de l'Espiga Barrada. https://www.celiacscatalunya.org/es/simbolo_internacional_espiga_barrada [consulta: 27/10/2019]

CELIACS CATALUNYA. Manual d'etiquetatge de productes sense gluten. https://www.celiacscatalunya.org/pdfs/guia_etiquetado_cast_DIG.pdf [consulta: 27/10/2019]

GOBIERNO DE ARAGON. Etiquetado sin gluten. https://www.aragon.es/documents/20127/674325/etiquetado_sin_gluten.pdf/e14f36e7-68f6-3b15-5d14-4acc0bf70623 [consulta 27/10/2019]

CELIAC ONLINE. Etiquetatge dels aliments. <http://www.celiaconline.org/dieta-sin-gluten/etiquetado-los-alimentos-mejor-listado-todos-entenderlo/> [consulta: 27/10/2019]

INFLAMACIÓN ALIMENTARIA. Intolerancia a los alimentos: todo lo que necesitas saber. <https://www.inflamacionalimentaria.com/blog/intolerancia-a-los-alimentos-todo-saber-4.html> [consulta: 20/10/2019]

BONPREUESCLAT. Cervesa San Miguel. <https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/26247/details> [consulta: 4/11/2019]

CARREFOUR. Cervesa San Miguel sense gluten. <https://www.carrefour.es/supermercado/cerveza-san-miguel-premium-especial-sin-gluten-botella-33-cl-san-miguel/R-814634942/p?firstRecs=27> [consulta: 4/11/2019]

BONPREUESCLAT. Cervesa San Miguel sense gluten. <https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/45488/details> [consulta: 4/11/2019]

CARREFOUR. Cervesa San Miguel. <https://www.carrefour.es/supermercado/cerveza-san-miguel-especial-lager-pack-de-12-botellas-de-25-cl-san-miguel/R-521033441/p> [consulta: 4/11/2019]

CAPRABO A CASA. Cervesa San Miguel.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/san-miguel-cerveza-lata-12x33cl/220044>

[consulta: 4/11/2019]

ULABOX. Cervesa San Miguel sense gluten. <https://www.ulabox.com/producto/san-miguel-cerveza-sin-gluten-botella-pack-6-x-33cl/31489>

[consulta: 4/11/2019]

BONPREUESCALT. Cervesa Daura.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/32404/details> [consulta: 5/11/2019]

ULABOX. Cervesa Estrella Damm.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/03682/details>

[consulta: 5/11/2019]

CARREFOUR. Cervesa Daura. <https://www.carrefour.es/supermercado/cerveza-daura-sin-gluten-botella-33-cl-daura/R-589802508/p> [consulta: 5/11/2019]

CARREFOUR. Cervesa Estrella Damm.

<https://www.carrefour.es/supermercado/cerveza-estrella-damm-mediterranea-pack-de-12-latas-de-33-cl-estrella-damm/R-521035193/p> [consulta: 5/11/2019]

CAPRABO A CASA. Cervesa Daura.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/daura-cerveza-sin-gluten-33cl/286549> [consulta: 5/11/2019]

CAPRABO A CASA. Cervesa Estrella Damm.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/estrella-damm-cerveza-botella-33cl/323130> [consulta: 5/11/2019]

ULABOX. Cervesa Daura. <https://www.ulabox.com/producto/cerveza-sin-gluten-daura-cesta-de-6-botellas-33cl/2942> [consulta: 5/11/2019]

ULABOX. Cervesa Estrella Damm. <https://www.ulabox.com/producto/cerveza-estrella-damm-cesta-de-6-botellas-33cl/33162>

[consulta: 5/11/2019]

BONPREUESCLAT. Cereals Go free.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/35650/details>

[consulta: 6/11/2019]

BONPREUESCLAT. Cereals Schär.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/68850/details> [consulta: 6/11/2019]

BONPREUESCLAT. Cereals Kellogg's

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/22665/details> [consulta: 6/11/2019]

BONPREUESCLAT. Cereals Bonpreu.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/08946/details> [consulta: 6/11/2019]

CARREFOUR. Cereals Go free.. <https://www.carrefour.es/supermercado/cereales-de-maiz-corn-flakes-nestle-sin-gluten-375-g-nestle/R-791634982/p> [consulta: 6/11/2019]

ULABOX. Cereals Schär. <https://www.carrefour.es/supermercado/cereales-de-maiz-corn-flakes-schar-sin-gluten-250-g-schar/R-651402446/p> [consulta: 6/11/2019]

CARREFOUR. Cereals Kellogg's. <https://www.carrefour.es/supermercado/cereales-de-maiz-corn-flakes-kellogg-s-500-g-kellogg-s/R-521029103/p> [consulta: 6/11/2019]

CARREFOUR. Cereals Carrefour. <https://www.carrefour.es/supermercado/cereales-de-maiz-corn-flakes-500-g-producto-blanco/R-551801837/p> [consulta: 6/11/2019]

CAPRABO A CASA. Cereals Schär.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/sch-r-corn-flakes-250g/301841> [consulta: 6/11/2019]

ULABOX. Cereals Go free. <https://www.ulabox.com/producto/corn-flakes-sin-gluten-schaer/11985> [consulta: 6/11/2019]

ULABOX. Cereals Schär. <https://www.ulabox.com/producto/cereales-corn-flakes-nestle-sin-gluten/21091> [consulta: 6/11/2019]

ULABOX. Cereals Kellogg's <https://www.ulabox.com/producto/corn-flakes-de-kellogg-s-cereales-original/35640> [consulta: 6/11/2019]

BONPREUESCLAT. Galetes maria Gullón.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/20328/details>. [consulta: 6/11/2019]

BONPREUESCLAT. Galetes Marbú Dorada.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/78042/details> [consulta: 6/11/2019]

CARREFOUR. Galetes maria Gullón.

<https://www.carrefour.es/supermercado/galletas-maria-gullon-sin-gluten-400-g-gullon/R-651303741/p> [consulta: 6/11/2019]

CARREFOUR. Galetes maria Schär.

