

El costo de ser celíaco en Venezuela

Ser celíaco en Venezuela es todo un reto por múltiples razones, entre ellas la escasa oferta de productos o insumos libres de gluten y su elevado costo en comparación con los de consumo regular. Si a eso se le añade la intolerancia a la leche de vaca o a los huevos, el escenario se complica aún más.

Este es el caso de Andys Torres, mamá de una niña de ocho años de edad que, aparte de celíaca, es intolerante a la leche y al huevo. Su hija fue diagnosticada con estas condiciones cuando estaba a punto de cumplir cinco años. Desde entonces ha sido un proceso de adaptación para toda la familia, empezando por el tema del presupuesto.

Al principio la pregunta de cuánto tengo que gastar (en alimentos) era mi pan de cada día, pero como tenemos cuatro años en este proceso, ya se ha convertido en un hábito”, confesó Andys para El Diario.

Residen en Valencia, estado Carabobo, pero son de San Fernando de Apure, lugar donde es muy complicado encontrar alimentos libres de gluten. “De hecho, yo voy a San Fernando o a otro sitio y me tengo que llevar todo lo de ella (su hija) desde Valencia”.

Aún en la capital carabobeña, ciudad industrial del país, son unos pocos locales, negocios especializados y cadenas de supermercados en los que consiguen productos gluten free. Sin embargo, hay uno en particular con el que ha hecho “clic” debido a que gozan de una mayor variedad y los precios más asequibles dentro del ramo.

“En Farmatodo hay pastas, galletas y masas para pan, panquecas, tortas y brownies. Otros negocios y supermercados también ofrecen este tipo de productos, pero a un costo mucho mayor”, detalló.

Productos regulares vs gluten free

El equipo de El Diario se dirigió a una de las sucursales de Farmatodo y levantó una base de datos con algunos productos libres de gluten por tipo y la comparativa con su equivalente de consumo masivo.

-500 gramos (gr) de pasta convencional cuestan alrededor de 2,85 bolívares (Bs). Se necesita poco más de cinco veces ese monto

para comprar un paquete de la misma cantidad de pasta gluten free, que cuesta 14,35 Bs

-Un paquete de 340 gr de arroz a base de maíz cuesta 12,75 Bs, mientras que el kilo de arroz tradicional se consigue a partir de 5,04 Bs., 60,5 % menos

-Una bolsa de 300 gr de cereal tradicional tiene un costo de 8,19 Bs; su equivalente libre de gluten de 250 gr cuesta 27,50 Bs, 235,8 % más

-El paquete de galletas de soda de 240 gr más económico vale 5 Bs. Mientras que el precio de uno de 210 gramos gluten free cuesta 35 Bs, siete veces más. En este rubro hay mayor oferta de productos

-El kilo de harina tradicional tiene un costo aproximado de 4,25 Bs, al tiempo que medio kilo de harina de plátano vale 5,65 Bs

-Un paquete de pan blanco gluten free en rebanadas de 250 gr cuesta 25,6 Bs; la bolsa de pan blanco de 500 gr (el doble) vale a partir de 9,73 Bs, 62 % menos

-Un saco de harina panadera de 45 kilos se consigue en aproximadamente 30 dólares. Por otra parte, un kilo de su similar libre de gluten cuesta poco más de 10 dólares, según tasa del Banco Central de Venezuela

-La mezcla para panquecas más económica se consigue en 5,1 Bs. Se necesita de casi siete veces (6,82) ese monto para comprar 600 gr de mezcla para panquecas sabor a vainilla sin gluten.

-Una bolsita de palitos de chocolate de 30 gr cuesta 1 bolívar, pero su versión gluten free de 52 gr vale 10,6 Bs, 960 % más

Opciones escasas en cuanto a sitios de consumo

Así como hay pocos establecimientos comerciales para adquirir productos e insumos libres de gluten, sucede lo mismo con los locales de esparcimiento donde ofrecen comidas bajo este régimen especial.

Por tal motivo, salir a distraerse representa para la familia Torres una logística particular debido a la condición de su hija.

Hay páginas en Internet donde me ofrecen postres sin gluten, pero tienen leche o huevos. Entonces siempre tengo que hacer énfasis para que no le coloquen huevos o leche a los dulces. Incluso les sugiero un sustituto, como la banana o la leche de almendra, que es mucho más costosa que la leche de vaca -

alrededor de 250 %- . Si me dicen que sí, entonces voy", manifestó la señora Torres.

De acuerdo con diversos estudios, aproximadamente 1 % de la población mundial padece de celiaquía. En el país no hay estadísticas oficiales. La Fundación Celíaca de Venezuela estima que también es de 1 de cada 100 personas, pero aún el 99,6 % no lo sabe. Sin duda, un nicho poco atendido y en el que hay oportunidades de crecimiento.

Con información de El Diario