<https://www.carrefour.es/supermercado/galletas-schar-sin-gluten-200-g-schar/R-651402436/p> [consulta: 6/11/2019]

BONPREUESCLAT. Galetes maria Schär.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/87442/details> [consulta: 6/11/2019]

CARREFOUR. Galetes Galetes Marbú Dorada.

<https://www.carrefour.es/supermercado/galletas-maria-dorada-marbu-pack-de-4-unidades-de-250-g-marbu/R-521029008/p> [consulta: 6/11/2019]

CARREFOUR. Galetes maria Carrefour.

<https://www.carrefour.es/supermercado/galletas-maria-800-g-producto-blanco/R-632501880/p> [consulta: 6/11/2019]

BONPREUESCLAT. Galetes maria Bonpreu.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/50186/details> [consulta: 6/11/2019]

CAPRABO A CASA. Galetes maria Gullón.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/gullon-galletas-maria-sin-gluten-400g/65239> [consulta: 6/11/2019]

CAPRABO A CASA. Galetes Schär.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/sch-r-galleta-maria-sin-gluten-200g/301471> [consulta: 6/11/2019]

CAPRABO A CASA. Galetes Marbú Dorada.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/marbu-galleta-maria-dorada-800g/9102> [consulta: 6/11/2019]

CAPRABO A CASA. Galetes Eroski.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/eroski-galletas-maria-4x200g/270125> [consulta: 6/11/2019]

ULABOX. Galetes maria Schär. <https://www.ulabox.com/producto/galletas-maria-sin-gluten-schaer/11986> [consulta: 6/11/2019]

ULABOX. Galetes Marbú Dorada.. <https://www.ulabox.com/producto/marbu-dorada-galletas-800g/6850> [consulta: 6/11/2019]

BONPREUESCLAT. Galetes Gullón chip sense gluten.
<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/46487/details> [consulta: 9/11/2019]

BONPREUESCLAT. Galetes Gullón chip amb gluten.
<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/02800/details> [consulta: 9/11/2019]

CARREFOUR. Galetes Gullón chip sense gluten.
<https://www.carrefour.es/supermercado/galletas-con-pepitas-de-chocolate-gullon-sin-gluten-130-g-gullon/R-682908804/p> [consulta: 9/11/2019]

CARREFOUR. Galetes Gullón chip amb gluten..
<https://www.carrefour.es/supermercado/galletas-con-pepitas-de-chocolate-sin-azucars-anadidos-diet-nature-gullon-125-g-gullon/R-521002769/p> [consulta: 9/11/2019]

CAPRABO A CASA. Galetes Gullón chip amb gluten..
<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/gullon-galletas-diet-nature-choco-125g/157658> [consulta: 9/11/2019]

ULABOX. Galetes Gullón chip sense gluten..
<https://www.ulabox.com/producto/galletas-con-chips-de-chocolate-sin-gluten-gullon/25295> [consulta: 9/11/2019]

ULABOX. Galetes Gullón chip amb gluten. <https://www.ulabox.com/producto/gullon-galletas-diet-nature-sin-azucars-chip-choco/6061> [consulta: 9/11/2019]

BONPREUESCLAT. Pa torrat Scär.
<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/28446/details> [consulta: 10/11/2019]

BONPREUESCLAT. Torradetes Proceli.
<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/05083/details> [consulta: 10/11/2019]

BONPREUESCLAT. Pa torrat Ortiz.
<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/01724/details> [consulta: 10/11/2019]

BONPREUESCLAT. Pa torrat Lu.
<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/25661/details> [consulta: 10/11/2019]

BONPREUESCLAT. Pa de motlle Bonpreu sense gluten.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/12244/details> [consulta: 10/11/2019]

BONPREUESCLAT. Pa de motlle Bonpreu.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/20113/details> [consulta: 10/11/2019]

CARREFOUR. Pa torrat Schär. <https://www.carrefour.es/supermercado/pan-tostado-schar-sin-gluten-250-g-schar/R-651303669/p> [consulta: 10/11/2019]

CARREFOUR. Torradetes Proceli. <https://www.carrefour.es/supermercado/R-645207038/p> [consulta: 10/11/2019]

CARREFOUR. Pa de motlle Carrefour sense gluten.

<https://www.carrefour.es/supermercado/pan-de-molde-carrefour-sin-gluten-10-g-carrefour-no-gluten/R-521029148/p> [consulta: 10/11/2019]

CARREFOUR. Pa de motlle Carrefour. [https://www.carrefour.es/supermercado/pan-molde-carrefour-820-g.-carrefour/R-](https://www.carrefour.es/supermercado/pan-molde-carrefour-820-g.-carrefour/R-521007143/p?ic_source=nonfood&ic_medium=header-)

[521007143/p?ic_source=nonfood&ic_medium=header-](https://www.carrefour.es/supermercado/pan-molde-carrefour-820-g.-carrefour/R-521007143/p?ic_source=nonfood&ic_medium=header-logo&ic_campaign=%28not+set%29&ic_content=nn)
[logo&ic_campaign=%28not+set%29&ic_content=nn](https://www.carrefour.es/supermercado/pan-molde-carrefour-820-g.-carrefour/R-521007143/p?ic_source=nonfood&ic_medium=header-logo&ic_campaign=%28not+set%29&ic_content=nn) [consulta: 10/11/2019]

CAPRABO A CASA. Torradetes Proceli.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/proceli-biscotes-s-gluten-150g/306551> [consulta: 10/11/2019]

ULABOX. Pa torrat Schär.. <https://www.ulabox.com/producto/biscotes-sin-gluten-schaer/49200> [consulta: 10/11/2019]

ULABOX. Torradetes Proceli.. <https://www.ulabox.com/producto/pan-biscotes-sin-gluten-proceli-3-packs-de-4-unidades/12691> [consulta: 10/11/2019]

ULABOX. Pa torrat Ortiz. <https://www.ulabox.com/producto/pan-tostado-tradicional-extra-crujiente-30-rebanadas-ortiz/36502>

[consulta: 10/11/2019]

ULABOX. Pa torrat Lu. <https://www.ulabox.com/producto/biscottes-lu/5793> [consulta: 10/11/2019]

CAPRABO A CASA. Pa de motlle Eroski sense gluten.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/eroski-pan-de-molde-sin-gluten-350g/333254> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Magdalenes Eroski sense gluten.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/eroski-magdalenas-sin-gluten-6u/333271> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Magdalenes Eroski amb gluten.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/eroski-basic-magdalenas-redondas-615g/270427> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Farina Gallo.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/gallo-harina-reposteria-1kg/806046> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Farina Gallo.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/gallo-harina-de-fuerza-1-kg/311782> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Farina Gallo.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/gallo-harina-con-levadura-1-kg/311781> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Farina Gallo.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/gallo-harina-rebozados-1kg/20355> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Gallo espaguetis sense gluten.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/gallo-spaghetti-sin-gluten-500g/333052> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Gallo espaguetis.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/gallo-spagueti-3-500g/22122> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Gallo plumes.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/gallo-plumas-6-500g/2212> [consulta: 23/11/2019]

CAPRABO A CASA. Pa de motlle Eroski sense gluten.

<https://www.capraboacasa.com/portal/es/super/producto/eroski-pan-de-molde-cereales-sin-gluten-350g/333255> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Magdalenes Carrefour sense gluten.

<https://www.carrefour.es/supermercado/magdalenas-carrefour-no-gluten-sin-gluten-88-g-carrefour/R-521029120/p> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Magdalenes Carrefour amb gluten.

<https://www.carrefour.es/supermercado/mojicones-carrefour-500-g-carrefour/R-521007222/p?firstRecs=350> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Pizza Carrefour sense gluten.

<https://www.carrefour.es/supermercado/pizza-4-quesos-carrefour-no-gluten-350-g-carrefour/R-prod760186/p?firstRecs=248> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Pizza Carrefour amb gluten.

<https://www.carrefour.es/supermercado/pizza-4-quesos-carrefour-340-g-carrefour/R-prod600079/p?firstRecs=248> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Farina Gallo sense gluten.

<https://www.carrefour.es/supermercado/harina-para-multiples-usos-gallo-sin-gluten-500-g-gallo/R-787576011/p?firstRecs=83#> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo farina. <https://www.carrefour.es/supermercado/harina-para-fritos-y-rebozados-gallo-1-kg-gallo/R-521005411/p?firstRecs=83> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo farina. <https://www.carrefour.es/supermercado/harina-para-bizcochos-gallo-1-kg-gallo/R-785714946/p?firstRecs=83> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo farina. <https://www.carrefour.es/supermercado/harina-de-trigo-de-fuerza-gallo-1-kg-gallo/R-803403916/p?firstRecs=83#> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo farina. <https://www.carrefour.es/supermercado/harina-de-trigo-para-reposteria-gallo-1-kg-gallo/R-521005407/p?firstRecs=83> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo espaguetis sense gluten.

<https://www.carrefour.es/supermercado/spaghetti-gallo-sin-gluten-500-g-gallo/R-529043537/p> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo espirals sense gluten.

<https://www.carrefour.es/supermercado/espirales-de-tomate-y-espinacas-gallo-sin-gluten-500-g-gallo/R-670002009/p> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo espirals <https://www.carrefour.es/supermercado/espirales-de-tomate-y-espinacas-gallo-750-g-gallo/R-664007062/p> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo plumes sense gluten.

<https://www.carrefour.es/supermercado/macarrones-gallo-sin-gluten-500-g-gallo/R-521029154/p> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo espaguetis. <https://www.carrefour.es/supermercado/spaghetti-n-3-gallo-500-g-gallo/R-521005605/p>

5 [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Gallo plumes. <https://www.carrefour.es/supermercado/macarrones-n-3-gallo-500-g-gallo/R-546305916/p> [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Pasta de full Buitoni sense gluten.

https://www.carrefour.es/supermercado/masa-de-hojaldre-buitoni-sin-gluten-y-sin-lactosa-280-g.-buitoni/R-863100449/p?ic_source=nonfood&ic_medium=header-logo&ic_campaign=%28not+set%29&ic_content=nn [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Pasta de full Buitoni amb gluten.

https://www.carrefour.es/supermercado/pasta-de-hojaldre-buitoni-230-g.-buitoni/R-521030352/p?ic_source=nonfood&ic_medium=header-logo&ic_campaign=%28not+set%29&ic_content=nn [consulta: 23/11/2019]

CARREFOUR. Troncs de pa amb xocolata Schär.

https://www.carrefour.es/supermercado/palitos-de-pan-con-crema-de-cacao-schar-sin-gluten-y-sin-lactosa-52-g.-schar/R-651303601/p?ic_source=nonfood&ic_medium=header-logo&ic_campaign=%28not+set%29&ic_content=nn [consulta: 23/11/2019]

ULABOX. Farina Gallo sense gluten. <https://www.ulabox.com/producto/harina-mix-sin-gluten-gallo-500gr/23638> [consulta: 23/11/2019]

ULABOX. Gallo farina. <https://www.ulabox.com/producto/harina-de-fuerza-gallo-1kg/29931> [consulta: 23/11/2019]

ULABOX. Gallo farina. <https://www.ulabox.com/producto/harina-de-reposteria-gallo-1kg/8586> [consulta: 23/11/2019]

ULABOX.. Gallo plumes sense gluten. <https://www.ulabox.com/producto/pasta-plumas-sin-gluten-gallo-500gr/35693> [consulta: 23/11/2019]

ULABOX. Gallo espaguetis. <https://www.ulabox.com/producto/gallo-pasta-spaghetti-n-3/24777> [consulta: 23/11/2019]

ULABOX. Gallo farina. <https://www.ulabox.com/producto/harina-para-fritos-y-rebozados-gallo-1kg/8587> [consulta: 23/11/2019]

ULABOX. Gallo espirals. <https://www.ulabox.com/producto/pasta-helices-ensaladas-20-gratis-gallo-500gr/19520> [consulta: 23/11/2019]

ULABOX. Gallo plumes. https://www.ulabox.com/producto/pasta-plumas-n-6-gallo-500gr/19719?ula_src=front_template&ula_mdm=search [consulta: 23/11/2019]

ULABOX. Pasta de full Buitoni. <https://www.ulabox.com/producto/masa-de-hojaldre-redonda-buitoni/14844> [consulta: 23/11/2019]

BONPREUESCLAT. Gallo farina sense gluten.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/28555/details> [consulta: 23/11/2019]

BONPREUESCLAT. Gallo plumes sense gluten.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/10986/details> [consulta: 23/11/2019]

BONPREUESCLAT. Gallo espirals sense gluten.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/11194/details> [consulta: 23/11/2019]

BONPREUESCLAT. Gallo espaguetis sense gluten.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/11096/details> [consulta: 23/11/2019]

BONPREUESCLAT. Gallo plumes amb gluten.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/00131/details> [consulta: 23/11/2019]

BONPREUESCLAT. Gallo espirals sense gluten.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/27026/details> [consulta: 23/11/2019]

BONPREUESCLAT. Pasta de full Buitoni amb gluten.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/40981/details> [consulta: 23/11/2019]

BONPREUESCLAT. Pasta de full Buitoni sense gluten.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/09501/details> [consulta: 23/11/2019]

BONPREUESCLAT. Troncs de pa amb xocolata Schär.

<https://www.compraonline.bonpreuesclat.cat/products/68754/details> [consulta: 23/11/2019]

CELICIDAD. Como cocinar para un celíaco. <https://celicidad.net/como-cocinar-para-un-celiaco/> [consulta: 24/11/2019]

SABER VIVIR. Como hay que cocinar para celíacos.

https://www.sabervivirtv.com/nutricion/como-hay-que-cocinar-para-celiacos_1333 [consulta: 24/11/2019]

CELÍACS CATALUNYA. 20 consejos prácticos para garantizar la seguridad alimentaria en restauración.

https://www.celiacscatalunya.org/pdfs/20_consejos_practicos.pdf [consulta: 24/11/2019]

WIKIPEDIA. Contaminación cruzada.

https://es.wikipedia.org/wiki/Contaminaci%C3%B3n_cruzada [consulta: 24/11/2019]

FACE. Ayudas económicas y alimentarias para personas celiacas en España.

<https://celiacos.org/ayudas-economicas-y-alimentarias-para-personas-celiacas-en-espana/> [consulta: 25/11/2019]

GULA SANA. Ayudas económicas y alimentarias para celíacos.

<http://www.gulasana.com/blog/ayudas-economicas-alimentarias-celiacos/> [consulta: 25/11/2019]

BOLSA MANÍA. Tipos de IVA: todo lo que necesitas para no perderte.

<https://www.bolsamania.com/declaracion-impuestos-renta/tipos-de-iva/> [consulta: 25/11/2019]

VIQUIPEDIA. Impost sobre el valor afegit.

https://ca.wikipedia.org/wiki/Impost_sobre_el_valor_afegit [consulta: 25/11/2019]

VIQUIPEDIA. Impost directe. https://ca.wikipedia.org/wiki/Impost_indirecte [consulta: 25/11/2019]

DEFENSOR DEL PUEBLO. La situación de las personas con enfermedad celíaca en España. https://www.defensordelpueblo.es/wp-content/uploads/2017/04/Celiaquia_2017-1.pdf [consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2018. <https://www.celiacos.org/images/pdf/informe-de-precios-2018.pdf> [consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2018. <https://www.celiacos.org/images/pdf/informe-de-precios-2018.pdf> [consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2017.

https://www.celiacos.org/images/pdf/Informe_precios_2017.pdf [consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2016.

https://www.asocepa.org/sites/default/files/docs/Informe%20precios%202016_0.pdf [consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2015.

https://www.celiacos.org/images/pdf/informe_de_precios_2015.pdf [consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2014.

<https://asocepa.org/sites/default/files/docs/informe%20de%20precios%202014.pdf>

[consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2011. [http://psilocybincalifornia.com/17870534-Informe-de-](http://psilocybincalifornia.com/17870534-Informe-de-precios-sobre-productos-sin-gluten-2011.html)

[precios-sobre-productos-sin-gluten-2011.html](http://psilocybincalifornia.com/17870534-Informe-de-precios-sobre-productos-sin-gluten-2011.html) [consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2013. [http://psilocybincalifornia.com/12526703-Informe-de-](http://psilocybincalifornia.com/12526703-Informe-de-precios-sobre-productos-sin-gluten-2013.html)

[precios-sobre-productos-sin-gluten-2013.html](http://psilocybincalifornia.com/12526703-Informe-de-precios-sobre-productos-sin-gluten-2013.html) [consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2010. [https://docplayer.es/32376540-Informe-de-precios-](https://docplayer.es/32376540-Informe-de-precios-sobre-productos-sin-gluten-2010.html)

[sobre-productos-sin-gluten-2010.html](https://docplayer.es/32376540-Informe-de-precios-sobre-productos-sin-gluten-2010.html) [consulta: 25/11/2019]

FACE. Informe de precios 2012.

[https://gastronomiaycia.republica.com/2012/02/13/precios-de-alimentos-sin-gluten-](https://gastronomiaycia.republica.com/2012/02/13/precios-de-alimentos-sin-gluten-2012/)

[2012/](https://gastronomiaycia.republica.com/2012/02/13/precios-de-alimentos-sin-gluten-2012/) [consulta: 25/11/2019]

ASOCIACIÓN DE CELÍACOS Y SENSIBLES AL GLUTEN. Sensibilidad al gluten no celiaca. [https://www.celiacosmadrid.org/patologias-por-sensibilidad-al-](https://www.celiacosmadrid.org/patologias-por-sensibilidad-al-gluten/sensibilidad-al-gluten-no-celiaca/)

[gluten/sensibilidad-al-gluten-no-celiaca/](https://www.celiacosmadrid.org/patologias-por-sensibilidad-al-gluten/sensibilidad-al-gluten-no-celiaca/) [consulta: 06/12/2019]

6. Annexos

6.1 Entrevistes

6.1.1 Plantilla de les preguntes a les famílies

1. Quants membres celíacs o sensibles al gluten no celíacs hi ha a la família?
2. Quants membres del nucli familiar de la persona celíaca o amb sensibilitat mengen aliments específics per celíacs? Inclouent al membre celíac.
3. Són més cars els aliments fets expressament sense gluten respecte dels que en porten?
4. Sí la resposta anterior és afirmativa, a què creieu que es deu? Està justificada aquesta diferència de preu? El preu hi té a veure?
5. Trobeu alguna diferència de gust o qualitat en els productes sense gluten respecte dels que sí que en porten?
6. L'etiquetatge és prou clar en els productes a l'hora de mostrar el contingut en gluten? Heu detectat algun producte o marca que no estigui ben etiquetada? Quins?
7. Què creieu que hauria de millorar en el món dels productes sense gluten? Per exemple, en l'etiquetatge, preu, qualitat, etc.
8. Sortir a menjar a fora (ex. restaurant) costa més, tant a l'hora de buscar el lloc com econòmicament parlant, amb un membre celíac?
9. Existeix alguna ajuda econòmica cap a les famílies amb membres celíacs o amb sensibilitat al gluten no celíaca? Quines? (Per exemple, IRPF més baix)

6.1.2 Preguntes respostes a les famílies

Entrevista realitzada a Anna De Lanuza, dona celíaca. Preguntes fetes via Whatsapp.

1. Quants membres celíacs o sensibles al gluten no celíacs hi ha a la família?

1

2. Quants membres del nucli familiar de la persona celíaca o amb sensibilitat mengen aliments específics per celíacs? Incloent al membre celíac.

4 persones. Alguns productes els mengem tots sense gluten i altres no.

3. Són més cars els aliments fets expressament sense gluten respecte dels que en porten?

I tant! Molt més. La pasta, per exemple: si no vols Gallo, que és horrorosa, has d'anar a una dietètica i et cobren 4 euros O més per un paquet de macarrons. Un pa de 1/4 al 0%Gluten et costa també al voltant dels 4 euros.

4. Sí la resposta anterior és afirmativa, a què creieu que es deu? Està justificada aquesta diferència de preu? El preu hi té a veure?

Jo no ho veig justificat.

5. Trobeu alguna diferència de gust o qualitat en els productes sense gluten respecte dels que sí que en porten?

Sí. Res a veure amb els productes fets amb blat. El pa és el pitjor. La pasta ara la compro a Itàlia (Barilla o Rummo) o França (Barilla) que es troben als supermercats. És molt millor i similar en gust a la normal. Alguna marca blanca italiana també està bé.

6. L'etiquetatge és prou clar en els productes a l'hora de mostrar el contingut en gluten? Heu detectat algun producte o marca que no estigui ben etiquetada? Quins?

Ara està tot molt ben etiquetat. Quan surts a l'estranger veus que aquí estem molt bé a nivell d'etiquetatge.

7. Què creieu que hauria de millorar en el món dels productes sense gluten? Per exemple, en l'etiquetatge, preu, qualitat, etc.

Tot plegat cal millorar-ho.

8. Sortir a menjar a fora (ex. restaurant) costa més, tant a l'hora de buscar el lloc com econòmicament parlant, amb un membre celíac?

Sí. Costa molt trobar un lloc. Sempre acabes menjant amanida. I et cobren suplement per tot. Quan trobes un lloc bo, repeteixes!

Escòcia és el millor lloc on he anat en aquest aspecte. Arreu hi ha de tot sense gluten i sense suplement.

9. Existeix alguna ajuda econòmica cap a les famílies amb membres celíacs o amb sensibilitat al gluten no celíaca? Quines? (Per exemple, IRPF més baix)

No

Entrevista realitzada a Laia Martí, mare d'una nena celíaca asimptomàtica. Les preguntes s'han respost de forma oral. A continuació, es troba la transcripció.

1. Quants membres celíacs o sensibles al gluten no celíacs hi ha a la família?

1 membre

2. Quants membres del nucli familiar de la persona celíaca o amb sensibilitat mengen aliments específics per celíacs? Incloent al membre celíac.

Ella sempre però, a vegades tothom.

3. Són més cars els aliments fets expressament sense gluten respecte dels que en porten?

Sí

4. Sí la resposta anterior és afirmativa, a què creieu que es deu? Està justificada aquesta diferència de preu? El preu hi té a veure?

A causa de l'elaboració, ja que té més controls i hi ha d'haver més higiene. Els llocs no hi ha d'haver productes amb gluten i s'ha de fer amb obradors especials.

5. Trobeu alguna diferència de gust o qualitat en els productes sense gluten respecte dels que sí que en porten?

Depèn del producte i la qualitat. Per exemple, nosaltres comprem macarrons de la marca Gallo i molt bé. En canvi, els espaguetis no tant. Amb la farina també es nota la diferència.

6. L'etiquetatge és prou clar en els productes a l'hora de mostrar el contingut en gluten? Heu detectat algun producte o marca que no estigui ben etiquetada? Quins?

Depèn de la marca. Al Bonpreu i Mercadona està molt bé etiquetat però, hi ha d'altres marques que no.

7. Què creieu que hauria de millorar en el món dels productes sense gluten? Per exemple, en l'etiquetatge, preu, qualitat, etc.

L'etiquetatge s'hauria de millorar, la qualitat, tot i que hi ha marques de més bona qualitat però molt cares com Schär. També s'haurien de millorar els preus, ja que és una malaltia i no hi ha més remei que consumir productes sense gluten.

8. Sortir a menjar a fora (ex. restaurant) costa més, tant a l'hora de buscar el lloc com econòmicament parlant, amb un membre celíac?

Sí que costa més, però, cada vegada menys.

9. Existeix alguna ajuda econòmica cap a les famílies amb membres celíacs o amb sensibilitat al gluten no celíaca? Quines? (Per exemple, IRPF més baix)

No

Entrevista realitzada a Laia Turull, una noia celíaca. Preguntes realitzades via Whatsapp.

1. Quants membres celíacs o sensibles al gluten no celíacs hi ha a la família?

1

2. Quants membres del nucli familiar de la persona celíaca o amb sensibilitat mengen aliments específics per celíacs? Incloent al membre celíac.

4

3. Són més cars els aliments fets expressament sense gluten respecte dels que en porten?

Sí, moltíssim.

4. Sí la resposta anterior és afirmativa, a què creieu que es deu? Està justificada aquesta diferència de preu? El preu hi té a veure?

Assumeixen molta responsabilitat (pel tema traces). Si també fabriquen aliments amb gluten necessiten dos maquinàries segurament.

No està gens justificada, és molt injust.

5. Trobeu alguna diferència de gust o qualitat en els productes sense gluten respecte dels que sí que en porten?

De gust no. De "tacte" sí. La pasta, etc. és més tova i es "desfà" més.

6. L'etiquetatge és prou clar en els productes a l'hora de mostrar el contingut en gluten? Heu detectat algun producte o marca que no estigui ben etiquetada? Quins?

Els que són sense gluten si perquè tenen el signe de l'espiga taxada. Però, hi ha alguns que no saps si sí o si no.

7. Què creieu que hauria de millorar en el món dels productes sense gluten? Per exemple, en l'etiquetatge, preu, qualitat, etc.

El preu sobretot. I tenir més opcions a elegir. Per exemple, de galetes hi ha 10 tipus a triar i de normals n'hi ha infinites.

8. Sortir a menjar a fora (ex. restaurant) costa més, tant a l'hora de buscar el lloc com econòmicament parlant, amb un membre celíac?

Costa molt per les dues raons. Tant pel lloc com pel preu.

9. Existeix alguna ajuda econòmica cap a les famílies amb membres celíacs o amb sensibilitat al gluten no celíaca? Quines? (Per exemple, IRPF més baix)

Que jo sàpiga no.

6.1.3 Plantilla de les preguntes als fabricants de productes sense gluten

1. Produïu algun producte sense gluten? Per què sí/no?
2. La gent que no menja gluten forma part del vostre objectiu de clients? Per què sí o no?
3. Els productes sense gluten tenen més cost de producció que els que en porten? La matèria primera és més cara? I el preu de venda al públic és més elevat?
4. Si la resposta és afirmativa, a què creieu que es deu?
5. Què creieu que hauria de millorar en el món dels productes sense gluten? Per exemple, en l'etiquetatge, preu, qualitat, etc.
6. Existeix alguna ajuda econòmica cap a les famílies amb membres celíacs o amb sensibilitat al gluten no celíaca? I als productors d'aliments sense gluten?

6.1.4 Preguntes respostes als fabricants de productes sense gluten

Entrevista a dependent de l'establiment i també productor d'aliments sense gluten, *0% Gluten Vic*. Realitzada oralment, a continuació es troba la transcripció.

1. Produïu algun producte sense gluten? Per què sí/no?

Sí, tots.

Per demanda.

2. La gent que no menja gluten forma part del vostre objectiu de clients? Per què sí o no?

Sí

3. Els productes sense gluten tenen més cost de producció que els que en porten? La matèria primera és més cara? I el preu de venda al públic és més elevat?

Les matèries primeres són més cares. A més, tots els productes que s'han d'afegir i adaptar encareixen el preu de venda al públic.

A l'obrador no hi pot entrar res amb gluten. I tots els enviaments que fem de productes han d'estar ben segellats per tal que no es contaminin.

4. Si la resposta és afirmativa, a què creieu que es deu?

La matèria primera costa més d'aconseguir i produir. A més, els productes sense gluten que tenim només duren un dia i hem de vigilar molt.

5. Què creieu que hauria de millorar en el món dels productes sense gluten? Per exemple, en l'etiquetatge, preu, qualitat, etc.

S'hauria de millorar el preu i la duració dels productes. També estaria bé que la gent tolerés més els productes sense gluten i que no només ho vegin com a menjar per celíacs sinó que tothom en pot menjar.

6. Existeix alguna ajuda econòmica cap a les famílies amb membres celíacs o amb sensibilitat al gluten no celíaca? I als productors d'aliments sense gluten?

No

Entrevista a una dependenta de la botiga i productora d'aliments sense gluten anomenada *Delícies Sense Gluten*, de Vic. Realitzada oralment, a continuació es troba la transcripció.

1. Produïu algun producte sense gluten? Per què sí/no?

Sí, tots.

Volíem obrir un forn de pa però, que no fos normal. No som celíacs.

2. La gent que no menja gluten forma part del vostre objectiu de clients? Per què sí o no?

Sí.

3. Els productes sense gluten tenen més cost de producció que els que en porten? La matèria primera és més cara? I el preu de venda al públic és més elevat?

Segurament que sí que tenen més cost de producció. La matèria primera és molt més cara i el preu de venda al públic és més alt.

Hi ha d'haver 2 obradors en el cas de fabricar dos tipus de productes i ens hem de canviar la roba per no entrar partícules de gluten.

4. Si la resposta és afirmativa, a què creieu que es deu?

Crec que és degut al cultiu, ja que, no hi poden haver cereals amb gluten al costat dels que no en porten. Al molí passa igual, no es poden barrejar. I a l'haver-hi menys demanda hi ha menys quantitat i fa que sigui més car.

5. Què creieu que hauria de millorar en el món dels productes sense gluten? Per exemple, en l'etiquetatge, preu, qualitat, etc.

La restauració i la visualització d'aquests productes.

6. Existeix alguna ajuda econòmica cap a les famílies amb membres celíacs o amb sensibilitat al gluten no celíaca? I als productors d'aliments sense gluten?

No hi ha cap ajuda, tot i que a altres països com Itàlia o França sí.

6.1.5 Plantilla de les preguntes als fabricants de productes amb gluten

1. Produïu algun producte sense gluten? Per què sí/no?
2. La gent que no menja gluten forma part del vostre objectiu de clients? Per què sí o no?
3. Els productes sense gluten tenen més cost de producció que els que en porten? La matèria primera és més cara? I el preu de venda al públic és més elevat?
4. Si la resposta és afirmativa, a què creieu que es deu?

6.1.6 Preguntes respostes als fabricants de productes amb gluten

Entrevista a Arti Pa de Vic. Preguntes realitzades de manera oral. A continuació trobem la transcripció.

1. Produïu algun producte sense gluten? Per què sí/no?

Sí, però porten traces perquè ho fem al mateix obrador. És menjar per intolerants, no per celíacs.

2. La gent que no menja gluten forma part del vostre objectiu de clients? Per què sí o no?

No

3. Els productes sense gluten tenen més cost de producció que els que en porten? La matèria primera és més cara? I el preu de venda al públic és més elevat?

Sí, una mica més car.

4. Si la resposta és afirmativa, a què creieu que es deu?

Perquè no hi n'hi ha tanta quantitat. I es fa mal bé més ràpid perquè porten més humitat..

Entrevista al Forn Cal Pujals de Sant Boi de Lluçanès. Preguntes realitzades de manera oral. A continuació trobem la transcripció.

1. Produïu algun producte sense gluten? Per què sí/no?

Sí, però els productes poden contenir traces de gluten per tant, no són aptes per celíacs. Fem servir farina de fajol i blat de moro.

2. La gent que no menja gluten forma part del vostre objectiu de clients? Per què sí o no?

No

3. Els productes sense gluten tenen més cost de producció que els que en porten? La matèria primera és més cara? I el preu de venda al públic és més elevat?

Sí.

4. Si la resposta és afirmativa, a què creieu que es deu?

A causa de la llei de l'oferta i la demanda, i també perquè costa més obtenir i fer les matèries primeres i els productes sense gluten.

Però, el preu de la farina depèn molt de la qualitat d'aquesta. Una que porti gluten et pot valdre igual que una sense gluten per l'alta qualitat.

6.1.7 Plantilla de les preguntes al distribuïdor de farines

- 1- Teniu farines sense gluten?
- 2- Podria dir el preu d'una farina de blat i d'una sense gluten?
- 3- La farina sense gluten és més cara que una amb gluten?

6.1.8 Preguntes respostes al distribuïdor de farines

Entrevista realitzada a Comercial Bagues Selles SL, distribuïdora de productes alimentaris incloent farina. Preguntes contestades via Whatsapp.

1- Teniu farines sense gluten?

Sí

2- Podria dir el preu d'una farina de blat i d'una sense gluten?

De blat hi ha molts tipus i qualitats, per tant, diferents preus. El preu més assequible és 0,35€/kg aproximadament i el més car, que és bio i molta al molí de pedra, és de 1,25€/kg aproximadament.

La farina sense gluten, que tant pot ser d'arròs o blat de moro són de 0,8€/kg a 1€/kg aproximadament.

3- La farina sense gluten és més cara que una amb gluten?

No sempre és així

6.1.9 Plantilla de les preguntes a l'associació de celíacs

1. Són més cars els aliments fets expressament sense gluten respecte dels que en porten? Teniu dades o estadístiques sobre el tema?
2. Sí la resposta anterior és afirmativa, a què creieu que es deu?
3. Existeix alguna ajuda econòmica cap a les famílies amb membres celíacs o amb sensibilitat al gluten no celíaca? Quines?
4. L'etiquetatge és prou clar en els productes a l'hora de mostrar el contingut en gluten? Heu detectat algun producte o marca que no estigui ben etiquetada? Quins?
5. Què creieu que hauria de millorar en el món dels productes sense gluten? Per exemple, en l'etiquetatge, preu, qualitat, etc.
6. Què poden fer les associacions de celíacs respecte els preus dels productes sense gluten? Per exemple, incidir en la modificació de preus i la dels impostos respecte als celíacs, etc.

6.1.10 Preguntes respostes a l'associació de celíacs

Entrevista realitzada a l'Associació de celíacs de la Garrotxa-Ripollès.
Preguntes realitzades de forma oral. A continuació es troba la transcripció.

- 1. Són més cars els aliments fets expressament sense gluten respecte dels que en porten? Teniu dades o estadístiques sobre el tema?**

Sí

- 2. Sí la resposta anterior és afirmativa, a què creieu que es deu?**

Perquè hi ha d'haver un control més estricte, una altra instal·lació, les matèries primeres són més cares i el preu elevat també pot ser una estratègia de màrqueting.

- 3. Existeix alguna ajuda econòmica cap a les famílies amb membres celíacs o amb sensibilitat al gluten no celíaca? Quines?**

No, s'està demanant.

- 4. L'etiquetatge és prou clar en els productes a l'hora de mostrar el contingut en gluten? Heu detectat algun producte o marca que no estigui ben etiquetada? Quins?**

Hi ha una llei europea nova en què no hi estic d'acord perquè porta a la confusió. Que no sigui obligatori posar si porta traces per mi és absurd, perquè tens el dubte si en porta o no. Hauria de ser obligat i posar-ho.

- 5. Què creieu que hauria de millorar en el món dels productes sense gluten? Per exemple, en l'etiquetatge, preu, qualitat, etc.**

Etiquetatge i la diversitat de productes.

- 6. Què poden fer les associacions de celíacs respecte els preus dels productes sense gluten? Per exemple, incidir en la modificació de preus i la dels impostos respecte als celíacs, etc.**

No podem influir en els preus però, sí que podem intentar conscienciar a la gent. Podem treballar amb els ajuntaments, les escoles, el sector sanitari o la restauració.

6.2 Tast

6.2.1 Productes i plantilla

GALETES:

Producte A

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Galetes Chip xocolata
MARCA	Gullón
PREU BONPREUESCLAT	11,92€/kg
PREU CARREFOUR	11,52€/kg
PREU CAPRABO	11,92€/kg
PREU ULABOX	12,16€/kg
PREU MITJÀ	11,88€/kg



Producte B

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Galetes Chip xocolata
MARCA	Gullón
PREU BONPREUESCLAT	16,15€/kg
PREU CARREFOUR	15,00€/kg
PREU CAPRABO	No disponible
PREU ULABOX	15,31€/kg
PREU MITJÀ	15,49€/kg



TRONCS DE PA AMB XOCOLATA:

Producte A

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Troncs de pa amb xocolata
MARCA	Schär
PREU BONPREUESCLAT	33,27€/kg
PREU CARREFOUR	35,58€/kg
PREU MITJÀ	34,43€/kg



Producte B

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Troncs de pa amb xocolata
MARCA	Mercadona (Hacendado)
PREU	8,91€/kg



PA:

Producte A

AMB GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Carrefour
PREU	1,16€/kg



Producte B

SENSE GLUTEN	
ALIMENT	Pa de motlle
MARCA	Carrefour
PREU	6,94€/kg



Plantilla

Pregunta	Producte A o B
Més bo?	
Més qualitat?	
Més bon aspecte?	
Quin val més?	
Quin no conté gluten?	

Les persones que han realitzat el tast no saben quins dels dos productes contenia gluten. Així que han hagut de tastar, observar i valorar els productes a partir de les següents preguntes:

La primera qüestió és quin dels dos productes era més bo. Havien de tastar el producte i determinar quin els hi agradava més.

A continuació, van haver de fixar-se amb l'aspecte del producte. És a dir, l'acabat, la presentació, les tonalitats, etc.

La tercera pregunta era personal. Havien de dir quin creien que era l'aliment més car. Aquesta informació es podria extreure gràcies a les preguntes anteriors ja que, com a creença general els productes amb més bon aspecte i més bon gust són més cars. Per últim, havien de respondre quin dels dos productes creien que no contenia gluten. Al igual que la pregunta anterior es basava en el punt de vista personal.

S'havia de contestar a una graella prèviament elaborada i si podia contestar amb 3 símbols. Si la resposta d'aquella pregunta era el producte a, havien de posar "A". En el cas que fos el b, era amb la lletra "B" i si no trobaven diferència amb el símbol "=".

Aquests són els resultats:

Galetes:

Pregunta	Subjecte 1	Subjecte 2	Subjecte 3	Subjecte 4	Subjecte 5
Més bo	=	=	A	A	B
Més bon aspecte	A	A	A	A	B
Preu més alt	B	A	A	A	A
No gluten	B	B	A	A	A

Troncs de pa amb xocolata:

Pregunta	Subjecte 1	Subjecte 2	Subjecte 3	Subjecte 4	Subjecte 5
Més bo	B	B	B	B	B
Més bon aspecte	=	=	B	B	B
Preu més alt	A	=	A	A	A
No gluten	A	B	A	A	A

Pa de motlle

Pregunta	Subjecte 1	Subjecte 2	Subjecte 3	Subjecte 4	Subjecte 5
Més bo	A	A	A	A	A

Més bon aspecte	B	A	B	B	B
Preu més alt	B	B	B	B	B
No gluten	B	A	B	B	B

Subjecte número 1.

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	Galetes
Més bo?	=	
Més bon aspecte?	A	
Quin val més?	B	
Quin no conté gluten?	B	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	Troncs de pa amb xocolata
Més bo?	B	
Més bon aspecte?	=	
Quin val més?	A	
Quin no conté gluten?	A	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	Pa de motlle
Més bo?	A	
Més bon aspecte?	B	
Quin val més?	B	
Quin no conté gluten?	B	

Subjecte número 2.

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	Galletes
Més bo?	=	
Més bon aspecte?	A	
Quin val més?	A	
Quin no conté gluten?	B	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	Troncs de pa amb xocolata
Més bo?	B	
Més bon aspecte?	=	
Quin val més?	=	
Quin no conté gluten?	B	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	Pa de motlle
Més bo?	A	
Més bon aspecte?	A	
Quin val més?	B	
Quin no conté gluten?	A	

Subjecte número 3.

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	Galletes
Més bo?	A	
Més bon aspecte?	A	
Quin val més?	A	
Quin no conté gluten?	A	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	Troncs de pa amb xocolata
Més bo?	B	
Més bon aspecte?	A	
Quin val més?	A	
Quin no conté gluten?	A	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	Pa de motlle
Més bo?	A	
Més bon aspecte?	B	
Quin val més?	B	
Quin no conté gluten?	B	

Subjecte número 4.

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	
Més bo?	A	Galletes
Més bon aspecte?	A	
Quin val més?	A	
Quin no conté gluten?	A	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	
Més bo?	B	Troncs de pa amb xocolata
Més bon aspecte?	B	
Quin val més?	A	
Quin no conté gluten?	A	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	
Més bo?	A	Pa de motlle
Més bon aspecte?	B	
Quin val més?	B	
Quin no conté gluten?	B	

Subjecte número 5.

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	
Més bo?	B	Galletes
Més bon aspecte?	B	
Quin val més?	A	
Quin no conté gluten?	A	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	
Més bo?	B	Troncs de pa amb xocolata
Més bon aspecte?	B	
Quin val més?	A	
Quin no conté gluten?	A	

PREGUNTA	PRODUCTE A O B	
Més bo?	A	Pa de motlle
Més bon aspecte?	B	
Quin val més?	B	
Quin no conté gluten?	B	